

# **Положительное влияние занятий в бассейне на физическое развитие детей дошкольного возраста**

Выполнила: инструктор по физической культуре  
Шевкина Юлия Алексеевна  
Первая квалификационная категория

**Плавание – одно из важнейших звеньев в воспитании ребенка – содействует разностороннему физическому развитию, стимулирует деятельность нервной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем, значительно расширяет возможности опорно-двигательного аппарата.**

**Оно является одним из лучших средств закаливания и формирования правильной осанки ребенка.**

**Цель занятий в бассейне  
для детей  
дошкольного возраста -  
обучение плаванию,  
закаливание и укрепление  
детского организма**



**Плавание - одно из эффективных средств закаливания ребенка, способствующее формированию стойких гигиенических навыков. Купание и плавание повышают сопротивление воздействию температурных колебаний, повышают иммунитет к простудным заболеваниям.**

**Велико оздоровляющее и укрепляющее воздействие плавания на детский организм. Занятия плаванием укрепляют опорно-двигательный аппарат ребенка, развивают такие физические качества, как выносливость, сила, быстрота, гибкость, координация движений; они также своевременно формируют "мышечный корсет", способствуя выработке правильной осанки, предупреждая искривления позвоночника, устраняют возбудимость и раздражительность. Дети, регулярно занимающиеся плаванием, заметно отличаются от сверстников, не занимающихся спортом: они выше ростом, более гибкие и сильные, меньше подвержены простудным заболеваниям.**

## **Оздоровительные задачи:**

- \*укрепление и закаливание детского организма;**
- \*гармоничное психофизическое развитие;**
  - \* развитие опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой системы, дыхательной и нервной систем;**
- \*формирование правильной осанки;**
- \*повышение работоспособности организма;**
- \*приобщение ребенка к здоровому образу жизни.**





### Образовательные задачи:

- \* формирование двигательных умений и навыков;
- \* развитие психофизических качеств (силы, ловкости, выносливости, гибкости) и двигательных способностей (координации движений; дыхательных функций) у детей
- \* формирование знаний о видах и способах плавания, об оздоровительном воздействии плавания на организм, осознанности двигательных действий;
- \* развитие пространственного ориентирования;
- \* усвоение спортивной терминологии;
- \* развитие внимания, мышления, памяти.

## **Воспитательные задачи:**

- \*воспитание настойчивости, чувства собственного достоинства, к появлению разумной смелости, решительности, уверенности в своих силах;**
- \*формирование чувства прекрасного;**
- \*создание условий морально-психологического комфорта;**
- \*проявление положительных эмоций.**

**Обучение детей плаванию  
происходит опосредованно,  
через подвижные игры  
и игровые упражнения  
на основе знакомых детям  
образов  
и представлений,  
способствующих активизации  
и обогащению их двигательной  
активности.**

*Применение игровой методики  
обучения и оздоровления  
детей дошкольного возраста  
в процессе занятий плаванием.*

**Из множества методов и приемов,  
используемых в работе  
с детьми дошкольного возраста,  
приоритетным является игровой метод.**

**повышение эффективности  
Цель игровой методики -  
процесса физического  
воспитания и оздоровления  
детей дошкольного  
возраста**

# ***Задачи игровой методики***

- укрепление здоровья, содействие гармоничному психофизическому развитию;**
- формирование устойчивого интереса к занятиям плаванием;**
- развитие двигательных умений в водной среде как основы дальнейшего обучения плаванию;**
- обеспечение эмоционального благополучия при выполнении физических упражнений в водной среде;**
- создание условий для творческого самовыражения детей в процессе игровых действий в водной среде**

***Игровая методика обучения детей дошкольного возраста направлена на достижение следующих результатов:***

- \* повышение показателей физического развития детей**
- \* повышение показателей уровня физической подготовленности**
- \* уменьшение числа случаев ухудшения состояния здоровья детей**

## ***ТРИ ОСНОВНЫХ ПРИНЦИПА ПРИ ОБУЧЕНИИ ПЛАВАНИЮ***

- 1. Принцип «от простого к сложному»**
- 2. Принцип «от целого к частному»**
- 3. Принцип учета возрастных различий и индивидуальных психофизических особенностей детей**







**Плавание – жизненно  
необходимое умение,  
незаменимое с точки зрения  
здоровья,  
которому нужно учиться  
с детства.**

## 7 причин заняться плаванием:

Плавание - спорт, который может спасти Вашу жизнь

Пловцы делают больше успехов в учебе и работе

Плавание заставляет работать мышцы всего тела и сжигает максимум калорий

Плавание - спорт, которым Вы можете заниматься на протяжении всей жизни

Плавание дает уверенность в своих силах

Плавание помогает детям ставить цели и достигать их

Умение плавать открывает много других водных видов спорта и возможностей которым Вы можете заниматься на протяжении всей жизни

Плавание дает уверенность в своих силах

Плавание помогает детям ставить цели и достигать их

Умение плавать открывает много других водных видов спорта и возможностей