

Аннотация.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Плавание» по своей направленности является физкультурно-спортивной, и направлена на укрепление здоровья, формирование навыков здорового образа жизни и спортивного мастерства, морально-волевых качеств и системы ценностей с приоритетом жизни, и здоровья.

Плавание, как вид спорта, как массовое физическое воспитание, оздоровительное и гигиеническое средство представлено в государственных программах по физической культуре в средних образовательных школах.

Плавание широко используется как средство закаливания и профилактики простудных заболеваний, способствует улучшению работы всех систем организма, и в первую очередь сердечнососудистой и дыхательной. При систематических и правильно организованных занятиях у юных пловцов увеличиваются силовые показатели мышц сердца и повышаются функциональные возможности сердечнососудистой системы.

Одной из важнейших задач стоящих перед педагогом дополнительного образования, является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в секции по плаванию для повышения уровня физической подготовленности.

Паспорт дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы

Название программы	«Плавание»
Автор-составитель	Азаркин Александр Викторович, Фролова Светлана Николаевна
Вид программы	Общеразвивающая
Направленность программы	Спортивно-оздоровительная
Срок реализации программы	1 год
Возраст обучающихся	7-18 лет
Цель программы	Создание условий для физического образования детей и подростков в соответствии с возрастными, физическими возможностями и особенностями учащихся, привлечение максимально возможного числа детей к систематическим занятиям спортивными дисциплинами.