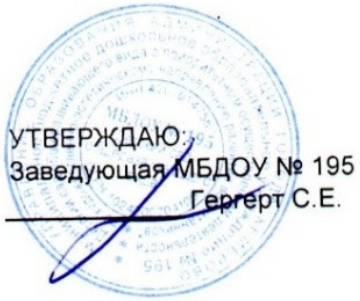
Данные электронной подписи
Владелец: Гергерт Снежана Евгеньевна
Организация: МБДОУ № 195 "ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА", 4205014756 420501001
Подписано: 23.06.2021 07:55 (МСК)
Данные сертификата
Серийный номер: 43EA79E298B969A6B81277780453F21078A30DB5
Срок действия: 21.12.2020 12:56 (МСК) - 21.03.2022 12:56 (МСК)
Документ подписан электронной подписью



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа обучению детей дошкольного возраста плаванию «Медуза»

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Медуза» создана на основе Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования. Программа адресована детям 5-8 лет.

Цель программы: создание благоприятных условий для оздоровления, закаливания, и обеспечения всестороннего развития психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями дошкольников в процессе обучения плаванию, обучение детей элементарным видам плавания.

Для достижения данной цели формируются следующие **задачи:**

Оздоровительные:

- укрепить здоровье детей, содействовать их гармоничному психофизическому развитию;
- содействовать расширению адаптивных возможностей детского организма, повышению его защитных свойств и устойчивости к заболеваниям;
- совершенствовать опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку.

Образовательные:

- формировать теоретические и практические основы освоения водного пространства;
- освоить технические элементы плавания;
- обучить основному способу плавания «Кроль»;
- учить плавательным навыкам и умениям, умению владеть своим телом в непривычной среде;
- развивать физические качества (ловкость, быстрота, выносливость, сила и др.).

Воспитательные:

- воспитывать нравственно-волевые качества, настойчивость, смелость, выдержку, силу воли;
- формировать стойкие гигиенические навыки;

 формировать потребность к здоровому образу жизни, устойчивый интерес к занятиям по плаванию;

 способствовать эмоциональному и двигательному раскрепощению, появлению чувства радости и удовольствия от движений в воде.

Планируемые ожидаемые результаты освоения программы

Дети знают:

-основные правила безопасности поведения на воле;

-правила личной гигиены;

-основы здорового образа жизни.

Дети имеют представление:

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

Дети умеют:

-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 движения.

Срок и формы реализации программы

Содержание программы ориентировано на детские группы в количестве от 6 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.

Отличительной особенностью данной программы является то, что она модифицированная – адаптирована к условиям образовательного процесса данного учреждения. Предназначена для детей групп старшего дошкольного возраста с различным уровнем физического развития. Она направлена на воспитание у ребёнка желания регулярно заниматься физическими упражнениями, чувствовать себя уверенно

в водной среде, вести здоровый образ жизни. В процессе ее реализации на занятиях используются: элементы аквааэробики, синхронного плавания, художественное слово и нестандартное спортивное оборудование. Возраст детей, участвующих в реализации данной программы 5-8 лет.

Срок реализации программы 2 года.