

## АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ПО ВИДУ СПОРТА: ПЛАВАНИЕ (144 часа)

Рабочая программа по плаванию составлена с учетом следующих нормативных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 г. №329-ФЗ;
- Приказ Министерства спорта РФ от 27.12.2013 №1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;
- Приказ Минобрнауки от 29.08.2013 №1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта по виду спорта: плавание.

Программа рассчитана на детей дошкольного и младшего школьного возраста от 6 до 10 лет. При приеме поступающих, требования к их образованию не предъявляются. Возможно зачисление всех желающих, не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям плаванием.

**Основной целью программы** является приобретение занимающимися элементарных знаний, умений и навыков в области теории физической культуры и спорта, общей физической подготовки, в области вида спорта (плавание), специальной физической подготовки.

**Основными задачами реализации программы** являются:

- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья занимающихся;
- формирование и развитие спортивных способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом совершенствовании;
- выявление детей, проявивших способности к избранному виду спорта.

**Программа направлена на:**

- формирование знаний, умений и навыков в виде спорта плавание;
- создание условий для физического образования, воспитания и развития детей;
- отбор одаренных детей и их подготовка к процедуре индивидуального отбора с целью дальнейшего зачисления на программу спортивной подготовки по виду спорта плавание;
- организацию досуга и формирование потребности в поддержании здорового образа жизни.

### **Основными формами обучения являются:**

- групповые учебные занятия;
- теоретические занятия;
- тестирование и контроль.

Программа не предполагает выполнение занимающимися контрольно-переводных нормативов.

**Срок реализации программы – 1 год (36 учебных недель).**

**Количество занятий в неделю – 2-3.**

**Объем учебной нагрузки – 4 часа в неделю.**

Комплектование групп осуществляется как из детей одного возраста, так и из разных возрастных категорий (разновозрастные группы).

### **Ожидаемые результаты от реализации программы**

Результатом освоения программы по виду спорта – плавание является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков в предметных областях:

#### **1. В области теории физической культуры и спорта:**

- история развития плавания;
- начальные сведения о строении и функциях организма человека;
- гигиенические знания, умения и навыки;
- режим дня, закаливание организма, здоровый образ жизни;
- требования техники безопасности при занятиях плаванием.

#### **2. В области общей и специальной физической подготовки:**

- освоение комплексов физических упражнений;
- развитие основных физических качеств (гибкости, быстроты, силы, координации) и их гармоничное сочетание применительно к специфике вида спорта – плавание;

- укрепление здоровья, повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию.

#### **3. В области избранного вида спорта:**

- овладение основами техники плавания способами кроль на груди и кроль на спине;

- умение проплыть не менее 25 метров одним из способов плавания.

#### **4. В области других видов спорта и подвижных игр:**

- умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с обязательными для всех в подвижных играх правилами;

- умение соблюдать требования безопасности при самостоятельном выполнении упражнений.