



«Перспективы сетевой формы реализации образовательной обучения плаванию детей дошкольного возраста в условиях микрорайона Лебеди города Губкина»



**Заведующий МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад №30 «Росинка»
Михайлова Наталья Ивановна
Заведующий МБДОУ «Детский сад №12 «Вишенка»
Лесникова Марина Николаевна**

«Плавание – это не просто вид спорта, а жизненно необходимый навык, закалка здоровья.»

В.Путин



Цель – выстроить систему всеобщего обучения, чтобы дети умели плавать, укрепляли организм и как следствие меньше болели.

В. Гладков



Ресурсы образовательной организации



Психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса

Программно-методическое обеспечение образовательного процесса

Организационное обеспечение образовательного процесса

Кадровое обеспечение образовательного процесса

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Сетевая форма реализации образовательной программы по плаванию – это современная инновационная технология, которая позволяет не только оптимизировать свои ресурсы, но и использовать ресурсы других образовательных организаций



СОЦИАЛЬНОЕ ПАРТНЕРСТВО



МБДОУ
«Детский сад
№12
«Вишенка»

МАДОУ «Центр
развития
ребенка -
детский сад №30
«Росинка»

МБДОУ
«Детский сад
комбинированн
ого вида №31
«Аленький
цветочек»

Сетевая образовательная программа по обучению плаванию детей старшего дошкольного возраста «Дельфин»

Сетевая образовательная программа
по обучению плаванию
детей старшего дошкольного возраста
«Дельфин»



