

Презентация

«Использование здоровьесберегающих технологий на занятиях по плаванию»



Инструктор по плаванию:
Харченко Ольга Игоревна
МКДОУ «Детский сад «Белочка»

Актуальность: занятия плаванием имеют огромное воспитательное значение. Они создают условия для воспитания смелости, дисциплинированности, уравновешенности у детей, способствуют развитию умения действовать в коллективе, помогать друг другу. Умение плавать, приобретенное в детстве, сохраняется на всю жизнь и является навыком, необходимым человеку в самых разнообразных ситуациях.



Цель: создание условий для общего повышения работоспособности, жизнерадостности, закаливания, обеспечение гармоничного развития, укрепления детского организма

Задачи:

- Формировать представления о безопасном поведении на воде;
- освоить технические элементы плавания у детей дошкольного возраста;
- развивать умение владеть своим телом в непривычной среде, воспитывать навыки личной гигиены;
- воспитывать морально - волевые качества, самостоятельность и организованность, интерес к физической культуре - плаванию.

«Младшие»



«Старшие»



Формы работы:

- Подвижные и спортивные игры на воде
- Упражнения на релаксацию
- Упражнения на развитие физических качеств
- Хороводные игры
- Праздники, развлечения, соревнования, эстафеты на воде.
- Дыхательная гимнастика для увеличения жизненного объема легких
- Беседы на тему ЗОЖ
- Коррекционные упражнения
- Музыкалотерапия (акваэробика, синхронное и фигурное плавание, музыкально - ритмические игры)
- Сказкотерапия
- Пальчиковая гимнастика для развития кистей
- Разминка на суше
- Купание, гигиенический душ, витаминный чай

Гигиенический душ



Разминка



Профилактика нарушения осанки и плоскостопия



Дыхательная гимнастика



Пальчиковая гимнастика



Подвижные, спортивные игры



Хороводные игры



Праздники, развлечения, соревнования



Сказкотерапия



Аквааэробика, синхронное и фигурное плавание



Релаксация



Витаминный чай



Ожидаемые результаты:

- У детей подготовительной группы сформировано бережное отношение к своему здоровью; дети владеют общей координацией плавательных движений - согласование движений рук, ног, дыхания.
- Снижение заболеваемости у детей, укрепление организма.
- Сформирован навык оказания первой помощи утопающему.
- Сформировано умение контролировать свое эмоциональное состояние при экстренной ситуации.
- Сформированы знания о правилах безопасного поведения на воде, правила личной гигиены, основы здорового образа жизни.
- Дети самостоятельно ориентируются в водной среде, умеют организовать игру в воде.





Спасибо за внимание!