

**Аннотация рабочей программы
по области физическое развитие в бассейне
ГБДОУ детского сада №64 комбинированного вида Невского района
Санкт-Петербурга
инструктора по физической культуре Цветковой Елены Олеговны**

Рабочая программа по физической культуре составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами, регламентирующими деятельность ДОУ:

- Законом «Об образовании в Российской Федерации», № 273 от 29.12.2012г
- Конституцией Российской Федерации ст. 43, 72;
- Письмом Минобразования от 02.06.1998г № 89/34-16 «О реализации права ДОУ на выбор программ и педагогических технологий»;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», которые утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утвержденный приказом от 17.10.2013г. N 1155 Министерства образования и науки Российской Федерации).
 - Образовательной программой дошкольного образования Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 64 комбинированного вида Невского района Санкт-Петербурга, разработанной рабочей группой педагогических работников ГБДОУ.
 - В части, формируемой участниками образовательных отношений использована образовательная программа:
 - Е.К. Воронова «Программа обучения плаванию в детском саду».

Целью программы по плаванию для детей дошкольного возраста является обучение детей дошкольного возраста плаванию; закаливание и укрепление детского организма; обучение каждого ребенка осознанно заниматься физическими упражнениями; создание основы для разностороннего физического развития (развитие и укрепление опорно-двигательного аппарата, сердечно - сосудистой, дыхательной и нервной систем).

Для достижения данной цели формируются следующие **задачи**:

Обучающие:

- сформировать теоретические и практические основы освоения водного пространства;
- освоить технические элементы плавания;
- ознакомить детей с основными правилами безопасного поведения на воде;

Развивающие:

- развивать двигательную активность детей;
- способствовать развитию навыков личной гигиены;
- способствовать развитию костно-мышечного корсета;
- развивать координационные возможности, умение владеть своим телом в непривычной обстановке;

Воспитывающие:

- воспитывать морально-волевые качества;
- воспитывать самостоятельность и организованность;

-воспитывать бережное отношение к своему здоровью, привычку к закаливанию.

Общие задачи обучения:

- сохранение и укрепление здоровья детей в ходе регулярного занятия оздоровительными плавательными процедурами, с учетом того, что относительная невесомость тела во время плавания, горизонтальное положение в воде раскрепощают опорно-двигательный аппарат, способствуют развитию различных систем организма, облегчают деятельность внутренних органов. Наряду с этим важно, что вода, очищая кожу, улучшает кожное дыхание детей, прежде всего это ориентировано на формирование дыхания у детей с тяжелыми нарушениями речи (старшая и подготовительная группы);

- повышаются функциональные возможности сердечно-сосудистой системы детей, укрепление дыхательной мускулатуры, увеличение жизненной ёмкости лёгких детей, а также стимулирование состояния центральной нервной системы детей;

- применение широкого комплекса упражнений, которые способствуют формированию у детей дошкольного возраста правильной осанки, привитию им гигиенических навыков, закаливание организма каждого воспитанника, повышая сопротивляемость различным простудным заболеваниям;

- воспитание навыков дисциплинированности, смелости, решительности и находчивости у детей, которые формируются в условиях правильно организованных и регулярных занятий плаванием, а также во время соревновательных и досуговых мероприятий по плаванию;

- формирование основ безопасности жизнедеятельности у воспитанников, умения вести себя в стандартно опасных и чрезвычайных ситуациях у водоемов, в процессе плавания и т.п.

Специальные задачи обучения:

- воспитание положительного отношения к физическим упражнениям, закалывающим процедурам, правилам личной гигиены;

- ознакомление с техникой безопасности на воде;

- обучение детей удерживанию на воде и проплыванию дистанции способом кроль на груди и кроль на спине (5-10 м).

Принципы и подходы к формированию программы.

Методика обучения плаванию базируется на общих педагогических принципах:

- **принцип сознательности и активности** – предполагает устойчивый интерес и активное участие в занятиях плаванием;
- **принцип наглядности** – предполагает использование наглядных пособий, ориентиров, образных выражений, заданий предметного характера, которые создают условия более четкого ощущения, воспитания, представления движений в воде и их совершенствование;
- **принцип доступности** – предполагает постепенное возрастание требований, соответствующих психологической, физической, координационной готовности к обучению;
- **принцип индивидуального подхода** – обеспечивает учет индивидуальных способностей и возможностей ребенка в процессе обучения;
- **принцип постепенности в повышении требований** – предполагает определенную методическую последовательность в освоении навыка плавания – от легкого к трудному, от простого к сложному; применение широкого круга упражнений, движений и использование игрового метода для разнообразия процесса обучения.

В «Программе» учитывается популяционная разнородность представителей различных половозрастных групп по конституциональному признаку и необходимость использования конституционального подхода в практике физического воспитания.

В качестве основного используется дифференцированный подход к обучению детей плаванию, подразумевающий изучение индивидуальных особенностей каждого ребенка с последующим распределением дошкольников по типологическим признакам на определенные группы с учетом задач процесса обучения.

Программа строится на учете мнения о том, что индивидуализация процесса обучения плаванию детей дошкольного возраста позволит сократить сроки обучения элементам и технике плавания, а также обеспечит позитивное отношение детей к занятиям в водной среде (Ю.О. Лобанова).

В ходе реализации Программы учитывается то, что процесс начального обучения плаванию будет эффективным, если:

- построение методики начального обучения плаванию детей будет осуществляться с учётом особенностей типа телосложения и темпов развития двигательных качеств;
- будет использована рациональная последовательность упражнений;
- будут определены сроки освоения различных элементов техники плавания для представителей каждого типа телосложения.

В ходе обучения плаванию по Программе детям предоставляется возможность из большого количества упражнений и разных способов плавания выбрать те, которые у них легче получаются. Это дает возможность каждому ребенку относиться к обучению плаванию более сознательно и активно. Содержание Программы ориентировано на обучение плаванию дошкольников от 3-х до 7-ми лет.

Методы обучения.

- Словесные: объяснения, в форме образных выражений и сравнений, рассказ, беседы, команды, распоряжения и указания.
- Наглядные: показ изучаемого движения в целостном виде, с разделением на части; анализ его с помощью наглядных пособий, жестов.
- Практические: предусматривают многократное повторение движений, сначала по элементам, а затем полностью; обучение в облегченных или усложненных условиях, изучение движений в игровой и соревновательной деятельности, выполнение контрастных движений.