

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Лесная поляна»

Согласовано *Печурская*

Председатель УС Печурская Т.Б

Утверждаю *Л.В.*

Заведующий МБДОУ

Колесниченко Л.В.



«Учимся плавать, играя!»

Программа по обучению детей плаванию.

Возраст обучающихся: 4 -7 лет

Срок реализации программы: 3 года

Составил: Петрова Т.Ф. воспитатель высшей квалификационной
категории.

п.Новый Уоян

2018г.

Пояснительная записка.

Современная система образования дошкольников ориентирует специалистов на новый, гуманистический взгляд на ребенка как на личность, развивающуюся, нуждающуюся в понимании и уважении её интересов и прав. Программа «Учимся плавать, играя!» имеет физкультурно-оздоровительную направленность и разработана на основе «Программы обучения детей плаванию в детском саду», допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации – автор Воронова Е. К.

Педагогическая целесообразность данной образовательной программы обусловлена тем, что плавание является одним из важнейших звеньев в воспитании ребенка, содействует разностороннему физическому развитию, стимулирует деятельность нервной, сердечнососудистой и дыхательной систем, значительно расширяет возможности опорно-двигательного аппарата. Плавание одно из лучших средств закаливания и формирования правильной осанки ребенка.

Актуальность данной программы состоит в том, что занятия плаванием имеют огромное воспитательное значение, нравственного развития ребёнка, формирования социальной уверенности в себе. Они создают условия для воспитания смелости, дисциплинированности, уравновешенности у детей, способствуют развитию умения действовать в коллективе, помогать друг другу. Умение плавать, приобретенное в детстве, сохраняется на всю жизнь и является навыком, необходимым человеку в самых разнообразных ситуациях.

Цель: обучение детей дошкольного возраста плаванию, закаливание и укрепление детского организма, обеспечение всестороннего физического развития.

Задачи:

Обучающие:

- сформировать теоретические и практические основы освоения водного пространства;
- освоить технические элементы плавания;
- обучить основному способу плавания «Кроль»;

- познакомить детей с основными правилами безопасного поведения на воде (на открытых водоемах, в бассейне).

Развивающие:

- развивать двигательную активность детей;
- способствовать развитию навыков личной гигиены;
- способствовать развитию костно-мышечного корсета;
- развивать координационные возможности, умение владеть своим телом в непривычной обстановке;
- формировать представление о водных видах спорта.

Воспитывающие:

- воспитывать морально-волевые качества;
- воспитывать самостоятельность и организованность;
- воспитывать бережное отношение к своему здоровью, привычку к закаливанию;
- воспитывать интерес к занятиям физической культуры;

Технологии: элементы акваэробики, синхронного плавания, художественное слово и нестандартное спортивное оборудование.

Формы и режим занятий:

Содержание программы ориентировано на детские группы в количестве от 10 до 12 человек. Ведущей формой организации обучения является групповая. Наряду с групповой формой работы, осуществляется индивидуализация процесса обучения и применение дифференцированного подхода к детям, так как в связи с их индивидуальными особенностями результативность в освоении навыков плавания может быть различной. Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Ожидаемый результат:

Дети должны знать:

- основные правила безопасности поведения на воде;
- правила личной гигиены;

- основы здорового образа жизни.

Дети должны иметь представление:

- о разных стилях плавания («кроль», «брасс», «дельфин»);
- о водных видах спорта.

Дети должны уметь:

- погружаться в воду с головой, выполнять выдох в воду;
- выполнять скольжение на груди и спине с опорой и без, с работой рук, с работой ног;
- плавать способом «кроль» («брасс») - индивидуально, на груди и спине с полной координацией движений.

Способами определения результативности реализации данной программы является тестирование сформированности навыков плавания, которое проводится 2 раза в год (декабрь, май) в виде контрольных упражнений.

Формами подведения итогов реализации данной программы являются:

- открытые занятия для родителей в каждой возрастной группе;
- спортивные развлечения и праздники на воде;

Способы проверки ожидаемого результата

Критерии Показатели Методы

1. Потребность в познании.

1.1. Знания названий атрибутов для плавания, правил поведения в бассейне и на открытой воде.

1. Информирование, беседа, игра, лекция, просмотр и анализ видеоматериалов, тестирование знаний.

1.2. Знание способов и стилей плавания, водных видов спорта.

2. Потребность заниматься.

2.1. Посещаемость занятий.

2.2. Активность на занятиях. Анализ журнала посещаемости, мотивация, игровой метод, метод одобрения и поощрения.

3. Самостоятельность и коммуникабельность, гуманное отношение со сверстниками

3.1. Умение самостоятельно организовать игры в воде, демонстрировать свои успехи другим сверстникам.

3.2. Активное участие в спортивной жизни ДООУ.

3.3. Умение исправить ошибки в элементах у себя и у своих сверстников.. Игровой метод, мотивация, личный пример, метод анализ, метод одобрения.

4. Опыт ЗОЖ.

4.1. Потребность в самостоятельных дополнительных занятиях.

4.2. Самообслуживание, гигиена. Мотивация, наблюдение, прогноз, метод одобрения, личный пример

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575774

Владелец Сарычева Наталья Николаевна

Действителен с 12.10.2021 по 12.10.2022