Аннотация к рабочей программе

Образовательной программы дошкольного образования
Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад № 4 «Солнечный лучик»
Образовательная область «Физическое развитие»
Занятие «Обучение плаванию»
для детей от 4 до 5 лет

Рабочая программа (далее Программа) составлена на основе Образовательной программы МАДОУ д/с № 4 «Солнечный лучик» и с учетом основных требований ФГОС ДО.

Программа конкретизирует содержание ОО «Физическое развитие» и даёт распределение периодов организованной образовательной деятельности (далее ООД) по часам на занятие «Обучение плаванию».

Программа предназначена для детей в возрасте от 4 до 5 лет и разработана с учётом особенностей развития дошкольников данного возраста.

В программе отражены все основные виды движений: передвижения в воде различными способами, погружение в воду, лежание на воде, скольжение на груди и спине, дыхательные упражнения. Значительная роль отведена подвижной игре.

Цель программы:

Создание благоприятных условий для оздоровления, закаливания, и обеспечения всестороннего развития психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями дошкольников.

Задачи программы:

Оздоровительные:

1. сохранять и укреплять здоровье детей;
2. учить бережному отношению к своему здоровью, личной гигиене;
3. развивать функциональные и адаптационные возможности детей и улучшать их работоспособность, закаливание организма;
4. совершенствование ОДА, формирование правильной осанки.

Образовательные:

1. расширять и углублять представления и знания о пользе занятий плаванием;
2. ознакомить детей с различными способами плавания;
3. развивать психофизические качества и двигательные способности (выносливость, силу, ловкость, гибкость, координацию движений, дыхательные функции);
4. формировать умения и навыки правильного выполнения плавания спортивным способом.

Воспитательные:

1. воспитывать интерес к активной деятельности в воде;
2. воспитывать нравственно-волевые качества: смелость, настойчивость, чувства собственного достоинства, самостоятельность.

Задачи по обучению плаванию детей 4-5 лет

1. Ознакомить обучающихся с разнообразными способами плавания. Углублять знания о значении плавания, о правилах поведения на воде.
2. Добиваться от обучающихся умения уверенно погружаться в воду с головой.
3. Приучать, безбоязненно открывать глаза в воде, ориентироваться под водой, доставая со дна различные предметы.
4. Совершенствовать умение выполнять выдох в воду энергично и полностью (выдох делать через рот и нос, вдох через рот). Приучать их правильно чередовать глубокий, интенсивный вдох с полным продолжительным выдохом не 5-6 раз.
5. Осваивать скольжение с предметом в руках с задержкой дыхания на груди и на спине, а также с выдохом в воду.
6. Формировать навыки лежания на воде (на груди и на спине) с помощью взрослого, доски и самостоятельно, научить обучающихся уверенно и безбоязненно держаться на воде.
7. Разучивать согласование движений ног, как при плавании кролем с выдохом в воду в упоре лежа на груди у опоры.
8. Разучивать движения рук в стиле кроль, стоя, наклонившись вперед на суше и в воде; на месте и в ходьбе.
9. Способствовать формированию правильной осанки.
10. Воспитывать организованность и чувство коллективизма в группе.

Планируемые результаты освоения программы

1. Знаком с разнообразными способами плавания. Понимает значение плавания.
2. Знает правила поведения в бассейне (на воде).
3. Уверенно погружается в воду с головой.
4. Безбоязненно открывает глаза в воде, ориентируется под водой, доставая со дна различные предметы.
5. Бегает парами.
6. Совершенствует умение выполнять выдох в воду энергично и полностью (выдох делать через рот и нос, вдох через рот).
7. Приучается чередовать глубокий, интенсивный вдох с полным продолжительным выдохом 5-6 раз.
8. Выполняет упражнение на дыхание «Ветерок».
9. Освоено скольжение с предметом в руках с задержкой дыхания, а также с выдохом в воду.

10. Выпрыгивает вверх из приседа в воде глубиной до бедер или до груди.
11. Сформирован навык лежания на воде (на груди и на спине) с помощью взрослого, с доской и самостоятельно.
12. Учится безбоязненно держаться на воде.
13. Разучивают согласование движений ног, как при плавании кролем с выдохом в воду в упоре лёжа на груди у опоры.
14. Разучивает движение рук в стиле кроль, стоя, наклонившись вперёд на суше и воде, на месте и в ходьбе.
15. Пытается проплывать тоннель, подныривать под гимнастическую палку.
16. Выпрыгивает вверх из приседа в воде глубиной до бедер или до груди.
17. Скользит на груди, выполняет упражнения в паре «На буксире».
18. Выполняет упражнения «Звездочка», «Медуза».

В целях индивидуализации образования, оптимизации работы с группой детей 2 раза в год проводится педагогическая диагностика, результаты которой заносятся в карту наблюдения ребёнка.

Срок реализации рабочей программы 1 учебный год.