**муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**города Ростова-на-Дону «Детский сад № 49»**

 **Рабочая программа**

**по реализации курса «Коррекционное плавание»**

**автора Е. К. Воронина**

**(для детей 4-5 лет)**

**2018-2019 уч. год.**

**Пояснительная записка**

**Нормативные основания:**

 Данная программа разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013г. № 1155); Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений» СанПин 2.4.1.3049-13; Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. № 1014).

 Рабочая программа по разделу «Коррекционное плавание» для детей всех возрастных групп составлена на основе программы «Обучение плаванию в детском саду» Е.К.Воронина.

***Цель*** программы –обучение коррекционному плаванию детей дошкольного возраста, посещающих дошкольное образовательное учреждение.

***Задачи*** программы:

*Оздоровительные:*

- приобщать ребенка к здоровому образу жизни;

- укреплять здоровье ребенка;

- формировать правильную осанку и стопу.

*Образовательные:*

- формировать двигательные умения и навыки;

- формировать знания о здоровом образе жизни;

*Воспитательные:*

- воспитывать гигиеническую и двигательную культуру;

- воспитывать нравственно волевые качества, такие как смелость,

настойчивость, уверенность в себе;

- воспитывать чувство заботы о своем здоровье.

***Принципы*** обучения.

- *Систематичность* - занятия плаванием должны проводиться регулярно, в определенной системе, потому что регулярные занятия плаванием дают больший оздоровительный эффект, чем эпизодические;

- *Доступность* - физическая нагрузка на занятиях по плаванию должна быть доступна детям дошкольного возраста и соответствовать уровням подготовленности;

- *Активность* – так как основной формой деятельности дошкольников является игра, необходимо применять как можно больше игр и игровых упражнений, благодаря которым, процессе обучения плаванию будет разнообразным и интересным для детей;

- *Наглядность* - для успешного прохождения процесса обучения плаванию, объяснение должно сопровождаться показом упражнений, а также на занятиях по плаванию необходимо использовать наглядные пособия (рисунки, плакаты игрушки и т.д.);

- *Последовательность и постепенность* - во время обучения детей плаванию простые и легкие упражнения должны предшествовать более сложным и трудным упражнениям, поэтому приступать к ним нужно только после хорошего освоения, правильного и уверенного выполнения предыдущих упражнений.

 Обучение плаванию нужно начинать с освоения воды, чтобы у детей не было боязни и страха перед ней, и чтобы они чувствовали себя в воде уверенно и свободно. Для этого на занятиях по плаванию нужно использовать как можно больше игр, забав и развлечений в воде. Такие формы проведения занятий, повышают интерес к ним. На занятиях по плаванию не стоит использовать только подвижные игры, нужно также применять игровые упражнения, которые позволят ребёнку освоить навыки плавания, проводить игры и эстафеты, в которых есть элементы соревнования. Чем меньше дети, тем большее количество раз надо повторять задания для развития определенных навыков и умений

**Условия реализации:**

 ***- программа включает в себя 80 занятий,***

 ***- занятия проводятся 2 раза в неделю по 20мин.***

 **- целесообразное повторение колеблется от 2-4 до 6-8 раз.**

***Сроки реализации:*** Программа рассчитана на 1 год.

***Форма*** проведения занятий.

На занятиях по плаванию, дети делятся на две подгруппы по 10-12 человек, так как это основная форма проведения занятий в ДОУ. Комплектуя группы для проведения занятий, надо учитывать не только физическую подготовленность детей, но и то, как воспитанники усваивают плавательные движения (мониторинг).

***Структура*** проведения занятий.

Занятие состоит из 3 частей:

- подготовительная часть (обще-развивающие упражнения в воде);

- основная часть (специальные и подготовительные упражнения для обучения плаванию);

- заключительная часть (игры и упражнения на внимание).

***Прогнозируемый*** результат***:***

- снижение заболеваемости детей и укрепление организма;

- сформированное положительное эмоциональное отношение ребенка к занятиям по плаванию;

- сформированный навык подготовительных и специальных упражнений по плаванию;

***Формы*** подведения итогов реализации программы:

- показ с детьми открытых занятий для педагогов ДОУ;

- показ с детьми открытых занятий для родителей, дети которых посещают занятия по плаванию в данном дошкольном учреждении;

- оформление фотовыставок в течение года.

