

Плавание - средство воспитания дошкольников.

В марте 2022 года, с воспитанниками младших групп, прошло мероприятие на тему «Плавание - средство воспитания дошкольников».

В начале мероприятия проведена беседа о правилах безопасного поведения в бассейне



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.



Игры на воде являются важным средством разностороннего физического воспитания. Они способствуют развитию физических и умственных возможностей детей, воспитывают волю, чувство коллективизма и товарищество. Поэтому подвижные игры в воде особенно широко применяются при обучении плаванию детей.

По завершению мероприятия было проведено две игры.

Водолазы.

Тренер опускает на дно несколько хорошо видимых предметов под водою. Игроки по очереди ныряют, доставая со дна. Выигрывает тот ребенок, который достанет больше всех предметов за один раз.



Карлики-великаны.

Дети стоят по пояс в воде. Тренер дает сигнал, выкрикивая слово «Великаны!». Все садятся в воду, За сигналом «Карлики!» все игроки подпрыгивают вверх. Тот, кто ошибается, выбывает из воды. Побеждает тот, кто остался.



Обучение плаванию не только предотвращает болезни, но и лечит. В отличие от других систем, плавание развивает симметрию, координацию и выносливость тела. Он стимулирует внутренние органы и определяет их гармоничное функционирование.