**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад комбинированной направленности №7 «Антошка»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ПРИНЯТО:**  На Педагогическом совете  Протокол № \_1\_\_\_\_\_\_\_\_\_  От \_19.08.2019\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |  | **УТВЕРЖДАЮ:**  Заведующий МБДОУ «Детский сад №7 «Антошка»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Д.Б. Зернова  Приказ №202-ОД от «22» августа 2019г. |

**Программа дополнительной платной**

**необразовательной услуги**

**«Плавание» от 3 до 7 лет**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

по оказанию дополнительной (необразовательной) услуги «Плавание»

муниципальным бюджетным дошкольным образовательным учреждением

«Детский сад комбинированной направленности №7 «Антошка»

Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей – одна из главных задач развития страны.

Одним из важнейших средств воспитания здорового ребенка с самого раннего возраста, несомненно, является физическая культура. Плавание способствует гармоничному развитию жизненно необходимых физических качеств детей: ловкости, гибкости, быстроты, силы, выносливости, а также выработке гигиенических навыков. С целью привлечения источников финансирования учреждения от приносящей доход деятельности муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад комбинированной направленности №7 «Антошка» имеет возможность осуществлять **спортивно – оздоровительную услугу** по плаванию с детьми от 3 до 7 лет.

Данная услуга реализуется учреждением в соответствии с Уставом п. 2.8.3 и в соответствии с необразовательной программой «Плавание» (рассчитана на детей от 3 - 7 лет). Срок реализации программы предусмотрен на 9 месяцев в объеме - 18 часов в год на одну группу (1 раза в неделю по 30 минут). Количество групп – 1. Наполняемость группы – 10 человек. Целью программы является создание благоприятных условий для закаливания детей в детском саду. Основные задачи программы, содержание, используемые материалы подробно расписаны в выше указанной программе и прилагаются к перечню подтверждающих документов.

Для организации данной услуги имеется бассейн, оборудованный в соответствии с требованиями СанПин 2.4.1.3049-13 для детских садов и возрастным особенностям детей.

Перечень документов и расчет стоимости предоставлены согласно постановлению администрации города Урай от 15.02.2017 №364 «Об определении уполномоченного органа на рассмотрение обращений, его функций, методики расчета, требования к его экономическому обоснованию, перечня документов, подтверждающих сведения, указанные в расчете».

Плавание в ДОУ приобрело большую популярность, прежде всего потому, что появилась возможность эффективного закаливания детей.

В последние годы среди средств оздоровления детей в ДОУ всё чаще упоминается плавательный бассейн. Купание, игры в воде, плавание оказывают благоприятное воздействие на всестороннее физическое развитие ребёнка.

Плавание положительно влияет на закаливание детского организма:

- совершенствуется механизм терморегуляции;

-  повышаются иммунологическое свойства;

- улучшается адаптация к разнообразным условиям внешней среды;

- также укрепляется нервная система;

- крепче становится сон;

- улучшается аппетит;

- повышается общий тонус организма;

- совершенствуются движения;

- увеличивается выносливость.

Услуга «Плавание» оказывается 1 раз в неделю, начиная с 3 летнего возраста. Время нахождения в воде составляет 30 минут, количество детей в группе 10 человек. Услуга включает в себя свободное плавание детей в воде под присмотром инструктора по физической культуре, помощника воспитателя.

Для адаптации в пространстве воды первые 15 минут плавание происходит в детских кругах для плавания, для приобщения к самостоятельному плаванию следующие 15 минут используются детские нарукавники для плавания.

Наименование должности работника в группе «Плавание»: инструктор по физическому воспитанию, помощник воспитателя.

*Расходные материалы для реализации услуги:* круги надувные, кольца тонущие рыбки, игрушки тонущие тактильные кольца.

Каждый человек должен уметь плавать. И чем раньше он научится, тем лучше.

Купание, плавание благоприятны для всестороннего физического развития ребенка. Во время плавания чередуются напряжение и расслабление разных мышц, что увеличивает их работоспособность и силу.

В воде уменьшается статическое напряжение тела, снижается нагрузка на позвоночник, который в этом случае правильно формируется, вырабатывается хорошая осанка. В то же время активное движение ног в воде в безопорном положении укрепляет стопы и предупреждает развитие плоскостопия.

Систематическое плаванием ведет к совершенствованию органов кровообращения и дыхания. Это происходит благодаря ритмичной работе мышц, необходимости преодолевать сопротивление воды. Улучшается сердечная деятельность, подвижность грудной клетки, увеличивается жизненная ёмкость лёгких.

