

**Аннотация к рабочей программе**  
**по обучению плаванию детей дошкольного возраста**  
**МАДОУ №240 «Детский сад комбинированного вида»**  
**инструктора по физическому развитию**  
**Киприяновой Алёны Юрьевны**

1. Название программы: Рабочая программа по обучению плаванию детей дошкольного возраста.
2. Возраст детей: 4-7 лет.
3. Направление программы: физическое развитие.
4. Программа рассчитана на 3 года.
5. Педагог: Киприяновой Алёны Юрьевны
6. Должность: инструктор по ФИЗО (плавание).
7. Краткая аннотация к программе:

**Плавание** – способ передвижения в воде, циклическое движение, оказывающее всестороннее воздействие на организм ребенка. При систематических занятиях у детей развиваются все основные группы мышц. В воде уменьшается статическое напряжение тела, снижается нагрузка на еще не окрепший и податливый детский позвоночник, который в этом случае правильно формируется, вырабатывается хорошая осанка. В то же время активное движение ног в безопорном положении укрепляет стопы ребенка и предупреждает развитие плоскостопия. Систематические занятия плаванием ведут к совершенствованию органов кровообращения и дыхания. Улучшается сердечная деятельность, подвижность грудной клетки, увеличивается жизненная емкость легких. Регулярные занятия плаванием положительно влияют на закаливание детского организма: совершенствуется механизм терморегуляции, повышаются иммунологические свойства, улучшается адаптация к разнообразным условиям среды. Укрепляется также нервная система, повышается общий тонус организма, совершенствуются движения, увеличивается выносливость.

**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** занятий по плаванию:

**Оздоровительные задачи** - охрана и укрепление здоровья ребенка, развитие навыков личной гигиены, совершенствование опорно-двигательного аппарата, формирования правильной осанки, повышение работоспособности организма, приобщения ребенка к здоровому образу жизни.

**Образовательные задачи** – формирование двигательных умений и навыков, развитие психофизических качеств и двигательных способностей у детей разных возрастных групп, создание представлений о водных видах спорта и способах плавания, формирование знаний об оздоровительном воздействии плавания на организм, познакомить детей со спортивной терминологией, познакомить детей с основными правилами безопасного поведения на воде (на открытых водоемах, в бассейне).

**Воспитательные задачи** - воспитывать самостоятельность и организованность, воспитание морально-волевых качеств, воспитывать интерес к занятиям физической культуры, воспитывать бережное отношение к своему здоровью, привычку к закаливанию.

**Педагогическая целесообразность** рабочей программы обусловлена тем, что плавание является одним из важнейших звеньев в воспитании ребенка, содействует разностороннему физическому развитию, физическому образованию, развитию двигательных навыков и умений, стимулирует деятельность нервной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем, значительно расширяет возможности опорно-двигательного аппарата, следствием чего происходит снижение заболеваемости, так как плавание одно из лучших средств закаливания, формирования правильной осанки ребенка.

**Актуальность** данной программы состоит в том, что занятия плаванием имеют огромное воспитательное значение. Они создают условия для воспитания смелости, дисциплинированности, уравновешенности у детей, способствуют развитию умения действовать в коллективе, помогать друг другу. Умение плавать, приобретенное в детстве, сохраняется на всю жизнь и является навыком, необходимым человеку в самых разнообразных ситуациях.