

## **Парциальная программа «Обучение плаванию» Е. К. Вороновой**

Дополнением к Примерной основной общеобразовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» при реализации приоритетного направления ДОУ №13 – физкультурно - оздоровительного является парциальная программа «Обучение плаванию» Е. К. Вороновой. В сетку организованной образовательной деятельности со второй младшей группы включена образовательная деятельность по обучению детей плаванию.

**Цель:** обучение детей дошкольного возраста плаванию, закаливание и укрепление детского организма, обеспечение всестороннего физического развития.

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

### **Обучающие:**

- сформировать теоретические и практические основы освоения водного пространства;
- освоить технические элементы плавания;
- обучить основному способу плавания «Кроль»;
- познакомить детей с основными правилами безопасного поведения на воде (на открытых водоемах, в бассейне).

### **Развивающие:**

- развивать двигательную активность детей;
- способствовать развитию костно-мышечного корсета;
- развивать координационные возможности, умение владеть своим телом в непривычной обстановке;
- формировать представление о водных видах спорта.

### **Воспитывающие:**

- воспитывать морально-волевые качества;
- воспитывать самостоятельность и организованность;
- воспитывать бережное отношение к своему здоровью, привычку к закаливанию;
- воспитывать интерес к занятиям физической культуры.

### **Принципы обучения**

1. Принцип дифференцированного подхода к детям.
2. Принцип индивидуализации процесса обучения.
3. Принцип преемственности ДОУ и семьи в вопросах обучения детей плаванию и закаливания.
4. Принцип доступности и постепенности (осваивание навыков плавания от простого к сложному с учетом индивидуальных и возрастных особенностей).
5. Принцип систематичности (учитывая индивидуальные возможности).
6. Принцип сознательности и активности.
7. Принцип наглядности.

### **Ожидаемые результаты по программе «Обучение плаванию» Е. К. Вороновой:**

Дети должны знать:

- основные правила безопасности поведения на воде;
- правила личной гигиены;
- основы здорового образа жизни.

Дети должны иметь представление:

- о разных стилях плавания («кроль», «басс», «дельфин»);
- о водных видах спорта.

Дети должны уметь:

- погружаться в воду с головой, выполнять выдох в воду;
- выполнять скольжение на груди и спине с опорой и без, с работой рук, с работой ног;
- плавать способом «кроль» («басс») - индивидуально, на груди и спине с полной координацией движений.

Способами определения результативности реализации данной программы является мониторинг сформированности навыков плавания, которое проводится 2 раза в год (ноябрь, май) в виде контрольных упражнений.

**Формами подведения итогов** реализации данной программы являются:

- открытые занятия для родителей в каждой возрастной группе;
- спортивные развлечения и праздники на воде;
- спартакиада дошкольников по плаванию (на базе ДОУ) .

### **Способы проверки ожидаемого результата:**

Критерии. Показатели. Методы.

1. Потребность в познании.

1.1. Знания названий атрибутов для плавания, правил поведения в бассейне и на открытой воде.

1.2. Знание способов и стилей плавания, водных видов спорта.

Методы: информирование, беседа, игра, лекция, просмотр и анализ видеоматериалов.

2. Потребность заниматься.

2.1. Посещаемость занятий.

2.2. Активность на занятиях.

Методы: анализ журнала посещаемости, мотивация, игровой метод, метод одобрения и поощрения.

3. Самостоятельность и коммуникабельность, гуманное отношение со сверстниками

3.1. Умение самостоятельно организовать игры в воде, демонстрировать свои успехи другим сверстникам.

3.2. Активное участие в спортивной жизни ДОУ и в городских мероприятиях.

3.3. Умение исправить ошибки в элементах у себя и у своих сверстников.

Методы: игровой метод, мотивация, личный пример, метод анализа, метод одобрения.

4. Опыт ЗОЖ.

4.1. Потребность в самостоятельных дополнительных занятиях.

4.2. Самообслуживание, гигиена.

Методы: мотивация, наблюдение, прогноз, метод одобрения, личный пример.

### **Организация обучения плаванию в ДОУ №13.**

Дополнением к Примерной основной общеобразовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» при реализации приоритетного направления ДОУ №13 – физкультурно - оздоровительного является парциальная программа «Обучение плаванию» Е. К. Вороновой. В сетку организованной образовательной деятельности со второй младшей группы включена образовательная деятельность по обучению детей плаванию.

