

Аннотация к рабочей программе инструктора по физической культуре «Обучение плаванию»

Обучение плаванию в дошкольном учреждении осуществляется на основе программы Т.И. Осокиной «Обучение плаванию в детском саду». Эта одна из базовых программ, в которой представлена система работы по обучению плаванию детей 2-7 лет, а также раскрыты вопросы, касающиеся организации и методики обучения в различных условиях.

Нормативно-правовую основу для разработки рабочей программы образовательной области «Физическое развитие» составляют:

-Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"

– Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155, зарегистрировано в Минюсте России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384; в редакции приказа Минпросвещения России от 8 ноября 2022 г. № 955, зарегистрировано в Минюсте России 6 февраля 2023 г., регистрационный № 72264);

– Федеральная образовательная программа дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028, зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847);

– Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 31 июля 2020 года № 373, зарегистрировано в Минюсте России 31 августа 2020 г., регистрационный № 59599);

– Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28, зарегистрировано в Минюсте России 18 декабря 2020 г., регистрационный № 61573);

-Устав муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №29 присмотра и оздоровления».

Ведущая цель программы – создание благоприятных условий для оздоровления, закаливания, и обеспечения всестороннего развития психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями дошкольников.

Важными задачами программы являются:

1. Укрепить организм дошкольника, приспособив к условиям крайнего севера.
2. Научить уверенно и безбоязненно держаться на воде.
3. Формировать знания о видах и способах плавания и собственном теле.
4. Повышать работоспособность и физические возможности организма.
5. Формировать двигательные умения и навыки.
6. Заложить прочную основу для дальнейшей образовательной деятельности по обучению плаванию, привить интерес, любовь к воде.
7. Воспитывать двигательную культуру.
8. Воспитывать интерес к плаванию, как виду спорта.

В программе выделена закономерность поэтапного формирования соответствующих навыков плавания на основе использования системы упражнений и игр.

Первый этап начинается с ознакомления ребенка с водой, её свойствами. Он продолжается до того момента, как ребенок освоится с водой, может безбоязненно и уверенно – передвигаться по дну, совершать простейшие действия, играть.

Второй этап связан с приобретением детьми умений и навыков, которые, помогут им чувствовать себя в воде достаточно надежно. На занятиях дети учатся держаться на

поверхности воды, получают представление о ее выталкивающей силе, а также самостоятельно, произвольно выполняют упражнение вдох – выдох в воду несколько раз подряд.

Третий этап предусматривает умение детей проплыть 10-15м на мелкой воде, сохраняя в основном согласованность движений рук и ног, характерных для разучиваемого способа плавания. Четвертый этап продолжает усвоение и совершенствование техники плавания, сохраняя согласованность движений рук, ног и дыхания, характерных для разучиваемого способа плавания, простых поворотов, элементарных прыжков в воду. Дети приобретают умение плавать на глубокой воде. Каждый из этих этапов начального обучения плаванию как бы «привязан» к определенному возрасту детей:

- Первый - ранний возраст;
- Второй – младший дошкольный возраст;
- Третий - средний дошкольный возраст;
- Четвертый – старший дошкольный возраст;
- Пятый – подготовительный к школе дошкольный возраст;

Данная возрастная периодизация позволяет педагогу четко представлять все основные направления работы с детьми разных возрастных групп.

Согласно методике Т.И.Осокиной, распределение упражнений и игр по занятиям для всех возрастных групп опирается на дидактические принципы систематичности, постепенности, доступности, наглядности, активности, а также увеличения физической нагрузки. Предусмотрено усвоение каждого раздела программы обучения на протяжении нескольких занятий, что дает возможность детям закрепить приобретенные навыки и умения.

Содержание каждого раздела составляют подготовительные упражнения и игры, сгруппированные следующим образом:

- упражнения, знакомящие с сопротивлением воды и способом
- передвижения по дну; упражнения на погружение в воду с головой и открывание глаз в воде;
- упражнения, помогающие овладеть выдохом в воду;
- всплывание и лежание на воде;
- скольжение по поверхности.
- Навыка плавания формируются у детей с помощью специальных упражнений, которые помогают: овладеть движениями рук и ног;
- освоить технику дыхания;
- отработать общую координацию движений при определенном способе
- плавания, в частности кролем на груди и спине.

Оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи физического воспитания решаются на основе приобретения нового социального опыта - освоения водной среды обитания, которая предъявляет особые требования к двигательным способностям ребенка. Предусматриваются основные требования к организации проведения плавания, обеспечению мер безопасности и выполнению необходимых санитарно-гигиенических правил.

В ДОУ проводится целенаправленная работа по обучению детей плаванию, которая включает следующие формы:

- организованную образовательную деятельность по плаванию;
- оздоровительно-профилактический комплекс - бассейн
- развлечения, праздники на воде.