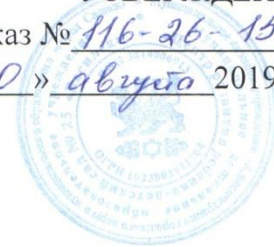


Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка - детский сад №25 «Василёк»
Строителей мкр, №25, г. Саянск, Иркутская обл, 666303
Тел.: 8(39553) 7-28-58/5-25-96, E-mail: saydou25@mail.ru;

УТВЕРЖДЕНО
приказ № 116-26-150
« 30 » августа 2019г.



«ДЕЛЬФИНЕНОК»

ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ПО СИНХРОННОМУ ПЛАВАНИЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 5 – 7 ЛЕТ

Составитель программы:
Серебренникова С.С.,
инструктор по физической культуре,
высшей квалификационной категории
МДОУ №25 г. Саянска

Саянск, 2019

Пояснительная записка.

Направленность программы: физкультурно – спортивная.

Актуальность, педагогическая целесообразность.

Одним из приоритетных направлений деятельности нашего дошкольного учреждения является физкультурно-оздоровительное. Педагогами огромное внимание уделяется всестороннему физическому развитию каждого ребенка. Именно поэтому необходимо, прежде всего, обеспечить физическое и психологическое благополучия, комфортного состояния, связанного с двигательной деятельностью, расширение возможностей ребенка в освоении окружающего мира.

Большое значение для развития физических качеств ребенка занимает плавание. Однако плавательная подготовленность подрастающего поколения в настоящее время остается неудовлетворительной. Методика обучения дошкольников плаванию в минимальной степени предусматривает развитие их творческой сферы. Для проведения занятий с детьми используются традиционные формы по обучению плаванию, что не способствует в полной мере обеспечению эмоциональности этих занятий. Дети используют полученные навыки в том виде, в котором они были преподнесены. На наш взгляд именно в возрасте 5-7 лет является актуальной задача выявления нового пути в обучении детей плаванию.

Синхронное плавание – вид спорта, связанный с выполнением в воде различных фигур под музыку. Для дошкольников он достаточно сложен, поэтому рекомендуется использовать только его элементы. Достижение результатов в синхронном плавании строится на развитии плавательных навыков, умении действовать слаженно, а также на проявлении творчества в преобразовании и украшении композиций. Высокая эмоциональность занятий, музыкальное сопровождение, большое разнообразие интересных упражнений и элементов способствует развитию плавательной подготовленности, физических качеств, творческих и психических способностей детей.

Основой для разработки программы «Дельфиненок» явилось методическое пособие «Здоровый ребенок» под редакцией М.Д. Маханевой. Методологической основой данной программы являются идеи Т.И. Осокиной о необходимости обучения детей дошкольного возраста плаванию стилями: «кроль», «брасс», «дельфин».

Цель программы: формирование привычки к здоровому образу жизни через обучение детей синхронному плаванию

Задачи программы:

- *оздоровительные* – совершенствовать способности детей проявлять выносливость и силу во время выполнения упражнений, повышать активность и работоспособность детского организма, осуществлять закаливание;

- *воспитательные* – обучать проявлению самостоятельности, смелости, доброжелательности, воспитывать настойчивость в достижении положительного результата;

- *образовательные* – совершенствовать технику скольжения на груди и на спине, ныряния; обучать детей синхронно одновременно выполнять движения.

Новизна, отличительные особенности программы.

Наряду с традиционными формами работы с детьми по плаванию, которые задают определенный минимум, возникла необходимость в разработке Программы дополнительного образования, которая позволяет заниматься с детьми дополнительно. Результаты диагностического обследования выявили детей с высоким уровнем плавательных умений, обладающих гибкостью, пластичностью и чувством ритма.

Отличительной особенностью программы является интеграция физических, эстетических, художественно-творческих и психоэмоциональных особенностей дошкольника, приобщение к здоровому образу жизни, культурному и спортивному наследию.

Программа «Дельфиненок» является локальной и отражает компонент ДОУ. Программа составлена с учетом межпредметных связей образовательной программы ДОУ.

Возраст детей, участвующих в реализации программы, с 5 до 7 лет.

Сроки реализации: программа реализуется через занятия секции синхронного плавания «Дельфиненок». Общее количество занятий в год – 15.

Формы и режим занятий: продолжительность занятий – 30 минут. Структура программы включает в себя учебно-тематический план, рассчитанный на один год обучения. Занятия проходят в клубное время, предусмотренное программой «Радуга» для детей старшего дошкольного возраста. Занятия в секции проводятся в комплексе со всеми формами физкультурно-оздоровительной работы.

Формами проведения секции являются тренировочные, игровые, сюжетно-игровые, тематические занятия, праздники на воде.

Ожидаемые результаты и способы проверки:

- развитие творческих способностей детей;
- формирование гибкости, пластичности, художественно-эстетического вкуса;
- воспитание коллективизма, посредством выработки навыков синхронного выполнения упражнений, действий в команде;
- овладение детьми различными видами плавания, умение ориентироваться в пространстве;
- преодоление водобоязни у детей в ситуациях взаимопомощи и страховки партнера при выполнении действий в малых группах;
- повышение уровня плавательной подготовленности детей.

Для освоения данной программы используется диагностическая методика на основе рекомендаций М.Д. Маханевой, Г.В. Барановой. Обследование проводится 2 раза в год.

Подведение итогов предусматривает показательные выступления участников в праздниках на воде.