

Аннотация

к программе дополнительного образования детей

«Юный пловец»

расширяющая содержание образовательной области:

«Физическое развитие»

по направлению: «Оздоровление детей дошкольного возраста».

Тренер: Сазонова Галина Анатольевна.

Срок реализации программы 1 год обучения. Программа разработана для детей 2 - 7 лет.



Цель:

- * формирование интереса детей дошкольного возраста к занятиям плавания (уверенно чувствовать себя в воде, держаться на поверхности воды; закаливание и укрепление детского организма; создание основы для разностороннего физического развития (развитие и укрепление опорно-двигательного аппарата, сердечно - сосудистой, дыхательной и нервной систем)



Задачи:

- * **Оздоровительные:**

- * - приобщать ребенка к здоровому образу жизни;
- * - укреплять здоровье ребенка;
- * - совершенствовать опорно-двигательный аппарат;
- * - формировать правильную осанку.

- * **Образовательные:**

- * - формировать двигательные умения и навыки;
- * - формировать знания о здоровом образе жизни;
- * - формировать знания о способах плавания.

- * **Воспитательные:**

- * - воспитывать двигательную культуру;
- * - воспитывать нравственно волевые качества, такие как смелость, настойчивость, уверенность в себе;
- * - воспитывать чувство заботы о своем здоровье.



Планируемые результаты освоения программы:

- * К концу обучения воспитанники должны:
- * Скользить на груди и на спине.
- * Доставать предметы со дна, выполнять игровое упражнение «Водолазы».
- * Выполнять вдох над водой и выдох в воду с подвижной опорой.
- * Двигать ногами с подвижной опорой способом «басс»
- * Плавать торпедой на груди и на спине без опоры.
- * Выполнять упражнения «Звездочка» на груди, на спине.
- * Нырять на глубину с выдохом в воду.
- * Нырять на разную глубину и длину в ластах и без них.



Учебно-методический комплекс для реализации:

- * Канидова В.И. Обучение плаванию детей младшего дошкольного возраста в условиях ДОУ/Под ред. И.Ю. Синельникова – М.:АРКРИ, 2012. – 168с. (Растем здоровыми)
- * Осокина Т.И. Как учить детей плавать: Пособие для воспитателя детского сада / Т.И.Осокина. - М.: Просвещение, 1985.-80 с.
- * Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Богина Т.Л. Обучение плаванию в детском саду: Книга для воспитателей детского сада и родителей/Т.И.Осокина, Е.А.Тимофеева, Т.Л. Богина. - М.: Просвещение, 1991.-159 с.
- * Кардамонова Н.Н. Плавание: лечение и спорт. Серия «Панацея», Ростов н/Д:Феникс, 2001.- 320 с.
- * Петрова Н.Л., Баранов В. А. Плавание. Техника обучения детей с раннего возраста / Н.Л. Петрова, В.А. Баранов. – М.: «Издательство ФАИР», 2008.-120 с.
- * Рыбак М.В. Занятия в бассейне с дошкольниками.- М.: ТЦ Сфера, 2012. – 96с. (Растим детей здоровыми)
- * Система обучения плаванию детей дошкольного возраста. Учебно –методическое пособие/ Под ред. А.А. Чеменовой. – СПб.: «Издательство «ДЕТСТВО –ПРЕСС», 2011.-336 с.
- * Плавать раньше чем ходить.З.П.Фирсов Издательство « Физкультура и спорт» 1978 г.

