

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:

1. Федеральный закон от 24 сентября 2022 г. № 371-ФЗ «О внесении изменений Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статью 1. Федерального закона «Об обязательных требованиях Российской Федерации».

2. Приказ Министерства просвещения РФ от 25 ноября 2022 г. № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования»

3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2022 г. N 874 «Об утверждении порядка разработки и утверждении Федеральных основных общеобразовательных программ».

4. Приказ министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального образовательного стандарта дошкольного образования».

5. СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

6. СанПин 2.1.3678-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к эксплуатации помещений, зданий, сооружений, оборудования и транспорта, а также условия деятельности хозяйствующих субъектов, осуществляющих продажу товаров, выполнения работ или оказания услуг».

7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

8. Приказ Министерства просвещения РФ от 31.07.2020 г. № 373 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования (с изменениями на 1 декабря 2022 года)

9. Устав муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №2 комбинированного вида».

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;
- всплытие 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.