


методика обучение плаванию детей



Загрузок: 2867 Скорость: 1.43 Мб/с

СКАЧАТЬ

Рейтинг: ★★★★★
Автор: Clopper

Безопасно! Вирусов нет

В ❤️ 196 Нравится 100 Твитнуть G+1 50 95

161 комментарий В



Саша
Благодарочка за все!
1 минуту назад



Ангелина
Побольше бы таких сайтов.
1 минуту назад



Гриша
Первый раз тут, скорость загрузки радует, наличие файлов тоже!
1 минуту назад



Марина
Всем советую, качает быстро.
1 минуту назад



Леша
не поверил глазам, есть все. спасибо!
1 минуту назад



Оксана
Глупости говорят, что незаменимых не бывает, без этого сайта я бы пропала.
1 минуту назад

Адрес для связи: kidsport@narod.ru Игра выгодно отличается от других средств обучения тем, что одно движение, под час представляющее определенную трудность, может легко разучиваться в самых различных игровых ситуациях. Весь урок может проходить в игровой форме. В основе суждений младших школьников о признаках и свойствах предметов и явлений лежат чаще всего наглядные изображения и описания. Поэтому показ упражнений и образное сравнение имеют большое значение в проведении игр. На этой странице Вашему вниманию предлагается несколько видео - прежде всего, сделанный под контролем ВФП фильм о начальном обучении детей опытным Тренером технике передвижения в воде - как самим производимым движениям, так и правильному дыханию в воде. Обратите внимание на последовательность изучения различных стилей и на отсутствие плавательных средств. Рекомендовано Учебно-методическим объединением высших учебных заведений Российской Федерации На данном сайте Вы ознакомитесь и сможете скачать следующий материал: 1) обучение плаванию - техника - плавание брасом, плавание кролем, дельфин; 2) техники плавания, основные средства обучения, методика обучения плаванию. Плавание. В отличие от других видов физических упражнений плавание имеет свои характерные особенности: Первая особенность состоит в том, что пловец выполняет движения в условиях водной среды, в которой тело находится во взвешенном состоянии, т. е. не имеет твердой опоры. Начинать учить детей плаванию можно с 5-6 лет. Плавание способствует закаливанию организма, развивает легкие, укрепляет сердце и воспитывает смелость у детей. Обучение плаванию детей дошкольного возраста лучше начинать летом. Однако задолго до лета нужно разучивать подготовительные движения на суше, чтобы ребенок был готов к упражнениям в воде. Эти специальные упражнения имитируют первые движения в воде. Взрослым нужно следить, чтобы ребенок правильно выполнял все рекомендуемые упражнения. В практике спорта нередки случаи серьезного нарушения здоровья и потери трудоспособности из-за нарушений методики подготовки. Понятно, что спорт высших достижений не всегда хорошо сказывается на здоровье спортсмена (предельные нагрузки, интенсивные восстановительные мероприятия, включая допинг), однако проблема здоровья касается и массового спорта. Благоприятное воздействие плавания на детский организм является общепризнанным. В медико-физиологическом аспекте это укрепление различных функциональных систем детского организма (сердечно-сосудистой, дыхательной, опорно-двигательной и пр.), в психологическом аспекте — формирование произвольной регуляции движений и действий, в педагогическом — это не только обучение младшего школьника сложноорганизованным действиям, но и способ становления навыков саморегуляции. Начальное обучение плаванию проводится как с детьми, так и со взрослыми. Методика обучения принципиально одна и та же, однако дети быстрее привыкают к воде, легче осваивают отдельные элементы и способ плавания в целом. Учитывая, что многие из детей могут избрать плавание своим видом спорта, их рекомендуется обучать технике всех спортивных способов. Начинать занятия плаванием можно, когда заживет пупочная ранка, обычно это в 2-3 недели. Поначалу родители занимаются ребенком в обычной домашней ванне. Когда ванна становится мала для малыша, и он приобретает начальные навыки, можно переходить в бассейн. Как правило, это происходит в 2 месяца. Девять месяцев до рождения ребенок плавал в околоплодной жидкости. И если же вы ничем не спугнете его, то он с удовольствием воспримет и воду в ванне.