



## ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ПЛАВАНИЮ В ДЕТСКОМ САДУ



Организация обучения плаванию в детском саду осуществляется в комплексе со всеми разнообразными формами физкультурно – оздоровительной работы, так как только сочетание непосредственно образовательной деятельности в бассейне с рациональным режимом деятельности и отдыха детей может дать положительный результат в укреплении их здоровья и закалывания организма. Дошкольный возраст является самым благоприятным периодом для активного всестороннего развития, как умственного, так и физического. Основной формой восприятия мира ребенком до 7 лет является игра. Купание, игры в воде, плавание благоприятно для всестороннего физического развития ребенка.


Плавание положительно влияет на закалывание детского организма: повышаются иммунологические свойства, улучшается адаптация к разнообразным условиям внешней среды, укрепляется нервная система, крепче становится сон, улучшается аппетит, повышается общий тонус организма, совершенствуются движения, увеличивается выносливость. Плавание благотворно влияет не только на физическое развитие ребёнка, но и на формирование его личности. Развивает целеустремлённость, настойчивость, смелость, дисциплинированность, умение действовать в коллективе. Задачи детского сада – приобщить детей к организованным формам непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию вообще и плаванию в частности, начиная с младшего возраста.

**Для допуска к обучению плаванию в детском саду требуется:**

1. Согласие родителей.
2. Справка от врача-педиатра.

**Противопоказаниями для посещения могут стать:**

- наличие у ребенка открытых ран или кожных заболеваний,
- 

- 
- заболевания глаз и ЛОР-органов,
  - инфекционные заболевания,
  - ревматические поражения сердца в стадии обострения,
  - язвенная болезнь желудка или 12-перстной кишки, и др.

### **Что нужно для посещения бассейна в детском саду**

Если у родителя и участкового педиатра нет возражений к тому, чтобы ребенок осваивал азы плавания в бассейне, то к занятиям по плаванию нужно будет подготовиться и приобрести купальные принадлежности, а именно:

1. Шапочка резиновая, должна быть по размеру, плотно облегать голову ребенка;
2. Трусики для купания (лучше трикотажные, т.к ребенку их легче надеть)
3. Мочалка (небольшого размера, должна поместиться в руку ребенка)
4. Халат махровый с капюшоном  
(его удобно одевать на влажное тело, ребенок не простынет по пути в группу).
5. Резиновые тапочки.
6. Жидкое мыло
7. В старшей группе очки для плавания
8. Плотный пакет небольшого размера с ручками  
(лучше специальная сумочка, она более удобна для детей)

Все купальные принадлежности приносят в день занятий дети с собой в детский сад. После занятия относят обратно домой – чтобы постирать и просушить.

### **Основные правила посещения бассейна в детском саду.**

Как в любом бассейне, здесь также действуют свои правила посещения, ведь речь идет о здоровье детей. В нашем дошкольном учреждении разработаны свои правила, которые лишь немного





дополняют общие рекомендации:

- в день организации плавания детей осматривает медсестра по бассейну;
- перед заходом воду дети обязательно принимают душ с мылом;
- в бассейне нельзя громко кричать и шуметь;
- дети должны четко выполнять все инструкции педагога;
- если ребенок неважно себя чувствует, то ему не рекомендуется посещать бассейн;

Организацию плавания в детском саду обеспечивает инструктор по физической культуре.


Обучение плаванию начинается со второй младшей группы. В начале учебного года температура воды достигает 30 градусов, по мере обучения температура может несколько упасть – до 28 градусов. Было замечено, что при более высокой температуре воды в бассейне дети лучше усваивают материал, быстрее обучаются плаванию. Этому способствует ряд факторов: из теплой воды вылезать не хочется – детям нравится в ней находиться. Кроме этого, теплая вода расслабляет, уходит гиперактивность, которая особенно «популярна» среди современной малышни.

Продолжительность занятия в бассейне четко регламентируется санитарными правилами и зависит от возраста ребенка:

- в младшей группе – 15-20 минут,
- в средней группе – 20-25 минут,
- в старшей группе – 25-30 минут.

Непосредственно образовательная деятельность в бассейне проводится по подгруппам. Число детей не превышает 10 человек. Группа подбирается по возрасту и физической подготовленности.

Дети, которые по каким-либо причинам не занимаются плаванием в детском саду, могут в это время играть в группе с воспитателем или пойти





на прогулку.

Перед началом «плавательного сезона» с детьми проводятся беседы, в которых дошколят знакомят с правилами посещения бассейна.

Непосредственно образовательная деятельность состоит из трех частей:

1. Подготовительная часть проводится на суше и представляет собой физкультминутку,

2. Основная часть проводится в воде, где дети выполняют различные упражнения, играют в водные игры,

3. Заключительная часть, как правило, самая любимая детьми – свободное плавание.

Обучение плаванию проводится в игровой форме, используется различный водный инвентарь: надувные круги, игрушки, плавательные доски, и т.д.

Количество игрушек соответствует количеству детей в одной группе.

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.

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

И, конечно, самое главное – это радость ребенка от общения с водой:

непосредственно образовательная деятельность в бассейне детского сада всегда сопровождается детским смехом, брызгами и феерверком положительных эмоций.