

Аннотация к рабочей программе по плаванию 1-2, 5 классы

Регулярные занятия плаванием разносторонне влияют на физическое развитие ребенка, состояние центральной нервной и дыхательной систем, формируют правильную осанку и сопротивляемость различным простудным заболеваниям, а также способствуют развитию таких качеств, как сила, быстрота, выносливость, гибкость и ловкость. Педагогическая целесообразность данной образовательной программы обусловлена тем, что плавание является одним из звеньев в физическом воспитании ребенка, содействует разностороннему физическому развитию, стимулирует деятельность нервной, сердечнососудистой и дыхательной систем, значительно расширяет возможности опорно-двигательного аппарата. Плавание одно из лучших средств закаливания и формирования правильной осанки ребенка.

Цель программы:

- обучение детей младшего школьного возраста плаванию;
- закаливание и укрепление детского организма;
- обеспечение всестороннего физического развития;
- закладывание основы для дальнейших занятий плаванием.

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы, 7 – 8, 11 лет (1-2, 5 класс).

Ожидаемый конечный результат обучения предполагает:

- формирование плавательных умений, навыков и достижение необходимой плавательной подготовленности;
- овладение теоретическими основами спортивной техники: плавания кролем на груди, кролем на спине, развитие координационных способностей;
- формирование у школьников интереса к занятиям плаванием;
- укрепления здоровья школьников;
- проплывание или преодоление дистанции 25 метров (кролем на груди или на спине).