#### ***Формы и режим НОД по обучению плаванию.***

Содержание образовательной деятельности ориентировано на детские группы в количестве от 10 до 12 человек.

Ведущей формой организации обучения является групповая.

Наряду с групповой формой работы, осуществляется индивидуализация процесса обучения и применение дифференцированного подхода к детям, так как в связи с их индивидуальными особенностями результативность в освоении навыков плавания может быть различной.

Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Отличительной особенностью данной программы является то, что она модифицированная – адаптирована к условиям образовательного процесса данного учреждения. В процессе ее реализации на занятиях используются: элементы акваэробики, синхронного плавания, художественное слово и нестандартное спортивное оборудование.

1. . Методы и приемы: показ, разучивание, имитация упражнений; использование средств наглядности; исправление ошибок; подвижные игры на суше и в воде и другие игровые приемы; индивидуальная страховка и помощь; круговая тренировка; оценка (самооценка) двигательных действий; соревновательный эффект; контрольные задания.

**Методическое обеспечение курса ООД по плаванию.**

1. Плакат «Правила поведения на воде», «Правила поведения в бассейне».
2. Иллюстрации с изображением водных видов спорта.
3. Картинки с изображением морских животных.
4. Картинки, схемы, фотографии, иллюстрирующие различные способы и стили плавания.
5. Картотека видеоматериалов для теоретических занятий.
6. Фонотека записей музыкальных произведений для проведения комплексов упражнений в воде и в зале «сухого плавания».
7. Картотека игр и упражнений на воде для каждой возрастной группы.
8. Комплексы дыхательных упражнений.
9. Комплексы упражнений с элементами акваэробики и синхронного плавания.
10. Подборка стихов, потешек, загадок о воде, плавании.

**Материально-техническое обеспечение.**

1. Плавательные доски.
2. Игрушки, предметы, плавающие разных форм и размеров.
3. Игрушки и предметы, тонущие разных форм и размеров.
4. Надувные круги разных размеров.
5. Нарукавники.
6. Очки для плавания.
8. Мячи разных размеров.
9. Обручи плавающие и с грузом.
10. Шест.
11. Поплавки цветные (флажки) .
12. Нестандартное оборудование для ОРУ и игр с водой.
13. Музыкальный плеер.
14. Диски с музыкальными композициями.

**Программно – методическое обеспечение.**

<b>Направление развития</b>	<b>Технологии, методики, пособия</b>
<b>Физическое развитие (Обучение плаванию)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Воронова Е. К. Программа обучения плаванию в детском саду. - СПб. : «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010.-80 с.</li> <li>2. Оздоровительный комплекс в детском саду: бассейн – фитобар - сауна: Методическое пособие/ Коллектив авторов, под ред. Б. Б. Егорова. - М.: Издательство «ГНОМ и Д», 2004. - 160 с.</li> <li>3. Осокина Т. И. Как научить детей плавать: Пособие для воспитателя дет. сада – М.: Просвещение, 1985. -80 с.</li> <li>4. Осокина Т. И. и др. Обучение плаванию в детском саду: Кн. для воспитателя дет. сада и родителей-М.: Просвещение, 1991. -159 с.</li> <li>5. Программы начального обучения плаванию/ Под ред. С. И. Ежиковой – Москва, 1983. - 70 с.</li> <li>6. Лоурэнс Д. М. Акваэробика. Упражнения в воде. М; 2000.</li> <li>7. Яковлева С. А. Игры и обучение плаванию младших дошкольников. // Инструктор по физкультуре. – 2009. – с. 96.</li> <li>8. Рокосовская Л. Г. Обучение плаванию способом брасс. // Инструктор по физкультуре. – 2009. – с. 55.</li> </ol>

- |  |  |
|--|--|
|  | <p>9. Аскарова Г. Н. Использование нестандартного оборудования в обучении дошкольников плаванию. // Инструктор по физкультуре. – 2009. – с. 38.</p> <p>10. Есипова С. Н. Взаимодействие ДОУ и семьи по обучению детей плаванию. // Инструктор по физкультуре. – 2009. – с. 94.</p> <p>11. Полунина Н. С. Обучение детей танцам на воде с элементами синхронного плавания. // Инструктор по физкультуре. – 2010. – с. 98.</p> <p>12. Яблонская С. В., Циклис С. А. Физкультура и плавание в детском саду. – М., 2008.</p> |
|--|--|