**Мониторинг.**

**Средняя группа**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Ф.И. ребенка | Выдохи в воду | Погружение в воду с головой | Доставание игрушек со дна бассейна | Звезда на груди и спине | Скольжение на груди и спине |
|  |  |  |  |  |  |  |

Высокий уровень - 5 тестов

Средний уровень – 3-4 теста

Низкий уровень – 1-2 теста

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **группы** | **Цель и задачи программы** | **К концу года ребенок знает, умеет** |
| 1 | средняя группа (4-5 лет) | **Цель:** формирование у детей элементарных технических навыков, коммуникативной компетентности в процессе обучения плаванию.**Задачи:**- обучить выполнению лежания на груди и на спине;- обучить выдоху в воду, опуская губы (лицо);- обучить умению открывать глаза в воде;- обучить движениям ног как при плавании способом кроль на груди и на спине;- содействовать формированию правильной осанки;- способствовать воспитанию смелости и решительности. | - уметь выполнять лежание на груди и на спине при счете до 3;- уметь выполнять выдохи в воду, опуская лицо;- уметь выполнять движения ногами как при плавании способом кроль на груди у поручня (с подвижной опорой). |

В работе используются разные методы: **наглядные, словесные, практические, игровые.**

**Наглядные методы**: учебные и наглядные пособия, фото и видеоматериалы.

**Словесные методы**: рассказ, объяснение, пояснение, беседа, разбор, анализ, указания, команды, распоряжения.

**Практические методы:** упражнения, соревнования, игры.

**Содержание программы**

**Средняя группа**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| дата | тема | объем в часах | примечания |
| 05.09. 07.09. 12.09. |  «Невод»  | 3 |  |
| 14.09. 19.09. 21.09. | «Мы веселые ребята» | 3 |  |
| 26.09., 28.09.1  | «Сердитая рыбка» | 2 |  |
| 02.10., 05.10., 10.10.,  | «Найди себе пару» | 3 |  |
| 12.10., 17.10., 19.10.,  | «Найди пару» | 3 |  |
|  24.10. 27.10. 31.10. | «Бегом за мячом» | 3 |  |
| 02.11. 07.11. | «Волшебный мячик» | 2 |  |
| 09.11., 14.11. | «Медвежонок Умка и рыбки» | 2 |  |
| 16.11., 21.11. | «Медвежонок и рыбка» | 2 |  |
| 23.11. 28.11. 30.11. | «Жучок-паучок» | 3 |  |
| 05.12. 07.12. | «Жучок» | 2 |  |
| 12.12., 14.12. | «Караси и щука» | 2 |  |
| 19.12. 21.12. | «Караси» | 2 |  |
| 26.12. 28.12. | «На буксире» | 2 |  |
| 09.01. , 11.01. | «Буксир» | 2 |  |
| 16.01. 18.01. | «Хоровод» | 2 |  |
| 23.01. 25.01. | «Дружный хоровод» | 2 |  |
| 30.01.  | «Поезд в туннель!» | 1 |  |
| 01.02. , 06.02. | «Поезд - в страну дружбы» | 2 |  |
| 08.02. 13.02. | «Оса» | 2 |  |
| 15.02., 20.02. | «Волшебные осы» | 2 |  |
| 22.02., 27.02. | «Медуза» | 2 |  |
| 01.03., 06.03., 13.03. | «Волшебная медуза» | 3 |  |
|  15.03.20.03., 22.03. | «Водолазы» | 3 |  |
|  27.03., 29.03.,  | «Морские водолазы» | 2 |  |
| 03.04., 05. 04.  | «Смелые ребята» | 2 |  |
| 10.04., 12.04. | «Ловкие ребята» | 2 |  |
| 17.04., 19.04. | «Щука» | 2 |  |
| 24.04., 26.04. | «Катание на кругах» | 2 |  |
| 03.05., 08.05.  | «Море волнуется» | 2 |  |
| 10.05., 15.05. | «Море шумит» | 2 |  |
| 17.05., 22.05., 24.05. | «Фонтан» | 3 |  |
| 29.05., 31.05. | «Зеркальце» | 2 |  |
| 05.06.07.06. | «По волнам, по морям» | 2 |  |
| 11.06.14.06. | «Солнце, воздух и вода…» | 2 |  |
| 19.06.21.06. | «Быстрые кораблики» | 2 |  |
| 26.06.28.06. | «Веселые медузы» | 2 |  |

 Итого:80

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.

1. Булгакова Н.Ж. Плавание: Пособие для инструктора – общественника / Н.Ж. Булгакова.- М.: Физкультура и спорт, 1984.-160 с.
2. Волошина Л.Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников: Учебно-методическое пособие/Л.Н. Волошина. – М.:АРКТИ, 2005.-108 с. (Развитие и воспитание).
3. Галицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультуры в дошкольном образовательном учреждении / Н.С. Галицина.- М.:, 2005.-143с.
4. Глазырина Л.Д. Физическая культура - дошкольникам: программа и программные требования: Пособие для педагогов дошкольных учреждений / Л.Д. Глазырина.- М.: Гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС,2004.-143 с.
5. Козлов А.В. Плавание: Учебная программа/А.В. Козлов. - М.: Просвещение, 1993
6. Левин Г. Плавание для малышей / Пер. с нем. Л.Е. Микулин. – М.: Физкультура и спорт,1974.-95 с.- ( Азбука спорта ).
7. Макаренко Л.П. Юный пловец./Л.П. Макаренко. - М.: Физкультура и спорт, 1983.-288с.
8. Е.К. Воронина «Обучение плаванию в ДОУ»
9. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Богина Т.Л. Обучение плаванию в детском саду: Книга для воспитателей детского сада и родителей/Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, Т.Л. Богина. - М.: Просвещение, 1991.-158 с.