

Муниципальное автономное дошкольное  
образовательное учреждение «Детский сад № 404»  
Авиастроительного района города Казани

*« Комплексное использование подвижных игр,  
элементов аква-аэробики и гимнастики как  
средство повышения плавательных способностей  
у детей дошкольного возраста ».*

Из опыта работы  
инструктора по физической культуре  
(плавание)

Павловой Светланы Александровны

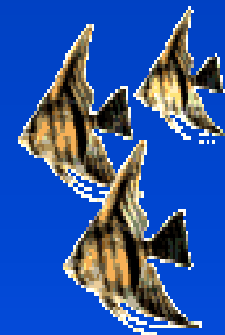




**Плавание** - не только удовольствие. Оно приносит огромную пользу.



Замечено, что у детей, регулярно занимающихся плаванием, повышается сопротивляемость к болезням и общий тонус организма, совершенствуются движения, вырабатывается пластика, формируется жизненно важный навык - умение держаться на воде. Физическое развитие, которое получает ребенок на раннем этапе жизни, впоследствии позволит ему более успешно развить физические качества, такие как ловкость, быстрота, выносливость...





**Актуальность** поиска новых путей и форм укрепления здоровья детей дошкольного возраста объясняется рядом причин: экологически неблагоприятным образом жизни, повышенным потоком информации и высокой степенью утомляемости. Именно в первые семь лет у детей закладываются основы здоровья, формируется большее количество жизненно важных двигательных навыков и умений, создаются решающие предпосылки для всестороннего гармоничного развития личности. Дошкольники постоянно ощущают потребность в движении, объем которого обуславливается закономерностями роста детского организма, активным взаимодействием его с окружающей средой.

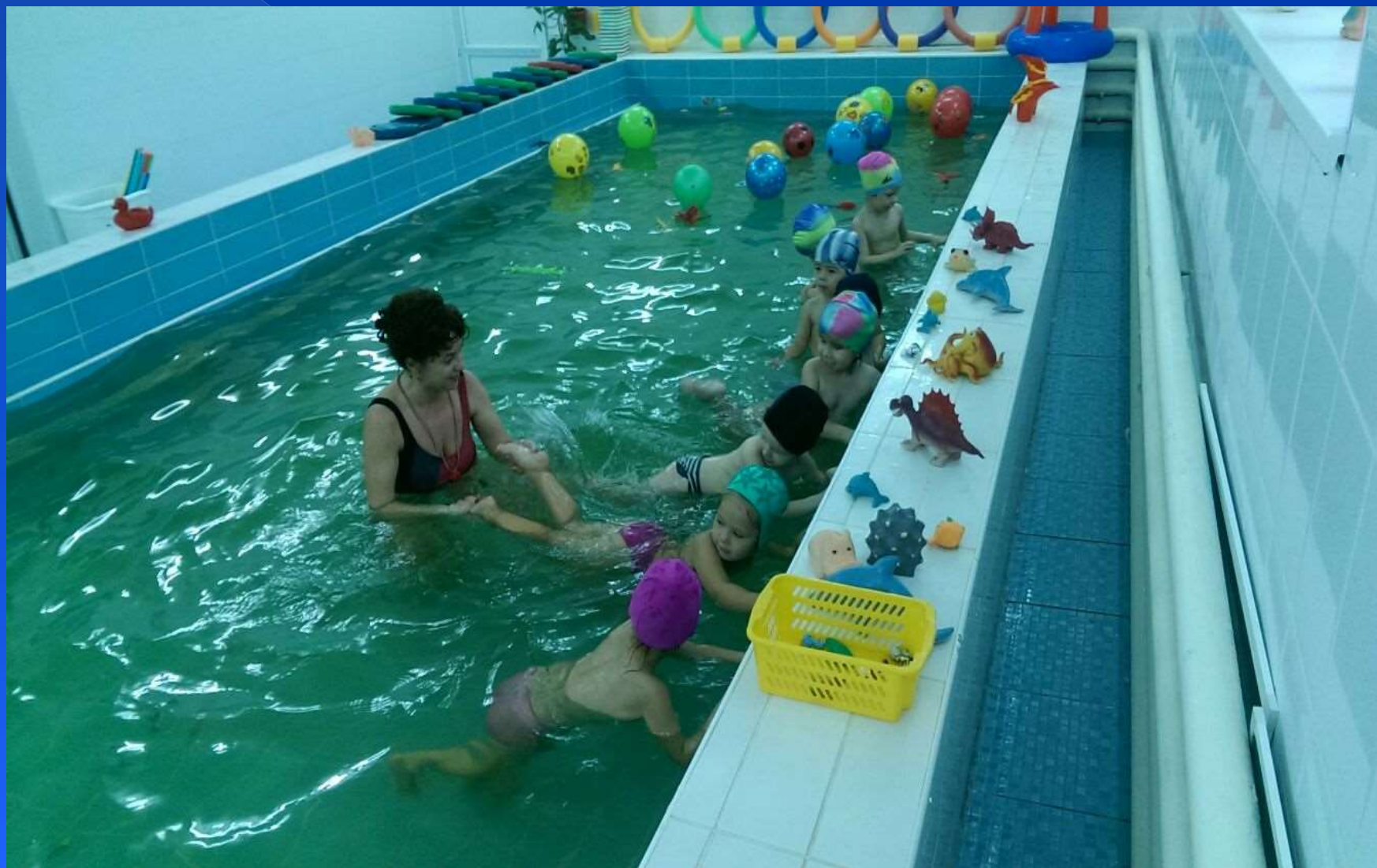
Практическая деятельность инструктора по физической культуре в дошкольном учреждении регламентируется требованиями программы, выполнению которых призваны способствовать методические рекомендации, пособия, популярные издания. Однако обозначенные в базисной программе требования, как показывает опыт, не достаточно отражают реальные возможности ребенка.

