

**Аннотация к дополнительной общеразвивающей программе
«Золотые рыбки»
для обучающихся дошкольного возраста 4-5 лет
инструктора по физической культуре (плавание): Терентьевой Е. В.**

Направленность дополнительной общеразвивающей программы «Золотые рыбки» для обучающихся дошкольного возраста 4-5 лет - физкультурно-спортивная. Формирование физической культуры детей осуществляется в разных видах детской деятельности, но прежде всего – в двигательной. Основным компонентом двигательной деятельности является движение, сама же она направлена на физическое, двигательное и интеллектуальное развитие ребенка. Структурными компонентами двигательной деятельности считаются движения и физические упражнения. В дошкольном образовании множество упражнений взяты из различных видов спорта, таких как гимнастика, легкая атлетика, спортивные игры и другие. Особое место в этом ряду занимает плавание. Физиологической основой системы обучения плаванию в условиях ДООУ являются благотворное воздействие быстро чередующихся движений и разнообразное воздействие воды, связанное с ее физическими, химическими, термическими и механическими свойствами на организм ребенка. Кроме того, умение держаться на воде, возможность преодолевать страхи перед неизвестной стихией, открытость новому опыту, связанному с плаванием – эти умения и качества личности развиваются в процессе занятий, без которых сегодня невозможно представить себе ребенка, находящегося без присмотра родителей возле какого-либо водоема.

Цель: закаливание и укрепление детского организма, формирование важных навыков, необходимых для дальнейшего обучения плаванию. Кроме того, программа нацелена на развитие психических познавательных процессов, физических и морально-волевых качеств малышей. Ориентирована на гармоничное развитие всех мышц тела ребенка, укрепление его опорно-двигательного аппарата, повышение функций сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Задачи:

- Сформировать умения лежать на воде с подвижной опорой;
- Сформировать умение плыть за счет движения ногами кролем на груди с подвижной опорой;
 - Научить безбоязненно нырять в воду;
 - Развить навыки личной гигиены.
 - Создать основу для разностороннего развития личности.
 - Способствовать укреплению детского организма.
 - Воспитывать у детей дружелюбие, организованность, взаимопомощь.

Срок реализации: 1 учебный год (октябрь 2023 – май 2024)