



«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»



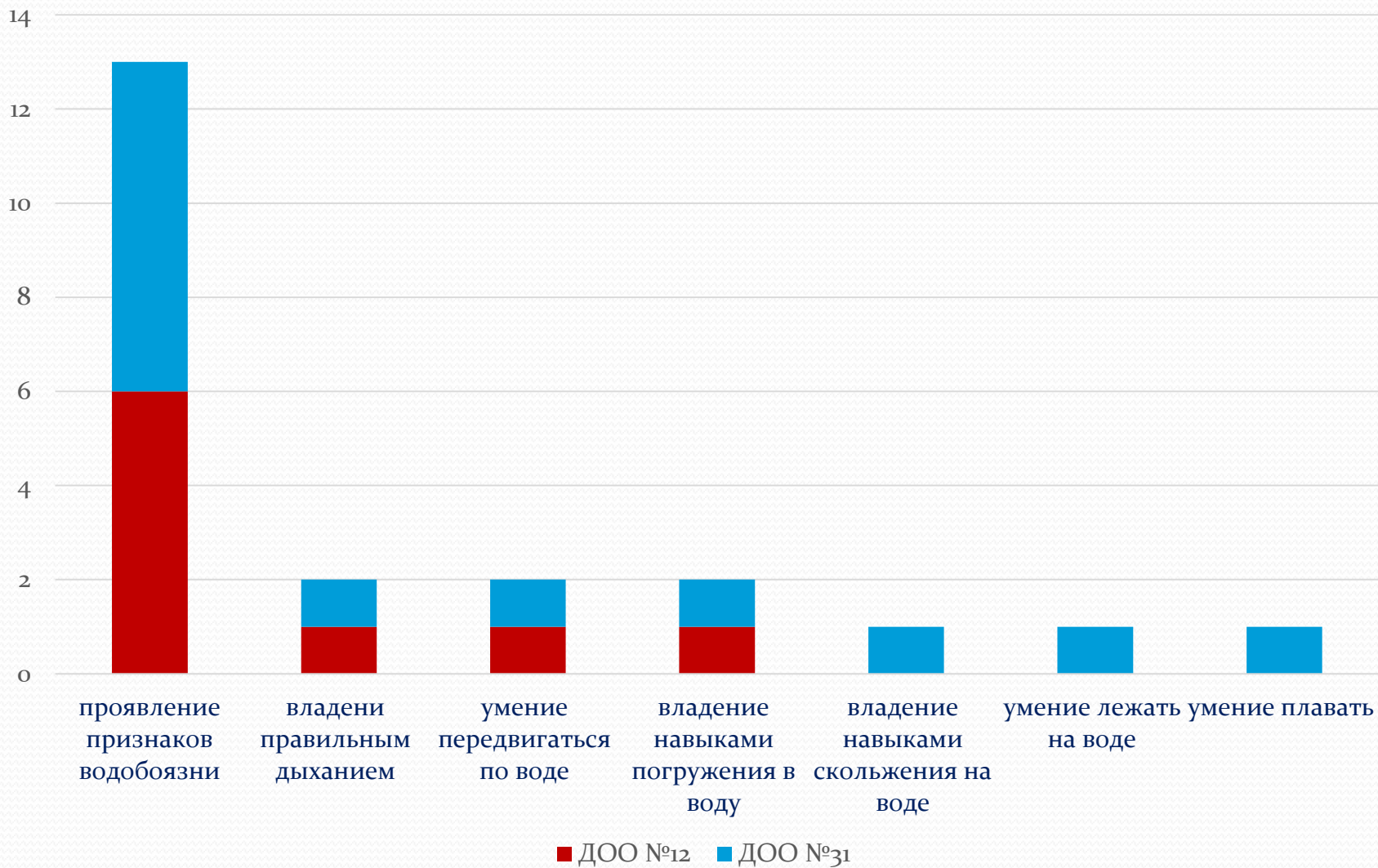
Губкин 2022

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-30nka@mail.ru
 Сайт: http://ds30nka.ob-gub.ru



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

О пользе плавания для дошкольников



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



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 движений, 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 проделать это зачерпывая ладонью воду и поить лицо, проказки, как «показывает» ладонь маленькую рыбку».

Затем показать детям, как поплавать в очках для плавания и без них.

Если ребенок научился задерживать дыхание погружаясь в воду, то можно давать ему «Воздух» как можно дольше, а именно 10 секунд, считать вод водой.

С этого момента Ваш ребенок готов к занятиям в бассейне.



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 проделывать 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 черпачком воды. Присев «расположить губы на уровне поверхности воды - дуть на мыло, образуя мыло. Далее задание, дуть предмест от лица ванны или бассейна в очках для плавания и без них.

Если ребенок научился задерживать дыхание погружаясь в воду, то можно давать ему «Воздух» как можно дольше, а именно 10 секунд, считать вод водой.

С этого момента Ваш ребенок готов к занятиям в бассейне.



Как научить ребенка не бояться воды? Как помочь ему преодолеть робость и боязнь на начальном этапе обучения плаванию?

Первое задание ребенку. Показать, как вытаскивать и везти игрушки (пухлячки, рыбок) на дно. Показать, как нырять в воду игрушки. Выбрать самую любимую игрушку.

Мы уже договаривались, что при плавании шариком на заднем плане шариком лица в воду и открываем глаз.

Если ребенок не может вытаскивать первое задание, «отпустить» чашечку «назад». Намочите губы, или поплавайте и, прикладывая в лицо, медленно выжимайте воду.

Следующее, чуть более трудное задание: аккуратно зажмите в свои ладони губы воды и спокойно поплывте с ладонью воды на лицо ребенка.

Не спеша, поплавайте воду из кувшина на лицо, само на голову ребенка. Ребенок не должен сглатывать воду руками движениями головы, закрывать 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 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 проделать это зачерпывая ладонью воду и поить лицо, проказки, как «показывает» ладонь маленькую рыбку».

Затем показать детям, как поплавать в очках для плавания и без них.

Если ребенок научился задерживать дыхание погружаясь в воду, то можно давать ему «Воздух» как можно дольше, а именно 10 секунд, считать вод водой.

С этого момента Ваш ребенок готов к занятиям в бассейне.

Следующее, чуть более трудное задание: аккуратно зажмите в свои ладони губы воды и спокойно поплывте с ладонью воды на лицо ребенка.

Не спеша, поплавайте воду из кувшина на лицо, само на голову ребенка. Ребенок не должен сглатывать воду руками движениями головы, закрывать руками, т.д.

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.

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

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

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

Уважаемые родители!

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

Плавание дает детям:

- Закаливание, профилактику 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 доверят 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 крути, наружу и вылеты обязательно должны быть. Но это не значит, что ребенок обязан постоянно плескаться в них, не снимая. Нужно развивать мускулатуру, осмыслить на некоторое время наружу и вылеты, 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>