



**АДМИНИСТРАЦИЯ КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**  
**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**  
**детский сад № 94 Красносельского района Санкт-Петербурга**  
(ГБДОУ детский сад № 94 Красносельского района)

**ПРИНЯТА**

решением Педагогического совета  
ГБДОУ детского сада № 94  
Красносельского района  
Протокол от № 1 от 31.08.2023г.

**УТВЕРЖДЕНА**

Приказом № 171-ахд от 31.08.2023г.  
ГБДОУ детского сада № 94  
Красносельского района  
Заведующий А.С.Селезнева

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«

»

Срок реализации: 1 год

Возраст: 3-5 лет

Разработчик: Савчук В.В.,  
педагог дополнительного образования

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ**  
**УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД №94 КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА**  
**САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Селезнева Александра Сергеевна, заведующий

07.10.23 23:55 (MSK)

Сертификат 5011883333F490E3B73C3D90E01DDC35

## **СОДЕРЖАНИЕ:**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	4
УЧЕБНЫЙ ПЛАН	7
КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК	8
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА	9
МЕТОДИЧЕСКИЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ	37

## **НОРМАТИВНЫЕ ДОКУМЕНТЫ, ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ РЕАЛИЗАЦИЮ ПРОГРАММЫ**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".
2. Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" по вопросам воспитания обучающихся".
3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 №996- р .
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678- р.
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 №816 "Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ".
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 "Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам".
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 "Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей".
9. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых".
10. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 № 882/391 "Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ".
11. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".
12. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 2 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".
13. Паспорт федерального проекта "Успех каждого ребенка" национального проекта "Образование" (утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 № 16).
14. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 "О направлении методических рекомендаций".

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Направленность** Дополнительной общеразвивающей программы (далее – Программы) – физкультурно-спортивная.

**Актуальность Программы** заключается в том, что одной из важнейших задач массового обучения плаванию дошкольников, является формирование осознанного, а значит и безопасного поведения на воде, что способствует значительному снижению несчастных случаев среди детей. Умение плавать, приобретенное в детстве, сохраняется на всю жизнь. И от того, насколько эффективным будет процесс обучения, зависит отношение подрастающего поколения к себе, к своему здоровью. Обеспечение начального обучения плаванию представляет одну из самых важных и благородных целей в области физического воспитания детей.

**Адресат** Программы – дети среднего дошкольного возраста 3-5 лет.

**Уровень освоения** Программы – общекультурный.

Основная форма работы с детьми – совместная игровая деятельность с детьми (СИД).

**Объём и срок освоения** Программы: 34 СИД, с октября 2023г. по апрель 2024г., периодичность и длительность СИД – 1 раз в неделю по 30 минут.

**Педагогическая целесообразность.** Плавание является уникальным видом физических упражнений, превосходным средством для развития и совершенствования физических качеств ребенка дошкольного возраста и оказывает существенное влияние на состояние его здоровья. Это одна из эффективнейших форм закаливания и профилактики многих заболеваний. Занятия плаванием имеют огромное воспитательное значение. Они создают условия для формирования личности, а также приобщают детей к спортивному плаванию и другим видам спорта, ориентируют на выбор профессии, хобби.

**Цель** обучение детей дошкольного возраста плаванию; закаливание и укрепление детского организма, обеспечение всестороннего физического развития.

**Задачи:**

**Обучающие:**

- знакомить с общими представлениями о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- формировать основы техники простейших плавательных движений;
- создавать благоприятные условия развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром.

**Воспитательные:**

- способствовать формированию общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирования предпосылок учебной деятельности;
- способствовать воспитанию положительного отношения к здоровому образу жизни, потребности в регулярных физических упражнениях, соблюдению гигиенических норм и правил.

**Развивающие:**

- способствовать развитию двигательных умений и навыков детей, психофизических качеств: быстроты, силы, выносливости, гибкости.

**Здоровьесберегающие:**

- способствовать охране и укреплению физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.

**Планируемые результаты:**

**Предметные:**

- укрепление здоровья детей, снижение заболеваемости;
- расширение адаптивных возможностей детского организма;
- повышение показателей физического развития детей;

- расширение спектра двигательных умений и навыков в воде;
- развитие творческого потенциала и личностного роста ребёнка.

*Метапредметные:*

- развитие эмоционального и двигательного раскрепощения в воде, снижение психоэмоционального напряжения;
- расширение спектра двигательных умений и навыков в воде;
- укрепление здоровья, что приведёт к снижению заболеваемости;
- расширение адаптивных возможностей организма;
- повышение показателей физического развития;
- формирование гигиенических навыков;
- формирование и поддержание интереса к плаванию, физическому движению.