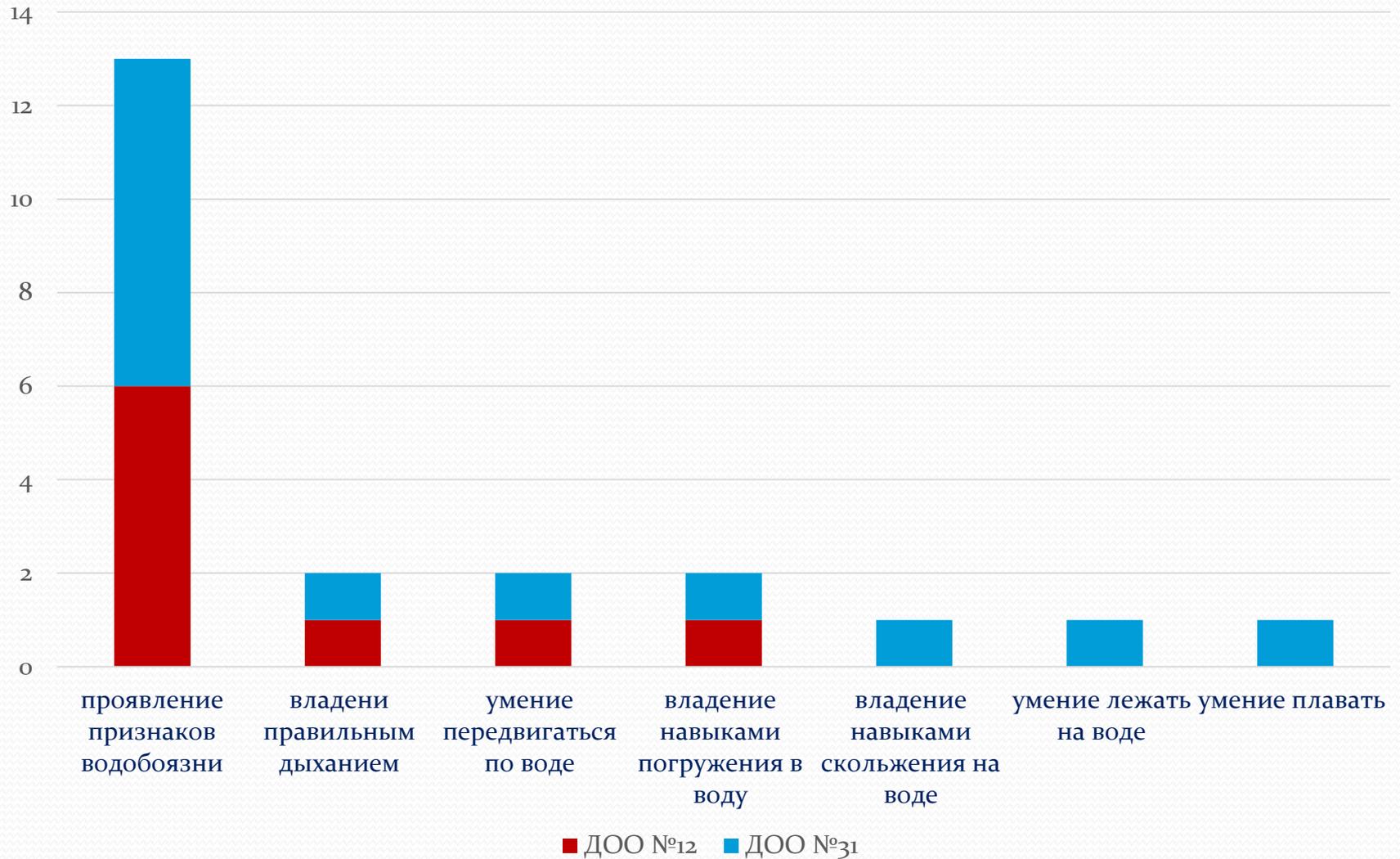
Губкин 2022

1 этап Ознакомление со свойствами водной среды (4 занятия)

2 этап Формирование представления о плавании, разучивание отдельных элементов техники и способа плавания в целом (9 занятий)

3 этап. Совершенствование техники плавания (5 занятий)

Итоги начального мониторинга плавательных умений и навыков дошкольников подготовительных групп



1 этап программы направлен на знакомства ребенка с водой, ее свойствами, правилами поведения в бассейне, душевых, раздевальных



Занятия в форме игр и игровых упражнений



«Акватайм «В гостях у Нептуна»»



Буклеты для родителей по обучению плаванию

Плавание является одним из самых полезных и менее травмоопасных видов физической активности и оказывает на организм удивительное воздействие. Плавание благоприятно воздействует практически на все органы и системы организма человека. И кроме этого доставляет массу удовольствия. Существуют различные стили плавания, которые по-разному воздействуют на организм, но при этом все они полезны для здоровья.



Плавание в детском возрасте является профилактикой простудных, сердечно-сосудистых и других заболеваний, а также нарушений осанки. Кроме этого плавание, как и физкультура в целом, развивает дисциплинированность, самостоятельность и другие личностные качества ребенка!

Плавание для детей любого возраста – это прекрасный способ равномерно и гармонично развить мышцы, получить кардиостимуляцию, укрепить иррегулярный иммунитет. При этом чем раньше ребенок начнет плавать, тем скорее его организм приобретет и навыки, и остальные приятные сопутствующие свойства.

Плавание очень полезно детям для:
 1. Формирования и исправления осанки;
 2. Укрепления нервной системы (особенно полезно для гиперактивных детей), улучшения сна, аппетита;
 3. Укрепления дыхательной сердечно-сосудистой системы;
 4. Развития координации движения;
 5. Улучшения зрения;
 6. Простого для того, чтобы научиться плавать.

Адрес МАДОУ «Центр развития ребенка - детский сад №30 «Росинка» 309184 Белгородская область, г. Гулянка, ул. Гастелло, 10/2
 Тел./факс: 8 (47 241) 6-31 89
 Электронный адрес: madoy-rosinka@mail.ru
 Сайт: http://ds30rosinka.obr.gubkn.ru



Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Центр развития ребенка - детский сад №30 «Росинка» города Гулянка Белгородской области

О пользе плавания для дошкольников



Уважаемые родители!

Плавание является одним из эффективнейших средств укрепления здоровья и физического развития человека, начиная с первого месяца жизни и до старости. Систематические занятия плаванием помогут преодолеть многие проблемы со здоровьем детей.

В процессе плавания давление на опорно-двигательный аппарат, и особенно на позвоночник, заметно снижается. Поэтому плавание является эффективным укрепляющим и корригирующим средством для опорно-двигательного аппарата. Большая динамическая работа ног в безлопастном положении вызывает укрепляющее воздействие на формирующийся детский стопы и предупреждает появление плоскостопия.

В воде устанавливается определенный ритм дыхания, благодаря которому совершенствуются все системы детского организма.



«Если хочешь быть здоров – закаляйся и плавай!»

Занятия в бассейне оказывают укрепляющее действие на растущий детский организм, способствуют росту костной ткани.

Укрепляется работа легких, что препятствует развитию вирусных заболеваний в дыхательных путях.

Детское плавание – своеобразный массаж для всего тела. И, конечно, самое главное – это радость ребенка от общения с водой, занятия в бассейне сопровождаются всегда детским смехом, брызгами, феерическим положительным зарядом.

Первые шаги в плавании

Наблюдения в работе с детьми по обучению плаванию показали, что 50 % детей не могут быстро учиться плавать и на ступа перед водой. Поэтому в бассейне они не выполняют задания инструктора.

