

Декабрь 2023г.

Одним из основных направлений работы образовательной деятельности нашего «Теремка» является физкультурно-оздоровительное, которое ориентированно на эффективное физическое развитие и укрепление здоровья ребенка. В процессе решения этой задачи особое внимание уделяется усилению образовательного потенциала физической культуры через использование альтернативных методов и приемов, дополняющих и обогащающих традиционные виды детской деятельности в условиях образовательного учреждения. Один из них - занятия плаванием.

Наши воспитанники кроме основных занятий по плаванию посещают дополнительные занятия в бассейне: группа №3 «Школа плавания на воде» (дети 2-3 лет), группы №№ 5,6,7,8,9,10,11,12,14,15 «Олимпиец» (дети 3-8 лет).

Цель дополнительных занятий - способствовать тренировке и совершенствованию механизмов терморегуляции, повышению устойчивости организма к неблагоприятным факторам внешней среды.

Задачи:

- укрепление и закаливание организма детей с помощью занятий плаванием,
- освоение элементарных навыков плавания: освоение навыков, начиная с передвижения в воде, погружения в воду,
- учить владеть телом в непривычной обстановке.

«Школа плавания на воде» - поэтапная система по обучению плаванию детей раннего возраста (пассивное плавание с поддержкой взрослого), где особое внимание уделяется психологической поддержке воспитанников раннего возраста.

«Олимпиец» - система занятий от простого к сложному:

- лежание на воде (1 год обучения),
- скольжение, далее скольжение с дыханием, на спине и груди, плавание кролем без выноса рук (2 год обучения),
- скольжение с работой ног способом «кроль» и различным положением рук (3год обучения),
- плавание способом «кроль» в полной координации (4 год обучения).





