

МАДОУ «Детский сад № 27» имеет возможность проводить не только физкультурные занятия на суше, но и в воде. Плавание – одно из важнейших звеньев в воспитании ребенка – содействует разностороннему физическому развитию, стимулирует деятельность нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной систем, значительно расширяет возможности опорно-двигательного аппарата. Это одно из лучших средств закаливания и формирования правильной осанки ребенка. В ходе занятий плаванием, возможно, скорректировать равномерное развитие мышечной системы, так как в работу вовлекаются все основные группы мышц. Закрепляются уже имеющиеся навыки в беге, прыжках, ходьбе, формируется навык скольжения, который является базовым движением в плавании. В процессе дети обогащаются не только двигательным опытом, но и эстетическим, эмоциональным, волевым, нравственным, спортивными, укрепляют навыки общения, что формирует у них уверенность в своих силах, служит основой для успешного овладения школьной программой. Правильно организованные занятия способствуют развитию смелости, решительности, самостоятельности, дисциплинированности. Прививают стойкие гигиенические навыки, которые постепенно становятся потребностью и привычкой.

Купание, игры в воде, плавание можно рассматривать как эффективное средство нормального развития ребенка.

**Цель программы:**

Обучение детей дошкольного возраста плаванию и создание основы для их разностороннего физического развития (развитие и укрепление опорно – двигательного аппарата, сердечно – сосудистой, дыхательной и нервной систем).

**Задачи программы:**

Формировать основные навыки плавания;

Развивать физические качества (ловкость, быстрота, выносливость, сила и др.);

Сохранять и укреплять здоровье детей;

Воспитывать интерес к активной деятельности в воде и умения владеть своим телом в непривычной среде.

**Режим занятий**

<b>Возрастная группа</b>	<b>Продолжительность занятий</b>	<b>Периодичность в неделю</b>	<b>Количество занятий в год</b>
2-3 года	10 мин.	1 раз	36
3-4 года	15 мин.	1 раз	36
4-5 лет	20 мин.	2 раза	72
5-6 лет	25 мин.	2 раза	72
6-7 лет	30 мин.	2 раза	72