*Личностные:*

- развитие воображения, фантазии, наблюдательности, творческих способностей;
- относительно сформированные коммуникативные качества, аккуратность, терпение;
- повышение уровня уверенности в себе, самостоятельности, инициативности;
- формирование нравственно-волевых качеств;
- повышение уровня познавательной активности.

**Организационно-педагогические условия реализации:**

Язык реализации – государственный язык Российской Федерации (русский). Форма обучения – очная.

Особенности реализации Программы: краткосрочные модули, использование электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, сетевая формализация Программы не предусмотрены.

Условия набора и формирования групп: принимаются все желающие дети на основании заявления родителя (законного представителя); группы формируются из детей обоих полов в количестве 5-7 человек. Дети распределяются на группы с учетом их возраста, адаптации и плавательной подготовки. Длительность СИД – 30 минут, один раз в неделю.

**Формы проведения СИД:**

- Инструктаж по технике безопасности и правилам поведения на воде
- Общая физическая подготовка (занятия на суше)
- Практические занятия по плаванию в воде - игры в воде

*Порядок применения упражнений на занятиях по плаванию:*

- Общеразвивающие и специальные упражнения «суша»: комплекс подводных упражнений; элементы «сухого плавания».
- Подготовительные упражнения на воде, упражнения, знакомящие детей с водой и ее свойствами: передвижение по дну и простейшие действия в воде; погружение в воду, в том числе с головой; упражнение на дыхание; открывание глаз в воде; всплытие и лежание на поверхности воды; скольжение по поверхности воды.
- Прыжки в воде: прыжки на месте и с продвижением.
- Игры и игровые упражнения, способствующие: развитию умения передвигаться в воде; овладению навыком погружения и открывания глаз; овладению выдохом в воду; развитию умения всплывать; овладению лежанием; овладению скольжением с помощью доски для плавания.

**Структура СИД:** стандартная и состоит из подготовительной, основной, заключительной частей.

***Общеразвивающие и специальные упражнения «суша»:***

- комплекс подводных упражнений;
- элементы «сухого плавания».

***Подготовительные упражнения в воде, упражнения, знакомящие детей с водой и ее свойствами:***

- передвижение по дну и простейшие действия в воде;

- погружение в воду, в том числе с головой;
- упражнение на дыхание;
- открывание глаз в воде;
- всплытие и лежание на поверхности воды;
- скольжение по поверхности воды.

***Прыжки в воде:*** прыжки на месте и с продвижением.

***Игры и игровые упражнения, способствующие:***

- развитию умения передвигаться в воде;
- овладению навыком погружения и открывания глаз;
- овладению выдохом в воду;
- развитию умения всплывать;
- овладению лежанием;
- овладению скольжением.

Применение на занятиях игр и игровых упражнений позволяет повысить активность детей и сделать интересным процесс обучения плаванию. Необходимо поддерживать активность к выполнению упражнений у всех занимающихся. Это достигается тем, что детей, успешно выполняющих упражнения, необходимо обязательно заметить, похвалить, а также подбодрить отстающих.

**Требования к форме и личным принадлежностям:** для посещения плавательного бассейна каждый ребенок должен быть обеспечен сменной обувью (резиновые тапочки), плавками или купальниками, плавательной шапочкой, мылом, мочалкой, полотенцем, а также справкой от врача-педиатра, разрешающей посещение бассейна.

**Материально-техническое оснащение:**

- игрушки для игры в воде (тонущие и плавающие, ведёрки, лейки, мельницы);
- ограничительная дорожка;
- доски для плавания;
- нудлы;
- нарукавники;
- мячи, обручи, тоннели.

**Кадровое обеспечение:** Программу реализует специалист-педагог, соответствующий необходимым квалификационным характеристикам по специальности «Педагог дополнительного образования» с дополнительной специализацией в области физической культуры и спорта (плавание).

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
**первого** года обучения  
по дополнительной общеразвивающей программе  
**«ВЕСЕЛЫЕ МЕДУЗЫ»**

№ п/п	Перечень разделов, наименование тем	Количество СИД			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
1.	Правила поведения на занятиях; знакомство с планируемой деятельностью. Техника безопасности	1	-	1	
2.	Вводные занятия (упражнения на суше)	0,5	2,5	3	Педагогическое наблюдение
3.	Упражнения на сопротивление в воде	0,5	4,5	5	Педагогическое наблюдение
4.	Упражнения на погружение в воду	0,5	7,5	8	Педагогическое наблюдение
5.	Упражнения на скольжение	0,5	8,5	9	Педагогическое наблюдение
6.	Игровые упражнения	1	6	7	Педагогическое наблюдение
7.	<b>Итоговая СИД</b>	-	1	1	Педагогическое наблюдение
	<b>Итого:</b>	<b>4</b>	<b>30</b>	<b>34</b>	



АДМИНИСТРАЦИЯ КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 94 Красносельского района Санкт-Петербурга  
(ГБДОУ детский сад № 94 Красносельского района)

ПРИНЯТ  
решением Педагогического совета  
ГБДОУ детского сада № 94  
Красносельского района  
Протокол № 1 от 31.08.2023г.

