

Консультация для родителей «Плавание как средство подготовки детей 6-7 лет к обучению в школе»

Мехнина Ольга Юрьевна,
инструктор по физкультуре,
МАДОУ ЦРР – д/с № 6
г.Шебекино

Подготовка к школьному обучению предполагает, прежде всего, повышение общего уровня развития детей, укрепления здоровья, повышение физической и умственной работоспособности, совершенствование мышления, воспитание определенных личностных свойств. Психолого-педагогические исследования показывают, что основное значение для подготовки детей к обучению в школе имеет общеобразовательная работа, направленная на всестороннее развитие детей. Особое внимание при этом уделяется организации различных видов деятельности - рисованию, конструированию, элементарному труду и др. В то же время вопрос подготовки старших дошкольников к обучению в школе средствами и методами физических упражнений изучен еще не достаточно.

Одним из наиболее эффективных средств и методов физического воспитания в дошкольном возрасте является плавание. Оно содействует гармоничному физическому развитию, стимулирует деятельность нервной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем, значительно расширяет возможности опорно-двигательного аппарата. В процессе занятий плаванием дети расширяют свой двигательный, волевой, эмоциональный опыт, опыт общения. Плавание является одним из лучших средств закаливания, формирования навыка правильной осанки.

Этап начального обучения плаванию старших дошкольников в условиях детского сада должен быть направлен на решение двух основных задач: формирование навыка плавания и обеспечение высокого уровня физической и психологической подготовленности к обучению в школе. Однако при подготовке детей к школьному обучению не везде и не всегда используются все доступные средства и методы, а в частности возможность физических упражнений. В работе с детьми ставилась задача использовать плавательные упражнения главным образом в целях общего разностороннего развития детей 6-7 лет.

Плавание располагает большими потенциальными возможностями укрепления здоровья, развития способностей, необходимых для успешного овладения школьной программой. Оно оказывает разностороннее воздействие на детей. С помощью специальных упражнений и плавательных движений

можно предупредить плоскостопие, способствовать формированию навыка правильной осанки, разностороннему развитию мышечной системы. В результате преодоления нагрузок, которым организм детей подвергается в процессе регулярных занятий плаванием, укрепляется мышечная ткань предсердий и желудочков сердца, а также равномерно увеличивается объем его полостей. Вследствие этого сердце приобретает способность работать экономно, что улучшает деятельность всей системы кровообращения.

Систематические занятия плаванием повышают силу и подвижность нервных процессов в коре больших полушарий, ребенок становится более уравновешенным, лучше контролирует свое поведение, повышается пластичность его нервной системы, быстрее приспосабливается к новым видам деятельности в различной обстановке. В процессе занятий плаванием дети обогащаются не только двигательным опытом, но и эстетическим, эмоциональным, волевым, нравственным, спортивным. Наиболее важную роль играет двигательный опыт. На его основе у ребенка формируется уверенность в своих силах, он служит основой для успешного овладения всей дальнейшей школьной программой.

Занятия плаванием способствуют не только физическому развитию детей, но и оказывают на них психологическое воздействие. Обучение плаванию вызывает у детей необходимость преодолевать чувство страха и неуверенности в своих силах. Поэтому правильно организованные занятия способствуют развитию волевых свойств: смелости, решительности, самостоятельности, дисциплинированности. Водные процедуры прививают стойкие гигиенические навыки, которые постепенно становятся у детей потребностью и привычкой.

Включение в процесс подготовки старших дошкольников к обучению в школе занятий по плаванию не только не снижает темпов физического и психического развития детей, но и существенно улучшает их подготовленность к школьному обучению. Это выражается в том, что под влиянием занятий плаванием, независимо от методик проведения занятий, у всех детей дошкольного возраста улучшается состояние здоровья, физическое развитие и физическая подготовленность, физическая и умственная работоспособность, развиваются психические и личностные свойства (способности), необходимые для успешного овладения учебной программой школы.

Плавание способствует более качественной подготовке детей обучению в школе, так как оно оказывает положительное воздействие на все стороны личности ребенка: физическое развитие, здоровье, физическую подготовленность, психику, личностные свойства детей. Это подтверждается результатами психомоторного развития детей. Большинство детей занимающихся плаванием имеют высокий уровень готовности к обучению в школе.