

## Консультация для родителей

### «Бассейн, как средство оздоровления детского организма»



#### Уважаемые родители!

Организация работы в бассейне осуществляется в комплексе со всеми разнообразными формами физкультурно-оздоровительной работы, так как сочетание непосредственно образовательной деятельности в бассейне с рациональным режимом деятельности и отдыха детей может давать положительный результат в укреплении их здоровья и закаливания.

Дошкольный возраст является самым благоприятным периодом для активного всестороннего развития, как физического, так и умственного. Занятия в бассейне влияют на формирование его личности. Не все дети свободно идут в бассейн, они боятся воды, глубины. Установлено, что главная опасность на воде – не действия в ней, а чувство страха и боязнь глубины. Занятия в бассейне развивают целеустремленность, настойчивость, смелость, дисциплинированность. Регулярные занятия в бассейне положительно влияют на закаливание детского организма: повышаются иммунологические свойства организма, улучшается адаптация к условиям внешней среды, укрепляется нервная система, улучшается сон, аппетит, повышается тонус организма.

Наше образовательное учреждение использует работу в бассейне как здоровьесберегающую технологию. Что же это такое здоровьесберегающая технология?

Это системно организованная совокупность программ, приемов, методов организации образовательного процесса, которая не наносит ущерб здоровью ребенка.

Какую же цель преследует данная технология в детском саду? Она направлена на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования – сохранение и поддержание здоровья воспитанников в рамках педагогического процесса в детском саду.

Внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательном учреждении используется как закаливание, сохранение и укрепление здоровья детей.

Непосредственно образовательная деятельность в бассейне проводится через 40-50 минут после приема пищи – в рамках непосредственно образовательной деятельности. Организацию данных занятий осуществляет инструктор по физической культуре, который проводит беседы с детьми, занимается с ними в зале перед началом занятий в бассейне, знакомит с правилами посещения бассейна, рассказывает о пользе и значении занятий, помогает им раздеваться, пользоваться душем, феном и т.д.

**Продолжительность занятий в бассейне регламентируется санитарными правилами и зависит от возраста воспитанников:**

В младшей группе – 15 минут

В средней группе – 20 минут

В старшей группе – 25 минут

В подготовительной группе – 30 минут.

Занятия проводятся подгруппами, их число не превышает 5-8 человек.

Оздоровительные мероприятия в бассейне – это своеобразный массаж для организма, это радость от общения с водой, это всплеск положительных эмоций!!!!

**Консультацию подготовил:  
инструктор ФК (бассейн), ГБДОУ № 52,  
Фирсов Сергей Владиславович**