

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – Детский сад № 17 «Малыш»

ПРИНЯТО

на педагогическом совете
МДОУ «ЦРР-Детский сад № 17»
Протокол от «30» 08 2021г. № 1



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий
МДОУ «ЦРР-Детский сад № 17»
Е.А. Федосеева

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ПО ОБУЧЕНИЮ ДЕТЕЙ ПЛАВАНИЮ
«ОЗОРНЫЕ КАПЕЛЬКИ»
(возраст обучающихся – от 3 до 7 лет, срок реализации – 4 года)**

Автор – составитель:
Яворская Наталья Александровна,
инструктор по физической культуре

г. Новодвинск, 2021

Краткая презентация программы

Дополнительная общеразвивающая программа по обучению детей плаванию «Озорные капельки» (далее Программа) имеет физкультурно-спортивную направленность и разработана для детей от 3 до 7 лет.

Плавание стимулирует деятельность нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной систем. При плавании происходит естественная разгрузка позвоночника, совершенствуется координация движений, воспитывается чувство правильной осанки.

В основу программы положены методические рекомендации на основе Т.И. Осокиной, Е.А.Тимофеева, Т.Л.Богина «Обучение плаванию в детском саду».

Программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми актами:

Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Концепция развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);

Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196);

Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разно уровневые программы) (письмо министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 года № 09-3242);

Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 от 28.01.2021 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания";

Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Устав муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Центр развития ребенка – Детский сад № 17 «Малыш».

Актуальность программы:

Главной задачей в работе дошкольных образовательных учреждений является сохранение и укрепление здоровья детей. Внедрение современных средств оздоровления в систему физического воспитания детей позволяет успешно решать данную задачу. Одним из таких средств является плавание.

Анализ родительского спроса на дополнительные образовательные услуги в данном виде деятельности показал, что необходимо использовать новые подходы в оздоровлении детей.

Отличительной особенностью Программы является то, что занятия проводятся в форме разнообразных игр, которые позволяют активно двигаться в воде, обеспечивают эмоциональный настрой. Программа дает возможность корректировать задания в процессе обучения плаванию в зависимости от уровня освоения плавательных умений и навыков.

Дополнительная общеразвивающая программа «Озорные капельки» реализуется в МДОУ «ЦРР - Детский №17 «Малыш».

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.

Задачи:

- способствовать сохранению и укреплению здоровья детей;
- познакомить детей с разными способами плавания;
- развивать интерес к плаванию;
- развивать физические качества (ловкость, выносливость, силу, быстроту, гибкость), координацию движений, дыхательные функции;
- воспитывать культурно-гигиенические навыки;
- воспитывать нравственно-волевые качества: смелость, решительность, настойчивость, самостоятельность.

Программа рассчитана на четыре года обучения и разделена по возрастам: 1 год обучения от 3 до 4 лет, второй год обучения от 4 до 5 лет, третий год обучения от 5 до 6 лет, четвертый год обучения от 6 до 7 лет.

Форма обучения – **подгрупповая** (8-12 человек).

Формирование групп детей для занятий плаванием осуществляется путём заключения договора с родителями об оказании платных дополнительных услуг по плаванию на основе учёта индивидуальных и возрастных особенностей, состояния их здоровья и уровня освоения плавательных умений и навыков. Дети допускаются к занятиям по плаванию при наличии медицинской справки (с указанием результатов анализов на энтеробиоз)

Режим занятий: 1 раз в неделю (суббота).

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности:

- дети могут выполнять многократные выдохи в воду;
- нырять в обруч, поднимать со дна предметы, открывать глаза в воде;
- скользить на груди и на спине с работой ног способом «кроль» без опоры (руки «стрелочкой»);
- пытаться согласовывать движения рук и ног, дыхания, как при плавании способом «кроль» на груди (спине).

Условия реализации программы

В ДОУ функционирует бассейн. В состав помещений бассейна входят: зал с ванной, раздевалка для девочек и для мальчиков, душевые и туалет, кладовая для хранения инвентаря. Бассейн удовлетворяет санитарно-гигиеническим требованиям к их устройству и эксплуатации. Помещение бассейна оборудовано необходимыми приборами, позволяющими контролировать и поддерживать температуру воды, воздуха, влажность в соответствии с гигиеническими требованиями.

Для формирования двигательных навыков плавания используются игрушки и оборудование:

- для создания безопасных условий для здоровья и жизни детей, поддержки и страховки обучающихся плаванию: спасательные круги
- для обучения способам плавания: плавательные доски; нудлс, нарукавники, надувные игрушки; резиновые и пластмассовые игрушки; мячи разного размера.
- для погружения в воду с головой (ныряния), подныривания - мелкие тонущие игрушки; очки; обручи.

Использование вспомогательного материала и оборудования играет большую роль в формировании двигательных навыков плавания. Оно помогает разнообразить приемы и методы обучения, виды упражнений, снять психологическую монотонность, постоянно повторяющихся движений, рационально использовать обучающее пространство, повышают интерес к занятиям, позволяют использовать дифференцированный подход в обучении.