

Аннотация к рабочей программе

Адаптированной основной общеобразовательной программы дошкольного образования

Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения

«Детский сад № 4 «Солнечный лучик»

Образовательная область «Физическое развитие»

Культурная практика «Обучение плаванию»

для обучающихся диагностических групп детей раннего и дошкольного возраста
(3 - 4 лет)

Рабочая программа (далее Программа) составлена на основе Адаптированной основной общеобразовательной программы МАДОУ д/с № 4 «Солнечный лучик» и с учетом основных требований ФГОС ДО.

Программа конкретизирует содержание ОО «Физическое развитие» и даёт распределение периодов организованной образовательной деятельности (далее ООД) по часам на культурную практику «Обучение плаванию».

Программа предназначена для обучающихся диагностических групп детей раннего и дошкольного возраста в возрасте от 3 до 4 лет и разработана с учётом особенностей развития дошкольников данного возраста.

В программе отражены все основные виды движений: передвижения в воде различными способами, погружение в воду, лежание на воде, скольжение на груди и спине, дыхательные упражнения. Значительная роль отведена подвижной игре.

Цель программы:

Создание благоприятных условий для оздоровления, закаливания, и обеспечения всестороннего развития психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями дошкольников.

Задачи программы:

Оздоровительные:

1. сохранять и укреплять здоровье детей;
2. учить бережному отношению к своему здоровью, личной гигиене;
3. развивать функциональные и адаптационные возможности детей и улучшать их работоспособность, закаливание организма;
4. совершенствование ОДА, формирование правильной осанки.

Образовательные:

1. расширять и углублять представления и знания о пользе занятий плаванием;
2. ознакомить детей с различными способами плавания;
3. развивать психофизические качества и двигательные способности (выносливость, силу, ловкость, гибкость, координацию движений, дыхательные функции);

4. формировать умения и навыки правильного выполнения плавания спортивным способом.

Воспитательные:

1. воспитывать интерес к активной деятельности в воде;
2. воспитывать нравственно-волевые качества: смелость, настойчивость, чувства собственного достоинства, самостоятельность.

Задачи по обучению плаванию обучающихся 3-4 лет

1. Сообщать обучающимся сведения о пользе плавания, его прикладном значении. Рассказать им о свойствах воды.
2. Способствовать уменьшению периода адаптации к воде.
3. Ознакомить с правилами поведения на воде.
4. Приучать обучающихся смело входить в воду и окунаются самостоятельно.
5. Воспитывать у обучающихся стремление к большой активности и самостоятельности при передвижениях и играх в воде (глубина по пояс).
6. Учить, уверенно погружать лицо в воду, погружаться с головой.
7. Учить открывать глаза в воде.
8. Разучивать выдох в воду, погрузившись до подбородка, носа, глаз, опустив лицо полностью в воду.
9. Учить выполнять движения ногами, как при плавании стилем кроль на груди и на спине в упоре лежа на руках на суше и в воде.
10. Способствовать воспитанию морально–волевых качеств (смелость, настойчивость).
11. Формировать навыки личной гигиены.
12. Воспитывать самостоятельность.

Планируемые результаты освоения программы

1. Знают свойства воды.
2. Знакомы с правилами поведения на воде.
3. Смело входят в воду и самостоятельно окунаются.
4. Самостоятельно передвигаются и играют в воде (глубина по пояс).
5. Ходят вперед и назад (вперед спиной) в воде глубиной до бедер или до груди с помощью рук.
6. Бегают вперед и назад (игра «Догони меня», «Бегом за мячом»).
7. Уверенно погружают лицо в воду, и погружаются с головой.
8. Могут открывать глаза в воде.
9. Выполняют вдох над водой и выдох в воду.
10. Выпрыгивают вверх из приседа в воде глубиной до бедер или до груди.
11. Пытаются выполнять выдох с погружением в воду.
12. Прыгают по бассейну с продвижением вперед.

13. Осваивают движения ногами, как при плавании стилем кроль на груди и на спине в упоре лёжа на руках на суше и в воде.
14. Сформированы навыки лежания на воде (на груди и на спине) с помощью взрослого, с доской и самостоятельно.
15. Учатся безбоязненно держаться на воде.
16. Освоено скольжение.

Для повышения эффективности усвоения Программы предусмотрена оценка результатов образовательного процесса. С этой целью проводится мониторинг. Периодичность мониторинга – три раза в год (в сентябре, декабре, мае).

Срок реализации рабочей программы 1 учебный год.