

Аннотация к программе «Обучение плаванию в детском саду»

Программа «Обучение плаванию в дошкольном учреждении» разработана 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.

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.

Данная программа рассчитана на четыре года обучения.

Обучение по данной программе построено по принципу «от простого – к сложному», поэтапно:

первый этап начинается с ознакомления ребенка с водой, ее свойствами (он продолжается до того момента, как ребенок освоится с водой);

второй этап связан с приобретением детьми умений и навыков, которые помогут им чувствовать себя в воде достаточно надежно (учатся держаться на поверхности воды – всплывать, лежать, скользить);

на третьем этапе дети обучаются плаванию определенным способом;

на последнем, четвертом этапе обучения плаванию продолжается совершенствование техники способа плавания, простых поворотов, элементарных прыжков в воду.

Постепенность и последовательность в переходе от привыкания к воде во время простого передвижения по дну к разучиванию определенных плавательных движений является одним из условий обучения детей.

Программа предусматривает использование индивидуальной и групповой форм обучения плаванию.

Групповая форма предусматривает подачу учебного материала всем детям группы. Индивидуальная форма работы — это закрепление материала с одним ребенком.

В процессе обучения предусматриваются следующие формы работы:

- разучивание движений ног;
- разучивание движений рук;
- разучивание способа плавания в целом, т.е. отработка согласованных движений рук, ног и дыхания;
- совершенствование плавания с полной координацией движений.

Данная программа отличается тем, что:

- обучение детей рассчитано на 2 занятия в неделю;
- разработаны учебно – тематические планы для каждого года обучения с общим количеством учебных часов;

- в методических рекомендациях дан подробный материал, который можно использовать на занятиях по обучению плаванию в игровой форме;
- разработано перспективное планирование для каждого года обучения (4 года).

По своей структуре любое занятие по плаванию делится на три части: подготовительную, основную и заключительную. Подготовительная часть проводится на суше и частично в воде, основная – только в воде, заключительная – в воде и на суше.

- Подготовительная часть. Построение занимающихся, объяснение задач занятия в доступной форме, выполнение общеразвивающих и подготовительных упражнений (частично могут проводиться в воде), знакомство с подвижными играми.
- Основная часть. Изучение нового материала, закрепление и совершенствование ранее приобретенных навыков с помощью игр, упражнений, эстафет.
- Заключительная часть. Снижение физической и эмоциональной нагрузки. Свободное плавание, Индивидуальная работа. Подведение итогов занятия.

Большую роль в формировании двигательных навыков плавания играет использование вспомогательного материала и оборудования. Оно помогает разнообразить приемы и методы обучения, виды упражнений, снять психологическую монотонность, постоянно повторяющихся движений, рационально использовать обучающее пространство, повышают интерес к занятиям, позволяют использовать дифференцированный подход в обучении.

Уровень развития основных навыков плавания оценивается с помощью тестирования плавательных умений и навыков детей по каждой возрастной группе. В качестве критериев оценки выбран ряд контрольных упражнений по методике Т. И. Казаковцевой.

Программа рассчитана не только для групп общеразвивающей направленности, но и для комбинированных и компенсирующих групп.