ОПИСАНИЕ ПРОГРАММЫ

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно – спортивной направленности «Стрелочка»

Полное наименование ДОО: Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение Ковдорского муниципального округа «Детский сад №29 "Сказка". Сокращенное наименование (в соответствии с Уставом) – МАДОУ № 29.

Дополнительная образовательная программа реализуется на государственном языке РФ.

Срок обучения 2 года (2 младшая, средняя группа), программа рассчитана на детей 5-7 лет.

Преимущества дополнительной общеразвивающей программы: Плавание является одним из важнейших звеньев в воспитании и оздоровлении ребенка - содействует разностороннему физическому развитию, стимулирует деятельность нервной, сердечно - сосудистой и дыхательной систем; значительно расширяет возможности опорно-двигательного аппарата, является лучшим средством закаливания и формирования хорошей осанки. Программа рассчитана на дошкольников от 3 до 5 лет. Срок реализации 2 года.

Цель программы – создание благоприятных условий для оздоровления, закаливания, и обеспечения всестороннего развития психических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями дошкольников.

Достижение поставленной цели предусматривает решение следующих задач:

Оздоровительные:

Охрана и укрепление здоровья ребенка, его гармоничное психофизическое развитие, совершенствование опорно-двигательного аппарата, формирование правильной осанки, повышения работоспособности организма, приобщение ребенка к здоровому образу жизни.

Образовательные:

Формирование двигательных умений и навыков, развитие психофизических качеств (силы, ловкости, выносливости, гибкости и др.), и двигательных способностей (координации движений, дыхательной функции) у детей у детей разных возрастных групп, формирование знаний о видах и способах плавания, собственном теле, об оздоровительном воздействии плавания на организм, осознанности двигательных действий, о телесной рефлексии, развития пространственных ориентировок, развитие внимания, мышления, памяти.

Воспитательные:

Воспитание нравственно - волевых качеств, потребности к здоровому образу жизни, формирование личной гигиены и самообслуживания.

Форма обучения по программе – очная, без использования дистанционных технологий, на русском языке.

Возрастная категория обучающихся – 3-5 лет, состав группы постоянный, формируется по возрастным характеристикам.

Нормативный срок освоения программы (продолжительность обучения) – 2 года, общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения необходимых для освоения программы –104 часа.

Минимальное и максимальное число детей, обучающихся в одной группе – 10-20.

Объем учебной нагрузки – дети 3-4 года, 2 раз в неделю по 15 минут, 8 занятий в месяц, дети 4-5 лет, 2 раз в неделю по 20 минут, 8 занятий в месяц, в первой и второй половине дня. Перерыв между занятиями 10 минут.

Планируемые результаты:

II младшая группа.

К концу года дети должны уметь:

- Погружать лицо и голову в воду.
- Ходить вперед и назад в воде глубиной до бедер с помощью рук.
- Бегать (игра «Догони меня», «Бегом за мячом»).
- Пытаться выполнять упражнение «Крокодильчик».
- Дуть на воду, пытаться выполнять вдох над водой и выдох в воду.
- Прыгать по бассейну с продвижением вперед.
- Выпрыгивать вверх из приседа в воде глубиной до бедер.
- Пытаться лежать на воде вытянувшись в положении на груди.
- Учить простейшим плавательным движениям ног.

Средняя группа.
К концу года дети должны уметь:

- Погружать лицо и голову в воду.
- Бегать парами.
- Пытаться проплывать тоннель, подныривать под гимнастическую палку.
- Делать попытку доставать предметы со дна.
- Выполнять вдох над водой и выдох в воду с неподвижной опорой.
- Выполнять упражнение на дыхание «Ветерок».
- Выполнять серию прыжков продвижением вперед.
- Выпрыгивать вверх из приседа в воде глубиной до бедер или до груди.
- Скользить на груди, выполнять упражнения в паре «На буксире».
- Пытаться выполнить упражнения «Звездочка», «Медуза».

Взаимодействие педагогического коллектива с семьями воспитанников:

Взаимодействие с родителями:
Задачи:
Создание атмосферы общности интересов;
Объединение усилий для развития детей;
Активизация и обогащение педагогического опыта родителей;
Просветительская пропаганда;
Создание условий для реализации программы.

Формы работы:
Анкетирование;
Индивидуальные беседы;
Консультации;
Рекомендации для родителей детей ООП;
Изготовление буклетов, памяток;
Презентация работы кружка «Стрелочка»;
Выступление на родительских собраниях;
Тематические выставки;
Показ мастер – классов.

МАДОУ №29, Дудина Оксана Васильевна, Заведующая
06.09.2023 13:58 (MSK), Сертификат № 51B99A0004AE55B8497A733AE1723044