

Рабочая программа по образовательной области «Физическое развитие» по разделу Плавание разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами по дошкольному образованию:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155);
- «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования» (приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 года №1014 г. Москва);
- «Санитарно-эпидемиологические правила, нормативы и требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций, утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 № 26 (далее – СанПиН 2.4.1.3049-13; начало действия документа – 30.07.2013);
- Федеральными законами «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» от 24 ноября 1995 г. № 181 (с изменениями на 28 июня 2014 года), «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» от 24 июня 1999 г. № 120, ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24 июля 1998 г. № 124.
- Письмо Минобрнауки России от 7 июня 2013 г. № ИР-535/07 «О коррекционном и инклюзивном образовании детей».
- в соответствии с парциальной программой Система обучения плаванию детей дошкольного возраста, Чеменевой А.А., Столмаковой Т.В., 2011 год.

Программа спроектирована с учетом ФГОС дошкольного образования, особенностей образовательного учреждения, образовательных потребностей и запросов родителей (законных представителей) воспитанников.

Программа определяет цель, задачи, планируемые результаты, содержание и организацию образовательного процесса физического развития по обучению плаванию детей по возрастам, начиная с 3 летнего. Содержание деятельности распределено по месяцам и неделям, согласно календарно-тематическому планированию и представляет систему, рассчитанную на один учебный год -36 недель. Срок освоения программы: 1 год.

Здоровые дети – это основа жизни всего человеческого общества. Одним из важнейших средств воспитания здорового ребенка с самого раннего возраста, является физическая культура. Правильная организация деятельности по физической культурой способствует гармоничному развитию жизненно необходимых физических качеств детей: ловкости, гибкости, быстроты, силы, выносливости, а также выработке гигиенических навыков.

*Плавание* – одно из средств, способствующих разностороннему физическому развитию, которое стимулирует деятельность нервной и дыхательной систем, значительно расширяет возможности опорно-двигательного аппарата. Оно является одним из лучших средств закаливания и формирования правильной осанки ребенка.

Активные движения укрепляют мышечную и сердечно-сосудистую системы ребенка; более того развитие движений находится в прямой зависимости от внешней среды. Занятия в воде и выполнение различных движений, связанных с преодолением ее сопротивления -важнейший фактор гармоничного развития.

Во время плавания человек преодолевает значительное сопротивление воды, постоянно тренирует все мышечные группы, радикально способствуя устранению различных дефектов и ликвидации плоскостопия. Постоянное купание и плавание закаляет

организм, формирует стойкий иммунитет не только к простудным, но и к некоторым инфекционным заболеваниям. И здесь решающим является температурный фактор.

Плавание является естественным средством массажа кожи и мышц (особенно мелких групп), очищает потовые железы, способствуя тем самым активизации кожного дыхания и обильному притоку крови к периферическим органам.

**Цель программы:** закаливание, укрепление и оздоровление воспитанников для разностороннего физического развития, через обучение их плаванию.

**Задачи:**

**1. Оздоровительные задачи:**

Укрепить здоровье ребенка.

Повышать работоспособность организма, приобщать ребенка к здоровому образу жизни.

**2. Образовательные задачи:**

Формировать двигательные умения и навыки.

Формировать знание о видах и способах плавания и собственном теле.

**3. Воспитательные задачи:**

Воспитывать двигательную культуру.

Воспитывать нравственно-волевые качества: смелость, настойчивость, чувство собственного достоинства, уверенность в себе.

Воспитывать заботу о своем здоровье.

**Принципы обучения плаванию**

1. Систематичность. Занятия плаванием проводятся регулярно, в определенной системе.
2. Доступность. Упражнения и задания в воде, а также физическая нагрузка доступны детям дошкольного возраста.
3. Активность. Разнообразие занятий, повышение активности детей за счет включения в образовательный процесс игровых элементов.
4. Наглядность. Объяснение сопровождается показом упражнений, а также применение наглядных пособий - схем, плакатов и т.д.
5. Последовательность и постепенность. Простые и легкие упражнения предшествуют более сложным и трудным.

В программе прописаны формы взаимодействия с родителями, программно-методическое обеспечение, календарно-тематическое планирование, материально-техническое обеспечение.