

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