Проявляется разрыв в обучении между детьми, которые усваивают программу обучения в темпе, кто боится воды. Эти дети отказываются посещать бассейн под различными предлогами: «Мама не разрешит», «Не хочу сегодня заниматься», «Плохо себя чувствую» и т.д. Поэтому наша рекомендация адресована, прежде всего, родителям, которые хотят, чтобы их дети умели плавать.

В игровой форме в ванне или на речке родители могут применять следующие упражнения:
 Для того чтобы подготовить детей к погружению с головой, сначала надо предложить им зачерпнуть ладонной ладонью и полить лицо прохладной, как «зимней» водой. Далее задание, десять предметов со дня ванны или бассейна в очках для плавания и без них.

Если ребенок научился задерживать дыхание, чуть более трудное задание акваланг зачерпните в сами ладони, гурьте воды и спокойно походите с ладонью воды на лицо ребенка.

Не спеша, понаблюдайте воду из кувшина на лицо, само на голову ребенка.

С этого момента Ваш ребенок готов к началу плавания и брызганья водой.



После этого дети погружаются до уровня подбородка, далее в воду опускается часть головы, сначала до уровня носа, затем - глаз (Игра «Нос утонет»), затем - в воду погружается все лицо.

Теперь можно научиться проплывать это упражнение, можно его облегчить.
 Для этого надо чтобы ребенок опустил сложенные ладони в воду, поднес лицо к воде и опустил его в сами ладони с черепушкой воды. Присев «расположить губы на уровне поверхности воды - дуть на воду, образуя пузырь. Далее задание, десять предметов со дня ванны или бассейна в очках для плавания и без них.

Если ребенок научился задерживать дыхание, чуть более трудное задание акваланг зачерпните в сами ладони, гурьте воды и спокойно походите с ладонью воды на лицо ребенка.

Не спеша, понаблюдайте воду из кувшина на лицо, само на голову ребенка.

С этого момента Ваш ребенок готов к началу плавания и брызганья водой.



Как научить ребенка не бояться воды? Как помочь ему преодолеть робость и боязнь на начальном этапе обучения плаванию?
 Понимая, как выглядит в воде страшно (страшно дышать на дне), Пловцы, словно плывут в воде страшно. Выберете самую удобную игрушку. Вы уже знаете, что это задание направлено на закрепление навыка погружения лица в воду и опускания губ.

Если ребенок не может выдержать первое задание, «опустить» губы не «нада». Попробуйте губу, или поплавок и, прикрепившая к ней, медленную выжимать воду.

Следующее, чуть более трудное задание акваланг зачерпните в сами ладони, гурьте воды и спокойно походите с ладонью воды на лицо ребенка.

Не спеша, понаблюдайте воду из кувшина на лицо, само на голову ребенка.

Робость не должно строгать воду руками движениями головы, задерживать руками, т.д.

Первые шаги в плавании

Наблюдения в работе с детьми по обучению плаванию показали, что 50 % детей не могут быстро учиться плавать и из-за страха перед водой. Поэтому в бассейне они не выполняют задания инструктора.

Проявляется разрыв в обучении между детьми, которые усваивают программу обучения в темпе, кто боится воды. Эти дети отказываются посещать бассейн под различными предлогами («Мама не разрешит», «Не хочу сегодня заниматься», «Плохо себя чувствую» и т.д.). Поэтому наши рекомендации адресованы, прежде всего, родителям, которые хотят, чтобы их дети умели плавать.

В игровой форме в ванне или на речке родители могут применять следующие упражнения.

Для того чтобы подготовить детей к погружению с головой, сначала надо предложить им зачерпнуть ладонной ладонью и полить лицо прохладной, как «зимней» водой.

Затем показать детям, как поплавать свои головы водой и брызгать самим себе в лицо («Дождик»). После этого дети погружаются до уровня подбородка, далее в воду опускается часть головы, сначала до уровня носа, затем - глаз (Игра «Нос утонет»), затем в воду погружается все лицо.

Тем, кто не осмеливается проплывать это упражнение, можно его облегчить. Для этого надо чтобы ребенок опустил сложенные ладони в воду, поднес лицо к воде и опустил его в свои ладони с черепушкой воды. Присев «расположить губы на уровне поверхности воды - дуть на воду, образуя пузырь. Далее задание, десять предметов со дня ванны или бассейна в очках для плавания и без них.

Это интересно!

Научиться плавать детям легче, чем взрослым. Им проще держаться на воде, так как у них толще жировая прослойка и их тело более обтекаемо.

