

Аннотация

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Плавание (совершенствование техники плавание)», направлена на приобщение обучающихся к здоровому образу жизни, укрепление здоровья, гармоничному физическому развитию, и совершенствование жизненно необходимого навыка плавания.

Программа ориентирована на работу с детьми от 8 до 17 лет. В группы принимаются все желающие, имеющие допуск врача, имеющие начальный навык плавания. Большое внимание в процессе обучения уделяется корректированию и доработке уже имеющихся навыков плавания крессом, брассом и др. стилей, также проработка плавания с задержкой дыхания и отработки стартов из различных стилей плавания.

Основными задачами работы являются: формирование устойчивых мотивов к занятиям, создание комплексной установки на обучение, удовлетворение потребности детей в спортивно-игровой деятельности. Чтобы занятия были эмоциональными, успешно используются игровые и соревновательные ситуации.

Также внимание уделяется закреплению установки на спортивно - оздоровительное самосовершенствование, развитие спортивно важных качеств характера и волевых качеств, необходимых для освоения тренировочных заданий.

За год дети, обучающиеся по программе «Плавание (совершенствование техники плавание)», научатся всем стилям плавания и стартам к ним.