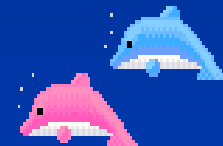




## ПЛАВАНИЕ – жизненно важный навык!

Для малышей умение плавать – средство для всестороннего физического развития и залог безопасности.





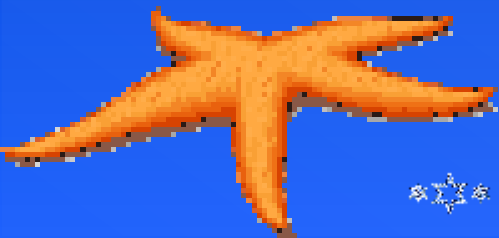
## *Ведущая педагогическая идея*

заключается в поиске условий, обеспечивающих эффективность процесса обучения плаванию детей дошкольного возраста.

## *Новизна*

комплексное применение подвижных игр и игровых упражнений, элементов аква-аэробики, гимнастических упражнений в воде при обучении детей плаванию. Дети должны не только получить основные навыки плавания, но и научиться применять их при освоении более сложных координационных движений в воде.

# Обучение движению ног способом «кроль» - игра «Торпеды – в цель»





# Основная цель



теоретически обосновать и разработать нетрадиционный подход в обучении дошкольников плаванию, обеспечивающий развитие физических качеств, координационных и двигательных способностей детей, апробировать его на практике.

## Задачи

- ✓ создать условия для разностороннего развития детей дошкольного возраста;
- ✓ с максимальной эффективностью использовать все факторы, способствующие укреплению здоровья и физической выносливости;
- ✓ формировать новые двигательные умения и навыки, используя подвижные игры и игровые упражнения на воде, элементы аква-аэробики, гимнастики;
- ✓ научить детей уверенно и безбоязненно держаться на воде и заложить прочную основу для дальнейших занятий плаванием;
- ✓ проследить динамику освоения двигательных навыков в плавании.

**Игра на дыхание «Резвые шарики»**



**Игра «Дельфинчики»**



**Игра «Морские звёзды»**



**Игра «Искатели клада»**

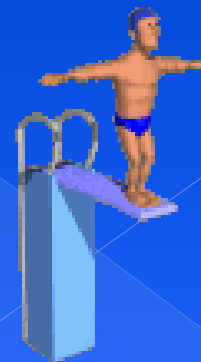


*Формы работы,  
используемые для освоения плавательных движений.*

**Подвижные игры**

**Аква-аэробика**

**Гимнастика**



**Игра** - основная форма обучения в дошкольном возрасте. Подвижные игры и игровые движения – естественные спутники жизни ребёнка, обладающие великой воспитательной силой, формирующие физические и личностные качества ребёнка. В игре ребёнок познаёт мир, малыш отвлекается от процесса обучения, он включается в игру и вместе с персонажами игр и игрушками осваивает водное пространство преодолевая психологические проблемы и страхи перед водой.

### Игра «Смелые ребята»



Игровое упражнение «Высоко летаем, глубоко ныряем»



## Игра « Морской бой »



## Игра « Насос »



## Игра «Пушбол»





**Игра «Гонка мячей»**



**Игровое упражнение  
«самая красивая Звезда»**



**Игровое упражнение «Фонтанчик»**



**Игра «Дружная команда»**



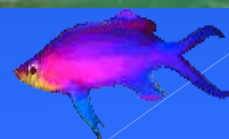
## Аква-аэробика.

С помощью аква-аэробики укрепляются даже те мышцы и связки, которые с трудом развиваются при занятиях в зале. Разминка в воде чудесный гидромассаж всего тела.

Оздоровительный эффект от занятий аква-аэробикой выражается в улучшении показателей физического развития, улучшении функций опорно-двигательного аппарата (увеличивается сила мышц и подвижность суставов), повышении общей выносливости и увеличении эмоционального состояния детей.



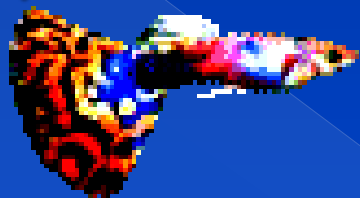








**Гимнастика.** Гимнастические упражнения в воде способствуют развитию физических и координационных способностей детей, что способствует более полному освоению плавательных движений.







*Спасибо за внимание!*

