МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ

ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД «РАДУГА»

микрорайон Геолог 15, п.Тазовский Ямало-Ненецкий автономный округ 629350

тел. 8(34940) 2-09-50 [raduga@tazovsky.yanao.ru](mailto:raduga@tazovsky.yanao.ru)

Конспект выступление преодоление психологических преград на пути к успехи в плавании

Инструктор ФИЗО:

Кисляк И.В.

Тазовский   
2022

Умение плавать относиться к числу жизненно-необходимых навыков.

Плавание представляет собой одно их важнейших средств физического воспитания, благодаря чему оно входит в содержание программ физического воспитания дошкольных учреждений.

Плавание способствует оздоровлению, физическому развитию и закаливанию детей.

**Советы воспитателю для привлечения ребёнка к плаванию**

Придумайте сказку. По дороге в бассейн расскажите малышу сказку. Причём главный её герой должен напоминать его самого. И проблема у сказочного героя такая же: биться воды. Включите фантазию и расскажите как герой поборол свой страх. Малыш почувствует себя увереннее.

**Исключите давление.** Шантаж не исключает страх, только прибавит к нему обиду . метод резкого погружения тоже противопоказан. Не ставьте в пример детей которые уже купаются. Ваши упрёки приведут к комплексу неполноценности.

**Действуйте постепенно.** Пусть малыш сам решить когда заходить в воду. С начала пусть походит рядом с бассейном, затем помочит ноги, затем сядет в воду и т так далее.

Водные процедуры процедуры способствуют развитию двигательной активности .

**Психологические преимущества плавания**

Снимает страх воды

Уменьшает стресс

Социальная активность

**Методы преодоления страха воды**

Не нужно намеренно подвергать ребёнка страху. Не нужно запугивать и не напоминать о негативном опыте, не стыдить. Надо сказать, что боязнь утонуть это нормально для немеющего плавать . Иначе ребёнок будет думать, что это его постоянное качество а не переходящее явление.

Нужно выражать уверенность в успехе, воспитывать в ребёнке некоторую долю терпимости.

**Что такое страх**

Страх это отрицательно окрашенная эмоция, которая возникает в ответ на опасность или угрозу. При этом, опасность может быть как реальная так и предполагаемая.

**Встречается генетическая боязнь воды, с ней очень тяжело справиться ,но можно.**

**Упражнения для освоения с водой показаны на слайде**

Спасибо за внимание