

Аннотация
к дополнительной общеобразовательной программе
дошкольного образования «Обучение плаванию»

Формированию плавательных навыков у детей дошкольного возраста способствует не только методика обучения плаванию, сколько необходимость освоения ребёнком более широкого социального опыта – акватории бассейна. При этом особую значимость приобретает двигательная активность самого ребёнка, которая при соответствующем – дидактическом отношении со стороны педагога проявляет детскую субъектность в овладении плавательными навыками на более высоком уровне.

Содержание данной программы направлено на укрепление детского организма в целом, на получение положительного эмоционального заряда. Программа оздоровления содержит систему обучения плаванию детей дошкольного возраста, поэтапного усвоения всех приемов и способов плавания. Обучение детей и родителей здоровому образу жизни.

Общая оценка благоприятного влияния плавания на организм ребёнка в дошкольном возрасте представляется в трёх аспектах:

1. Медико – физиологическом – укрепление различных функциональных систем детского организма (сердечно – сосудистой, дыхательной, опорно – двигательной и др.), обеспечивающее полноценное развитие центральной нервной системы.
2. Психологическом – один из путей формирования произвольной регуляции движений и действий, которые обладают повышенной восприимчивостью к внешним обучающим воздействиям именно в дошкольном возрасте.
3. Педагогическом – не только пропедевтика сложноорганизованных действий младшего школьника, но и прямой способ становления навыков саморегуляции.

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:

Формировать у детей навык уверенно и безбоязненно держаться на воде, а также технически правильно и экономично плавать 2-3 способами.

Задачи воспитания: направлены на формирование таких качеств, как смелость, уверенность, настойчивость, внимательность, самообладание. Освоение элементарных навыков личной гигиены.

Задачи обучения: овладение водной средой и некоторыми способами плавания: « кроль » на груди и спине, « брасс ». Развивать координацию движений рук, ног, дыхания на суше и в воде. Развитие физических качеств, нормализация психических процессов за счет возможности легко расслабиться, получить удовольствие от естественного массажа кожи в воде посредством аквааэробики.

Организация деятельности:

- поэтапное обучение плаванию с 3 лет.
- занятия проходят 1 раза в неделю по 5-6 человек в одной группе.

Вся деятельность проходит по типу круговой тренировки, в занимательной форме, в утреннее время, с использованием специального инвентаря