

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА – ДЕТСКИЙ САД №9» г. ГАТЧИНА**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

# **«ОБУЧЕНИЕ ДЕТЕЙ ПЛАВАНИЮ»**



**Составитель:  
Инструктор по физической культуре  
Губанова Наталия Владимировна**

**Плавание** в детских образовательных учреждениях приобрело большую популярность, прежде всего потому, что появилась возможность эффективного закаливания детей.

Купание, игры в воде, плавание оказывают благоприятное воздействие на всестороннее физическое развитие ребёнка.

Данная программа составлена на основе программы Е.К. Вороновой «Обучение детей плаванию в детском саду», в соответствии с ФГОС ДО. Программа реализуется в ходе учебно-вспомогательного процесса в МБДОУ «Центр развития ребенка – Детский сад №9» г.Гатчина.

**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.



## **ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

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

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

### **1. 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).

### **2. 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.

### **3. Воспитывающие:**

- ❖ воспитывать морально-волевые качества, самостоятельность и организованность;
- ❖ воспитывать бережное отношение к своему здоровью, привычку к закаливанию.



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

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы, 3-7 лет.  
Сроки реализации программы – 4 года.



### ***Прогнозируемый результат:***

- ❖ снижение заболеваемости детей и укрепление организма;
- ❖ сформированное эмоциональное отношение ребенка к занятиям по плаванию.

### ***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 «крюль» («брасс»- индивидуально, на груди и спине с полной координацией движений).



### ***Взаимодействие с родителями:***

- ❖ Консультации, папки передвижки в группах,  
на информационных стендах в группах
- ❖ Индивидуальные беседы
- ❖ Спортивные праздники, развлечения на воде
- ❖ Выступления на родительских собраниях

