

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №8 «Звездочка»

Здоровым быть здорово!



Инструктор по
физическому воспитанию
**Горох Надежда
Николаевна**

Занятия плаванием в детском саду –

одна из важных форм оздоровительной работы. Желание родителей отдать ребенка в детский сад, оборудованным бассейном, продиктовано необходимостью дополнительно укреплять иммунитет, здоровье ребенка в современном мире.

Занятия плаванием в детском саду проводятся о подгруппам, начиная с младшего дошкольного возраста 3 лет.

Обучение проходит по программе: Осокина Т.И. «Обучение плаванию в детском саду».

Занятия в бассейне проводятся в игровой форме, используется различный водный инвентарь: мячи, игрушки, плавательные доски, тонущие игрушки и т.д. Задачей минимум является ознакомление детей с водой, привыкание к ней, задача максимум – овладение основными видами плавания.



Малышей из младшей группы учат в первую очередь не бояться воды, самостоятельно в нее заходить.



Ребята из средней группы могут уже самостоятельно держаться на воде какое-то время и скользить по ней.



28-11-2016 15:41



29-11-2016 10:48



30-11-2016 10:31

В старшей группе дети осваивают азы «простого плавания»: координации движения рук и ног и правильному выдоху в воду.



Кульминацией обучения становятся занятия в подготовительной группе, когда ребята могут показать высший класс – плавание спортивным стилем.



Организация оздоровления детей в процессе обучения плаванию







Систематические занятия плаванием улучшают физическое развитие у 93,5% детей. Такие дети быстрее растут, у них увеличивается жизненная емкость легких, легкие становятся более мощными, а мышцы более крепкими. А еще у детей укрепляются суставы, сердечно-сосудистая и дыхательная системы, формируется правильная осанка, улучшается кровообращение, укрепляется нервная система, увеличивается сила и выносливость.

Плавание – уникальный способ влияния на организм ребенка!



The background features a dense pattern of light blue water droplets of various sizes. At the top, there are stylized blue and white wavy lines that resemble water ripples or a sky horizon.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!