

АННОТАЦИЯ

К «ПРОГРАММЕ ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ ПЛАВАНИЮ В ДЕТСКОМ САДУ» (Воронова Е.К.)

Программа составлена кандидатом педагогических наук, мастером спорта СССР Вороновой Е.К. с учетом возрастных особенностей физического развития дошкольников. По каждой возрастной группе (младшей, средней, старшей) рассмотрены особенности двигательных навыков у детей, дана характеристика специфики обучения плаванию. В программе Е.К. Вороновой обучение детей плаванию начинается с 3-х лет. Основной целью программы, является обучение детей дошкольного возраста плаванию; закаливанию и укреплению детского организма; обучение каждого ребенка осознанно заниматься физическими упражнениями; создание основы для разностороннего физического развития (развитие и укрепление опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем).

По мере освоения программы решаются задачи по формированию:

- навыков плавания;
- бережного отношения к своему здоровью;
- навыков личной гигиены;
- умения владеть своим телом в непривычной среде.

В программе представлены особенности развития детей:

- двигательные навыки детей подразумевают выполнение упражнений в воде с учётом их физической подготовленности, возрастных и индивидуальных особенностей (все возраста);
- упражнения для общефизической подготовки (все возраста);
- упражнения для специальной подготовки (все возраста);
- игры для ознакомления со свойствами воды и освоения передвижений в воде (младший возраст);

- игры для приобретения навыков погружения в воду (младший возраст) ;
- упражнения и игры для развития кистей (старший возраст);
- дыхательные упражнения (старший возраст);
- игры для овладения навыков скольжения (старший возраст);
- игры-эстафеты (старший возраст).

Программа реализуется в группах детей дошкольного возраста от 3 до 7 лет.