

Аннотация к дополнительной образовательной программе физкультурно-оздоровительного развития (плавание) детей от 6 месяцев до 2 лет

Дополнительная образовательная программа по физическому развитию (плавание) детей от 6 месяцев до 2 лет МБДОУ «Детский сад №1 «Маленькая страна» города Новочебоксарска Чувашской Республики разработана на основе пособия З.П. Фирсова Плавать раньше, чем ходить – М.: «Физкультура и спорт», 1978 год

**Цель программы:** укрепить здоровье ребенка, помочь ему правильно развиваться, обучить его жизненно важному навыку - самостоятельно держаться на поверхности воды

#### **Задачи программы:**

##### **Оздоровительные:**

- укреплять здоровье ребенка;
- формировать навыки личной гигиены;
- способствовать правильному формированию опорно-двигательной системы организма.

##### **Образовательные:**

- формировать навыки плавания, умения владеть своим телом в непривычной среде;
- формировать знания о здоровом образе жизни.

##### **Воспитательные:**

- воспитывать нравственно волевые качества, такие как смелость, настойчивость, уверенность в себе.

#### **Результаты освоения содержания программы**

К концу курса обучения малыш должен уметь:

- плавать на спине с активной работой рук и ног около 3-4 минут;
- плавать на груди с активной работой рук и ног около 3-4 минут;
- пытаться доставать игрушки со дна;
- делать вдох и выдох на поверхности воды при плавании.

Содержание программы по обучению плаванию направлено на развитие умения детей уверенно и безбоязненно держаться на воде, максимальное использование всех факторов, способствующих укреплению здоровья детей и их физическому развитию, формирование основы для дальнейшей образовательной деятельности по обучению плаванию, развитие интереса, любви к воде.

##### **Возраст 6-12 месяцев**

- закаливание ребенка, постепенная выработка у него способности без ущерба для здоровья
  - приучать к плаванию на спине.
  - приобретение ребенком способности самостоятельно держаться на воде 5 мин.
  - освоение ныряния.

##### **Возраст 12 месяцев – 2 года**

- совершенствование умения плавать на спине и повышение степени закаленности.
- приучать умению нырнуть в воду на глубину ванны, достать со дна игрушку и, самостоятельно передвигаясь, выплыть на поверхность воды.
- приучать к плаванию на груди.

Содержание программы рассчитано на реализацию в течении 1 учебного года с октября по апрель.