Полным детям несколько проще держаться на воде, тем худым, – это также связано с толстой жировой прослойкой.



Как познаывает практика, в бассейне под руководством инструктора ребенок намного быстрее обучается плаванию, чем малыш.



Уважаемые родители!

Плавание – один из самых простых способов сделать ребенка закаленным, здоровым и физически развитым.

Плавание для детей:

- Закаливание, профилактика простудных и др. заболеваний
- Формирование правильной осанки
- Улучшение обмена веществ, сна, аппетита
- Укрепление нервной, дыхательной, сердечно-сосудистой систем, опорно-двигательного аппарата
- Предупреждение плоскостопия
- Улучшение физических способностей: координации движений, силы, выносливости.

Что делать если ваш кроха еще не умеет плавать? Учить, учить и еще раз учить! И чем раньше, тем лучше. Научиться плавать во взрослом возрасте намного труднее, но никогда не поздно. Обучать можно в бассейне (для детей постарше) и в открытых водоемах. Дети иногда боятся зайти в воду. Надо родителям помочь преодолеть страх.

Как преодолеть чувство страха.
 1. Приучить ребенка к воде нужно с помощью собственного примера. Дети

всегда безгранично доверит родителям.

2. Как можно больше играйте с ребенком в воде. Положительные эмоции – наши главные помощники!

3. Если ребенок боится опускаться в воду, купите очки для плавания.

4. Никогда не заставляйте ребенка делать что-либо в воде силой. Не давите на него.

5. Ни в коем случае не бросайте ребенка в воду. Мол, захочешь выжить – поплывешь. Ребенок еще больше будет бояться воды, и потеряет веру в родителей.

6. Никогда не смейтесь над страхами ребенка.

7. Никогда не сравнивайте его с другими детьми, которые лучше плавают. (Вон Вася уже плавает, а ты что – жуки?) У ребенка возникает комплекс неполноценности.

8. Не показывайте ребенку свой страх (особенно при первом посещении бассейна).

9. Не рассказывайте другим при ребенке о его страхах и опасениях.

Обучение в открытых водоемах
 Это реки, озера, моря. Вроде бы, вода как вода, но правила поведения в ней отличаются. Нельзя оставлять ребенка без присмотра в воде, даже

если он уже умеет держаться на воде.

Случиться может все что угодно, поэтому взрослые всегда должны быть рядом. Следите так же за тем, чтобы ребенок не переохладится, и не получил судорог.

Первое купание не должно превышать по времени 10-15 минут, позже можно увеличить к 30-40. Если, конечно, температура воды позволяет – 25 градусов и выше. С детьми учатся плавать нужно там, где вы хорошо знаете дно и нет подводных ям и риска зацепиться за корягу, удариться о камень или поскользнуться. Дети до 6 лет находятся в воде и делают упражнения на глубине по пояс (от их роста), дети 6-10 – по грудь.

Все плавательные упражнения нужно проводить по направлению к берегу, а не наоборот. При обучении плаванием в открытом водоеме курти, наружники и жилеты обязательно должны быть. Но это не значит, что ребенок обязан постоянно плескаться в них, не снимая. Нужно развивать мускулатуру, осмыслить на некоторое время наружники и жилеты, чтобы ребенок испробовал свои силы.

Повышение компетентности педагогов



мастер-классы «Формирование устойчивого интереса к плаванию у дошкольников»



методическое мероприятие
«Играем везде - на суше и в воде»



Ожидаемый результат данного взаимодействия?



дошкольники будут владеть своим телом в непривычной среде



рост профессионального мастерства специалистов детского сада



поднимается статус образовательных организаций



улучшается качество дошкольного образования в организациях партнерах



**«Люди вместе могут совершить то, чего не в силах
сделать в одиночку; единение умов и рук,
сосредоточение их сил может стать почти
всемогущим . . .»**

Д. Уэбстер



**Адрес МАДОУ «Центр развития
ребенка - детский сад № 30 «Росинка»**
309184 Белгородская область,
г. Губкин, ул.Гастелло,10/2
Тел/факс.: 8 (47 241) 6- 31 89
Электронный адрес madou-rosinka@mail.ru
Сайт: <http://ds30rosinka.obr-gubkin.ru>

Адрес МБДОУ «Детский сад № 12 «Вишенка»
309184 Белгородская область,
г. Губкин, ул. П.Морозова, /2а
Тел/факс.: 8 (47 241) 6- 33 32
Электронный адрес mdou.vishenka@yandex.ru
Сайт: <http://ds12.obr-gubkin.ru>