

Аннотация
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
« Раз, два, три плыви» 4-5 лет

Статус программы: Дополнительная общеразвивающая Программа по физической культуре (с обучением плаванию), далее Программа, для детей 4-5 лет разработана в соответствии с АОП МАДОУ детский сад «Ромашка» г.Советский и на основании методических разработок Т.И.Осокиной «Как научить детей плавать».

Направленность: физкультурно-оздоровительная

Цель программы: создание условий для охраны жизни, укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия, создание благоприятных условий для оздоровления, закаливания, и обеспечения всестороннего развития психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями дошкольников.

Контингент обучающихся: зачисляются дети МАДОУ «Ромашка» 4-5 лет.

Продолжительность реализации программы: 1 год

Режим занятий: занятия проводятся 1 раз в неделю по 20 минут, всего 36 часов в год.

Форма организации процесса обучения: занятия по плаванию.

Краткое содержание: обучение плаванию детей, создание оптимальных условий для наилучшего освоения программного материала и полноценного развития детей, поддержание положительного эмоционального отношения детей к занятиям плаванием на всех этапах обучения, стремление к тому, чтобы упражнения и игры в воде доставляли удовольствие, радость, побуждали к самостоятельности, а также направлена на формирование ценности здорового образа жизни, бережного отношения к своему здоровью, формирование элементарных правил безопасного поведения на воде.

Ожидаемый результат:

- Укрепление здоровья детей, снижение заболеваемости;
- Расширение адаптивных возможностей детского организма;
- Повышение показателей физического развития детей;
- Расширение спектра двигательных умений и навыков в воде;
- Развитие творческого потенциала и личностного роста ребёнка.
- Развитие эмоционального и двигательного раскрепощения в воде, проявления чувства радости и удовольствия от движения;
- Формирование нравственно-волевых качеств.
- Сформированность основ здорового образа жизни, полезных привычек.

К концу года дети должны уметь:

- погружаться в воду, открывать глаза в воде;
- доставать предметы со дна;
- выполнять вдох и выдох в воду;
- выполнять упражнения на дыхание;
- выполнять упражнения «Звезда» на груди;
- скользить на груди и с работой ног;
- плавать с плавательной доской с работой ног на груди.