



*Муниципальное автономное дошкольное образовательное
учреждение города Когалыма «Буратино»*

От игры к прикладному плаванию

*Инструктор по физической культуре
Локтик Айгуль Рузильевна*



Мы любим плавание



Не просто спорт...



Спорт сильных и смелых...



Бассейн в ДОУ



Статистика МЧС



Что такое
прикладное
плавание?



Что такое прикладное плавание?



**Прикладное плавание –
это знания, умения и
навыки плавания, которые
помогают держаться на воде в
сложных ситуациях,
случающихся с детьми в
жизни.**

Что такое прикладное плавание?

 - способность человека уверенно держаться на воде и производить в воде жизненно целенаправленные жизненно необходимые действия и мероприятия;

 - способность не растеряться в экстремальных ситуациях;

 - смелость, сплоченность, выносливость, взаимовыручка;

 - основы безопасности на большой воде



Что такое прикладное плавание?

- - Оказание помощи уставшему на воде;
- - спасение тонущего и его последующая буксировка к берегу на безопасное место;
- - переправа вплавь до места назначения;
- - доставание со дна различных предметов;
- - плавание в одежде, с рюкзаком на спине, с завязанными руками и ногами, ориентировка под водой



Игровая деятельность в плавании



Игра как основной вид деятельности...



Усложненное ныряние, подныривание



Усложненное ныряние, плавание



Усложненное ныряние, плавание

Использование
подручных предметов в
плавании



Усложненные двигательные действия



Плавание с опорой
на предмет



Плавание на спине с
предметом в руках

Школа юного спасателя «Дельфин»



Прикладные умения плавания по Семёнову Ю. А.



Дыхательная гимнастика для плавания



ХМАО-Югра, город Когалым

ноябрь - 2019 год

Муниципальное автономное дошкольное
образовательное учреждение города
Когалыма «Буратино»

Дышим правильно по методике Стрельниковой

Инструктор по физической культуре: Ласкина Айгуль Рузильевна



Чем же полезна гимнастика Стрельниковой для дошкольников?

Использование гимнастики для детей дошкольного возраста дает активное развитие головного мозга, укрепляет организм, способствует его лучшему развитию, а также укрепляет иммунитет, повышает сопротивляемость организма к различным заболеваниям и способствует развитию дыхательной системы.

- голова;
- руки и ноги;
- плечевой пояс;
- живот;
- позвоночник.

Дыхательная гимнастика А.Н.Стрельниковой благотворно влияет на все тело в целом, способствует развитию мышечной системы и способствует развитию дыхательной системы.

- Может проводиться в любое время, в любое время (в течение 20 минут до еды и после еды);
- На утренней гимнастике;
- Физкультуры занятии;
- Гимнастика после дневного сна;
- На прогулке (температура выше +10-15°C);
- На прогулке гимнастика особенно полезна;
- Свежий воздух;
- Есть возможность для индивидуальной работы;
- Организм активно участвует в процессе и способствует развитию всех органов и систем.



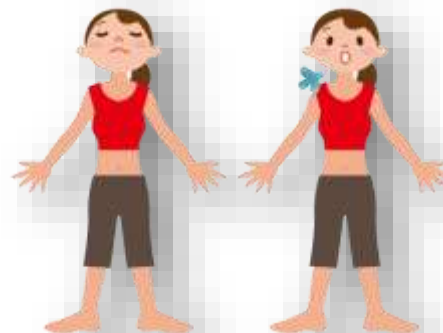
Все упражнения делаются свободно и легко, без всякого усилия и напряжения.

Эта гимнастика способствует развитию, бодрости, повышает настроение, улучшает настроение.



Основные упражнения гимнастики Стрельниковой для детей дошкольного возраста:

1. ЛАДОШКИ
2. ПОГОНЧИКИ
3. НАСОС
4. КОШКА
5. БОЛЬШОЙ МАЯТНИК
6. УШКИ



Дыхательная гимнастика Стрельниковой – это незамысловатый, но эффективный метод.

Перспективы, приоритеты

Транспортировка
уставшего...



Плавание,
с блокировкой
рук, ног



Результат использования элементов прикладного плавания в работе

1

**ДЕТИ
ПРОДОЛЖАЮТ
ЗАНИМАТЬСЯ
ПЛАВАНИЕМ В
СЕКЦИЯХ**

2

**ПОБЕДЫ,
ВЫСОКИЕ
РЕЗУЛЬТАТЫ В
СОСТЯЗАНИЯХ**



3

**ВЫСОКИЙ
УРОВЕНЬ
ПСИХО-
ФИЗИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВКИ**



4

**НАВЫК
БЕЗОПАСНОГО
ПОВЕДЕНИЯ
НА ВОДЕ**

5

**ВЫБОР
ПРОФИЛЬНОЙ
ПРОФЕССИИ**

Навык и знания поведения на воде



Не просто спорт...





Муниципальное автономное дошкольное образовательное
учреждение города Когалыма «Буратино»

Инструктор
по физической культуре
Локтик
Айгуль Рузильевна