**Родительское собрание в средней группе.**

**Тема: «Влияние купания на развитие ребёнка».**

Добрый вечер, уважаемые родители! Очень рада видеть вас в нашем уютном, светлом зале. Разрешите представиться. Петрова Елена Фёдоровна, имею высшее педагогическое образование, стаж работы с детьми дошкольного возраста – больше 20 лет, обучаю ваших детей плаванию.

Я считаю, что главное в обучении плаванию, это преодоление ребёнком негативного отношения к воде, адаптация его к водному пространству через игры и игровые упражнения.

Нужно отметить, что плавание не только полезно для оздоровления и физического развития человека, но и то, что умение плавать является навыком, необходимым человеку в самых разнообразных ситуациях. Большое количество несчастных случаев с детьми на воде происходит из-за неумения плавать. Если всех детей с самых ранних лет научить свободно держаться на воде и плавать, то многие детские жизни будут ограждены от возможного несчастья.

Физиологической основой системы обучения плаванию в условиях детского сада являются благотворное воздействие быстро чередующихся движений и разнообразное воздействие воды, связанное с её физическими , термическими, химическими и механическими свойствами на организм ребёнка.

Так же в воде уменьшается статическое напряжение тела, снижается нагрузка на позвоночник, плавание способствует формированию и укреплению скелета. Активные движения ног в безопорном положении , большая амплитуда и динамичность движений увеличивают работоспособность и силу разных мышц, благодаря чему укрепляется опорно – двигательный аппарат.

Детям с избыточной массой тела вода создаёт благоприятные условия для выполнения физических упражнений , которые они практически не могли выполнить в условиях спортивного зала.

Особое положение тела в воде оказывает благоприятное воздействие и на центры головного мозга. Даже лёгкое её течение, колебание, волны массируют тело, укрепляя сосуды кожи и нервные окончания. Это активизирует «игру сосудов», повышает обмен веществ, облегчает отток крови, укрепляет нервную и сердечно – сосудистые системы, и ребёнок после плавания чувствует себя обновлённым.

Занятия плаванием повышают функциональную устойчивость вестибулярного аппарата, улучшают чувство равновесия. Гидростатическое давление воды стимулирует работу нервных окончаний, тем самым укрепляя нервную систему ребёнка. Кроме того, благодаря разнице температур и большому расходу энергии в процессе плавания регулируется обмен веществ и поддерживается оптимальное соотношение мышечной и жировой массы тела.

Важным физиологическим воздействием плавания на организм ребёнка следует считать закаливание, развитие устойчивости к простудным заболеваниям.

Занятия плаванием – лучшая тренировка дыхательной системы. Во время вдоха происходит усиленная работа дыхательных мышц, которым приходится преодолевать давление воды 15-20 кг. На поверхность груди. Выдох, который , обычно, выполняют в воду, также затруднён. Такая регулярная гимнастика укрепляет дыхательную мускулатуру, что очень важно для детей с заболеванием органов дыхания.

Водные процедуры типа купания в ванне и бассейне, обливания, плавание, игры и развлечения в воде способствуют оздоровлению детей. При плавании ребёнок дышит чистым, лишенным пыли и достаточно увлажнённым воздухом.

Занятия плаванием способствуют также развитию физических качеств ребёнка – выносливости, гибкости, ловкости, силы. Благодаря включению в занятия и игры на воде циклических движений, нагрузка на мышцы распределяется равномерно, а плавное выполнение движений снижает риск травмотизма.

Плавание оказывает большое влияние и на формирование психических процессов ребёнка. Процесс обучения плаванию требует от детей произвольного внимания и сосредоточенности. Малыши постепенно приучаются слушать объяснения педагога, звуковые сигналы, внимательно следить за наглядными ориентирами. Дети учатся концентрировать внимание на показе игр и упражнений на воде и на суше, у них формируется устойчивость внимания.

Особую роль в обучении ориентации в воде играет развитие восприятий и ощущений. Проводятся с детьми специальные игры на развитие чувства воды и чувства времени, учат управлять своими движениями, ориентируясь на ощущения.

Кроме того, в процессе плавания развиваются и различные виды памяти – двигательная, образная, эмоциональная и словесно – логическая. Игры и специальные тренировочные упражнения ориентированы на развитие механической памяти у малышей и словесно – логической – у старших дошкольников. Словесно – логическая память подкрепляется использованием схем и моделей.

Начиная с младшего возраста, начинаю развивать у детей волевые качества личности – настойчивость, смелость, целеустремлённость.

Занятия плаванием имеют огромное воспитательное значение. Они способствуют развитию таких качеств как решительность, дисциплинированность, способствуют умению действовать в коллективе, воспитывают чувство товарищества и взаимопомощи.

Умение плавать, приобретённое в детстве, сохраняется на всю жизнь.

Основная цель обучения плаванию дошкольников заключается в содействии их оздоровлению, закаливанию, в обеспечении всесторонней физической подготовки

Обучение плаванию в нашем детском саду мы называем «Игры на воде», т. к. именно через игры, игровые упражнения и приёмы ребёнок овладевает плавательными навыками. При использовании игровых приёмов инвентарь, спортивное оборудование превращается в добрых помощников, например, резиновые мячи в волшебную жемчужину, надувной матрац - в корабль, обруч –в домик, пещеру, тоннель, плавательные доски в –плот и другое.

Замечательный российский учёный, педиатр и педагог Юрий Фёдорович Змановский считал, что плавание содействует увеличению умственной и физической работоспособности, улучшению эмоционального состояния, полноценному физическому и психическому развитию детей, укреплению их здоровья и становлению здорового образа жизни.

И. П. Павлов говорил, что вид, шумводы, соприкосновение с ней вызывают сильнейшие положительные эмоции.

Оздоровительные праздники и развлечения в бассейне необходимы детям как воздух: получая положительно эмоциональный заряд , организм ребёнка открывается добру и красоте. Недаром врачи, физиологи, педагоги ставят знак равенства между весельем, лучистой улыбкой и физическим здоровьем.

**Предлагаю Вашему вниманию видеофильм развлечение «Айболит в гостях у ребят».**

**Мне очень близки слова академика, хирурга Н. М. Амосова и именно ими я заканчиваю сегодняшнее выступление: «Если нельзя вырастить ребёнка , чтобы он не болел, то во всяком случае, поддержать его высокий уровень здоровья вполне возможно».**

Ваши вопросы, предложения? Спасибо за внимание, до свидания, до новых встреч.