

Положительное влияние занятий в бассейне на психофизическое развитие детей дошкольного возраста

Выполнила: инструктор по плаванию
Любимова Евгения Валерьевна

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, воспитывают стойкость 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, подвижность в суставах, координация движений; они также своевременно формируют “мышечный корсет”, способствуя выработке хорошей осанки, предупреждая искривления позвоночника, устраняют возбудимость и раздражительность. Дети, регулярно занимающиеся плаванием, заметно отличаются от сверстников, не занимающихся спортом: они выше ростом, гибкости, силы, меньше подвержены простудным заболеваниям.

Образовательные задачи.

- *укрепление и закаливание детского организма;**
- *гармоничное психофизическое развитие;**
- *совершенствование и 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.**





Принципы организации занятий по плаванию

1. Принцип открытого обучения
2. Принцип учета ведущей деятельности
3. Принцип свободного выбора
4. Принцип дополнения естественного пространства двигательного существования ребенка дидактическим
5. Принцип «от простого к сложному»
6. Принцип «от целого к частному»
7. Принцип учета возрастных различий и индивидуальных психофизических особенностей детей

**Обучение детей плаванию
происходит опосредованно,
через подвижные игры
и игровые упражнения
на основе знакомых детям образов
и представлений,
способствующие активизации
и обогащению их двигательной
активности,
инициативы и творчества,
обеспечению эмоционального
благополучия.**

**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.**

Цель игровой методики -

**повышение эффективности
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**

Принципы организации занятий по плаванию

1. Принцип открытого обучения
2. Принцип учета ведущей деятельности
3. Принцип свободного выбора
4. Принцип дополнения естественного пространства двигательного существования ребенка дидактическим
5. Принцип «от простого к сложному»
6. Принцип «от целого к частному»
7. Принцип учета возрастных различий и индивидуальных психофизических особенностей детей







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



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