

### **Я утвердилась в эти годы, что плавание спорт, юных.**

Каждый человек должен уметь плавать. И чем раньше он научиться, тем лучше. Я убеждена, что все дети обязательно должны уметь плавать. Это один из важнейших факторов профилактики несчастных случаев на воде. Малыш и плавание – это словосочетание уже стало привычным для нашего слуха. И если когда-то первые попытки обучения плаванию малышей с раннего возраста вызывали недоверие, то сейчас это стало нормальным явлением и прочно вошло в нашу жизнь.

Младенец, не умеющий ходить, прекрасно чувствует себя в воде, а малыш, которому только исполнился год, - уже хороший пловец. Познавая свою природу, человек осознает свои возможности. Влияние плавания на организм ребёнка необычайно благотворно и разнообразно, оно помогает стать здоровым, сильным, ловким выносливым, смелым. Первое, с чем я столкнулась - это слабое физическое развитие детей при поступлении в детский сад. Общая картина такова: дети испытывают “двигательный дефицит”, то есть количество движений, проводимых ими в течение дня, ниже возрастной нормы, задерживается возрастное развитие быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы. Дети имеют излишний вес, нарушения осанки. И одной из основных причин таких результатов является неосведомлённость родителей в вопросах педагогики и, в частности, физического воспитания детей. Народная мудрость гласит: “Здоровье всему голова.”, “Здоровью цены нет.”. Вырастить ребёнка, крепким, сильным, здоровым - это желание каждого родителя. Теперь я знаю, как это сделать, какими средствами и путями!

“Искусство воспитания имеет ту особенность, что почти всем оно кажется делом знакомым и понятным, а иным даже делом лёгким - и тем понятнее и легче кажется оно, чем менее человек с ним знаком, теоретически и практически. Почти все признают, что воспитание требует терпения, некоторые думают, что для него нужна врождённая способность и умение, то есть навык, но весьма не многие пришли к убеждению, что кроме терпения, врождённой способности и навыка необходимы специальные знания”. Эти мудрые мысли изрёк К.Д. Ушинский.

Никто не знает пути своей судьбы. Помню себя ещё школьницей. Хожу в музыкальную школу люблю рисовать, какой спорт, о чём речь (пусть даже всегда хорошо плавала), он был для меня так далёк. Да главное хочу уточнить, давно поняла. В моей работе важно не самому уметь правильно, технично быстро, плавать, а уметь доходчиво объяснить, показать, донести до ребят материал. В юности мечтала стать врачом или косметологом. Как сейчас помню первые впечатления от начала работы инструктором по плаванию. С начала своей трудовой деятельности думала,

а получится у меня, правильно ли всё делаю? О боже, сколько было сомнений! Но теперь точно знаю это моя жизнь моё место моё призвание (как бы, ни звучало гордо). Смотрю с упоением и восторгом на конечные результаты (плоды рук дела своего). Сердце замирает от радости при виде Ирины К. спокойно лежащей на воде, (упр. «Морская звезда») и не просто лежащей, а ещё и плывущей что уже только от одного этого получаешь глубокое удовлетворение для души. Как сильно она плакала, её мама уже хотела отказаться от занятий плаванием, (во второй младшей группе Иришка очень боялась воды), но я не сдалась, убедила родителей не прерывать посещения бассейна. По моему мнению, благоприятное воздействие водной среды трудно переоценить.

С уверенностью могу отнести к себе когда-то услышанное высказывание: *“Физическое воспитание - это то, что обеспечивает здоровье и доставляет радость!”*

Подпись конкурсанта

дата

Диннер

Лариса

Анатольевна

МБДОУ ЦРР ДС №74 «Дельфинёнок»