Здоровьеформирующие технологии на занятиях по обучению плаванию в детском саду.

 Человек сам творец своего здоровья!

Вода – сама жизнь!

 Здоровье - один из важнейших компонентов человеческого благополучия, счастья, одно из неотъемлемых прав человека, одно из условий успешного социального и экономического развития любой страны. Приоритет здоровья человека как основополагающий принцип государственной политики России в области образования провозглашен в системе нормативных документов. За последние годы физкультура и спорт, становятся, наиболее популярны, в нашей стране. Сегодня в дошкольных учреждениях уделяется большое внимание здоровьесберегающим технологиям, которые направлены на решение самой главной задачи дошкольного образования – сохранить, поддержать и обогатить здоровье детей. Кроме того, серьезной задачей является и обеспечение максимально высокого уровня реального здоровья воспитанников детских садов, воспитание культуры для формирования осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни как собственных, так и других людей.

 На сегодняшний день ведущими психологами, педагогами и работниками медицинской сферы было создано множество различных здоровьесберегающих методик. Все эти технологии направлены в первую очередь на воспитание здоровых физически и психологически детей. Очень важно, имея в саду бассейн, в полной мере использовать возможности для внедрения здоровьесберегающих технологий. Плавание занимает одно из первых мест по популярности среди многих видов спорта. Этот вид спорта рекомендован врачами. Посещение бассейна - это не только закаливающие процедуры и способ научиться плавать, но и воспитание культурно – гигиенических навыков, что также является здоровьесберегающим фактором.

 Вода – это стихия, которая может приносить человеку как пользу, так и вред; всегда остаётся вероятность опасных событий. Велико значение прикладного плавания. В первую очередь, - это оказание помощи терпящему бедствие на водах: умение извлечь человека со дна или из глубины, в случае надобности освободиться от захватов тонущего, быстро доставить его на берег и оказать необходимую доврачебную помощь. Прикладное плавание предусматривает также умение буксировать различные плавающие предметы, переправляться вплавь с грузом или с полной выкладкой, выполнять различные операции, связанные с работой под водой.

 На суше с младшими дошкольниками можно проводить беседы, в которых рассказывается: о правилах поведения на воде, о значении плавания, о свойствах воды; со старшими дошкольниками: о способах отдыха на воде во время плавания, о том, как дольше продержаться на поверхности воды; в подготовительных группах: о способах переправы через водоем в естественных природных условиях, о мерах по предупреждению несчастных случаев на воде, о наиболее характерных захватах и приемах освобождения от них, о способах удержания пострадавшего во время транспортировки, приемах искусственного дыхания. В программе «Обучение плаванию детей от 2 до 7 лет» в старших группах предусмотрено обучение навыкам прикладного плавания.

 Цель здоровьесберегающих образовательных технологий обеспечить ребенку в условиях комплексной информатизации образования возможность сохранения здоровья, сформировать необходимые знания, умения и навыки не только общеобразовательного характера, но и здорового образа жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

 Первое впечатление от посещения бассейна очень сильно влияет на эмоции детей и дальнейшее желание посещать его. Если адаптация на воде прошла успешно, то это очень хорошо влияет и на «общую адаптацию» ребёнка к детскому саду. Занятия плаванием у большинства детей становится любимым видом деятельности в детском саду. Очень важно вести работу по преемственности между инструктором по физической культуре и воспитателем по физической культуре. Воспитатель по физической культуре включает специальные упражнения в свои занятия в зале, что очень помогает на занятиях в бассейне.

 В бассейне детского сада в полной мере можно использовать возможности для внедрения здоровьесберегающих технологий, таких как: помощь в прохождении адаптации у детей ясельных групп и детей более старшего возраста, впервые пришедших в дошкольное учреждение; также и элементы прикладного плавания, беседы, досуги и многое другое.

 Каждый человек должен уметь плавать, и чем раньше он научится, тем не только сможет в большей мере воспользоваться его благотворным влиянием, но и сохранить свою жизнь!