

## **Аннотация к рабочей программе по виду спорта «Плавание».**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Плавание» является по своей направленности физкультурно-оздоровительной. Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта плавание (далее программа) составлена в соответствии с Федеральным Законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказа Минспорта России № 1125 от 27.12.2013г. «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта», приказа Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», ФЗ № 329 от 04.12.2007 г. «О физической культуре и спорте».

**Цель программы:** формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся посредством организации занятий плаванием.

### **Задачи программы:**

- удовлетворение индивидуальных потребностей, обучающихся в занятиях;
- формирование стойкого интереса к занятиям плаванием;
- овладение основами техники выполнения обширного комплекса физических упражнений и освоение техники подвижных игр;
- обеспечение адаптации обучающихся к жизни в обществе, профессиональную ориентацию;
- развитие физических качеств: координации движения, силы, быстроты, гибкости, выносливости, подвижности в суставах;
- выявление, развитие и поддержка талантливых обучающихся, проявивших выдающиеся способности.

Учебные занятия проводятся в соответствии с годовым учебным планом, рассчитанным на 42 недели (252 ч.)

### **Содержание:**

1. Теоретическая подготовка;
2. Общефизическая подготовка;
3. Специально-физическая подготовка;
4. Техничко-тактическая подготовка;
5. Соревнования;
6. Врачебный контроль
7. Контрольные испытания

**Формы текущего контроля** – выполнение упражнений по ОФП и СФП (зачет/незачет)

**Формы промежуточной аттестации** – сдача контрольных испытаний, собеседования по теоретической подготовке

**Формы итоговой аттестации** - сдача контрольных испытаний, собеседования по теоретической подготовке.

Заместитель директора по УВР О.В.Родина