Регулярное плавание положительно влияет на закаливание детского организма. Укрепляется также нервная система, крепче становится сон, улучшается аппетит, повышается общий тонус организма, совершенствуются движения, увеличивается выносливость.

Одновременно с плаванием у детей прививаются умения и навыки самообслуживания, что очень важно для их всестороннего развития.

В процессе плавания дети обогащаются не только двигательным опытом, но и эстетическим, эмоциональным, волевым, нравственным, спортивным, укрепляют навыки общения, что формирует у них уверенность в своих силах, служит основой для успешного овладения школьной программой.

Плавание благотворно влияет не только на физическое развитие ребенка, но и на формирование его личности. Не всем детям общение с водой доставляет удовольствие и радость, некоторые боятся входить в воду, боятся глубины. Психологами установлено, что главная опасность на воде – не действия в ней, а чувство страха и боязнь глубины. Именно поэтому первые шаги обучения плаванию направлены на то, чтобы помочь ребенку преодолеть это неприятное и небезобидное чувство. Занятия плаванием развивают такие черты личности, как целеустремленность, настойчивость, самообладание, решительность, смелость, дисциплинированность, умение действовать в коллективе, проявлять самостоятельность.

Водные процедуры также прививают стойкие гигиенические навыки, которые постепенно становятся потребностью и привычкой.

Состав исполнителей: инструктор по физической культуре, помощник воспитателя.

Помощник воспитателя:

·        организует детей к занятию по плаванию, сопровождает до бассейна и обратно, следит за порядком и чистотой в раздевальной, помогает детям при раздевании и одевании;

·        осуществляет проветривание помещений, обеспечивает создание таких условий в групповой комнате, чтобы дети после посещения бассейна не могли простудиться:

·        приводит подгруппы детей в бассейн и отводит их после плавания в групповую комнату;

·        по окончании занятий организует соответствующую обработку и сушку купальных принадлежностей;

·        помогает детям убрать остальные (тапочки, губки, мыло).

**Комплекс игр на одно мероприятие:**

Водолазы

Ведущий разбрасывает по дну бассейна несколько предметов (например, столовые ложки). Игроки по очереди ныряют, доставая предметы со дна. Выигрывает тот, кто достанет больше всех предметов за один раз.

Кто быстрее?

По первому сигналу забежать в воду, а по второму выбежать из воды. Тот, кто первым окажется на берегу, победил.

Карлики – Великаны

Дети стоят по пояс в воде. Ведущий дает сигнал, выкрикивая слово «Великаны». Все садятся в воду. За сигналом «Карлики» все игроки подпрыгивают вверх. Тот, кто ошибается, выбывает из воды. Побеждает тот, кто остался.

Рыбаки

Трое рыбаков, взявшись за руки и имитируя невод, ловят рыбешек. Пойманной считается рыбка, вокруг которой сомкнут круг. Рыба вступает в ряды рыбаков.

Морской бой

Стать лицом друг против друга на расстоянии полутора – двух шагов, каждый играющий брызгает водой в партнера. Проигрывает тот, кто первый начнет вытирать лицо руками или повернется к партнеру спиной.

Кто дальше

Играющие входят в воду по пояс и, повернувшись лицом к берегу, становятся в шеренгу на расстоянии шага один от другого. По команде инструктора игроки делают вдох, с силой отталкиваются ногами ото дна и, вытянув руки вперед, «скользят» по воде к берегу. Побеждает тот, кто про скользил дальше.

Попади в круг

Ведущий кидает в воду надувной круг. В руках у них маленькие мячики. Игроки по очереди кидают их в центр круга, продолжая стоять на берегу. Каждый игрок имеет 2-3 попытки. Выигрывает тот, кто больше всех попадет в цель.

Гонка катеров

Для игры нужны 4 плавательных доски. Друг перед другом выстраиваются, к примеру, две команды, в каждой из которых по 5 мальчиков и 5 девочек. Мальчики - на одной стороне дорожки, девочки- на другой. По сигналу по 2 человека от команды (мальчик и девочка) одновременно начинают заплыв доской вперед. Их задача - встретиться где-то на полпути и, обменявшись досками, продолжать движение вперед. Возле противоположного бортика (коснувшись его доской) игроки передают доски вторым номерам, а сами выходят из воды. Завершают эстафету последние номера в колоннах. Выигрывает та команда, которая закончила гонку первой.