

Актуальность. Общеизвестно, что плавание способствует поддержанию достигнутого ребенком уровня здоровья, достаточного уровня двигательной активности и увеличению функциональных резервов детского организма.

Плавание – сравнительно молодой вид спорта. Системное обучение плаванию в нашей стране стало предметом педагогической теории и практики лишь в середине прошлого века. История обучения плаванию в условиях дошкольной образовательной организации насчитывает всего несколько десятков лет.

Главное в обучении плаванию в детском саду – преодолеть негативное отношение ребенка к воде, адаптировать его к водному пространству, по возможности использовать плавание в бассейне как средство оздоровления и полноценного физического развития ребенка, сочетая основы спортивного плавания с решением задач адаптации и профилактики. Кроме того, плавание является для ребенка жизненно необходимым навыком, предотвращающим несчастные случаи на воде.

Все задачи по обучению плаванию решаются в комплексе и направлены на воспитание гармоничного развития личности.

Общие оздоровительные задачи обучения плаванию направлены на охрану и укрепление здоровья ребенка, его гармоничное психофизическое развитие, совершенствование опорно-двигательного аппарата, формирование правильной осанки, повышение работоспособности организма, приобщение ребенка к здоровому образу жизни.

Общие образовательные задачи обучения плаванию направлены на формирование двигательных умений и навыков, развитие психофизических качеств (силы, ловкости, выносливости, дыхательных функций и др.) и двигательных способностей (координации движений, дыхательных функций), формирование знаний о видах и способах плавания и собственном теле, об оздоровительном воздействии плавания на организм, осознанности двигательных действий, о телесной рефлексии, развитии пространственных ориентировок; усвоение спортивной терминологии, развитие внимания, мышления, памяти.

Общие воспитательные задачи обучения плаванию направлены на воспитание двигательной культуры, нравственно-волевых качеств: смелости, настойчивости, чувства собственного достоинства. Ребенок, который преодолел страх перед водой, начинает уверенно чувствовать себя в коллективе. Огромная радость и счастье светятся в его глазах, когда он понимает, что преодолел свой страх, стал сильнее и увереннее в себе.