

Помощь родителей в подготовке детей к занятиям плаванию.

Успешность обучения дошкольников практическим навыкам плавания и степень его оздоровительного влияния зависят от того, насколько четко и правильно соблюдаются все основные требования к его организации. Обучать ребенка плаванию – личное решение каждой семьи.

Плавание – уникальный вид спорта, который развивает все стороны физического развития, а систематические занятия плаванием ведут к совершенствованию органов кровообращения, повышается иммунитет, укрепляется нервная система, крепче сон, улучшается аппетит.

С помощью квалифицированного специалиста на первом этапе необходимо научить ребенка не бояться воды и водного пространства. Самое главное, уверенно и безбоязненно передвигаться и держаться на воде, «владеть» водой. Только после этого можно переходить к обучению начальной техники всех видов плавания.

Родители могут помочь научить детей плавать. Обязательно ведите разговор о правилах в воде. Дайте понять ребенку, как хорошо учиться плавать, и как опасно нарушать правила. Приобретите тонущие и плавающие игрушки, чтобы как можно больше заинтересовать ребенка к играм в воде.

Игрушки являются основным средством обучения: можно посчитать, сколько игрушек в воде, достать игрушку, задержав дыхание, играть в воде с любимой игрушкой.

Успех в обучении плаванию может быть достигнут лишь в том случае, если будут учтены особенности каждого ребенка. **Если у вас возникли вопросы, подойдите к специалисту индивидуально, побеседуйте, обсудите трудности, которые испытывает ребенок в воде.**

Хорошие успехи в плавании достигаются при умелом сочетании многообразия словесных, наглядных, практических методов и приемов. Важно поддерживать положительное эмоциональное отношение детей к занятиям на всех этапах обучения, стремиться к тому, чтобы упражнения и игры в воде доставляли ребятам удовольствие и радость, побуждали их к самостоятельности, стремлению хорошо плавать.