УТВЕРЖДЕН  
Приказом № 171-ахд от 31.08.2023г.  
ГБДОУ детского сада № 94  
Красносельского района  
Заведующий А.С.Селезнева

**Календарный учебный график**  
дополнительной общеразвивающей программы  
**«ВЕСЕЛЫЕ МЕДУЗЫ»**

Срок освоения программы	Дата начала реализации программы	Дата окончания реализации программы	Всего недель	Количество СИД	Режим
1	01.09.2023	31.05.2024	34	34	1 раз в неделю по 30 минут



АДМИНИСТРАЦИЯ КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 94 Красносельского района Санкт-Петербурга  
(ГБДОУ детский сад № 94 Красносельского района)

ПРИНЯТА  
решением Педагогического совета  
ГБДОУ детского сада № 94  
Красносельского района  
Протокол № 1 от 31.08.2022г.

УТВЕРЖДЕНА  
Приказом № 171-ахд от 31.08.2022г.  
ГБДОУ детского сада № 94  
Красносельского района  
Заведующий А.С.Селезнева

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
к дополнительной общеразвивающей программе  
«ВЕСЕЛЫЕ МЕДУЗЫ»

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Данная рабочая программа соответствует Дополнительной общеразвивающей программе «Учусь плавать» для возрастной группы 3-5 лет.

**Особенности программы первого года обучения:** первый год обучения – это начальный, базовый этап освоения с водой. Если освоение с водой проходит в комфортном для ребёнка темпе, в дальнейшем занятия в бассейне будут приносить только радость. Дети с удовольствием идут в бассейн, играя, осваивают новые умения, обучаются навыку плавания. На данном этапе важно «уловить» настроение ребёнка, так как иногда в привыкании к воде и обучении плаванию бывают моменты, когда кажется, что нет прогресса, развития. Здесь важно подождать, не торопиться. Тогда любовь к воде и плаванию останется навсегда.

Во время плавания чередуются напряжение и расслабление разных мышц, что увеличивает их работоспособность и силу.

В воде уменьшается статическое напряжение тела, снижается нагрузка на ещё не окрепший детский позвоночник, происходит формирование и укрепление опорно-двигательного аппарата детей среднего дошкольного возраста, вырабатывается правильная осанка. В то же время активное движение ног в воде в бесспорном положении укрепляет мышцы, стопы ребёнка и предупреждает развитие плоскостопия.

Систематические занятия плаванием ведут 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.

Регулярные занятия плаванием положительно влияют на закаливание детского организма. Совершенствуется механизм терморегуляции. Повышаются иммунологические свойства, улучшается адаптация к разнообразным условиям внешней среды. Укрепляется нервная система, крепче становится сон, улучшается аппетит, повышается общий тонус организма, совершенствуются движения, увеличивается выносливость.

Программа создана на основе методик Осокиной Т.И., Сидоровой И.В. по обучению плаванию детей дошкольного возраста.

**Цель:** обучение детей дошкольного возраста плаванию, закаливание и укрепление детского организма, обеспечение всестороннего физического развития.

**Задачи:**

**Обучающие:**

- знакомить с общими представлениями о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- формировать основы техники простейших плавательных движений;
- создавать благоприятные условия развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром.

**Воспитательные:**

- способствовать формированию общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирования предпосылок учебной деятельности;

- способствовать воспитанию положительного отношения к здоровому образу жизни, потребности в регулярных физических упражнениях, соблюдению гигиенических норм и правил.

**Развивающие:**

- способствовать развитию двигательных умений и навыков детей, психофизических качеств: быстроты, силы, выносливости, гибкости.

**Здоровьесберегающие:**

- способствовать охране и укреплению физического и психического здоровья детей

### Содержание 1-го года обучения

Модуль	Задачи	Учебный материал
Правила поведения на воде	<ul style="list-style-type: none"> <li>- приучать к правильному поведению во время занятия в воде;</li> <li>- развивать интерес к занятиям в бассейне;</li> <li>- учить смело передвигаться по дну бассейна с опорой и без</li> </ul>	<p>Выход из воды под контролем взрослого Игра «Перейди на другую сторону» Беседа о безопасном поведении в воде Ходьба по дну бассейна, держась за бортик бассейна соблюдая дистанцию Вход в воду под контролем взрослого, держась за поручни</p>
Ознакомление со свойствами воды	<ul style="list-style-type: none"> <li>- познакомить со свойствами воды с помощью наблюдения за игрушками в воде;</li> <li>- учить детей преодолевать страх перед водой;</li> <li>- прививать гигиенические навыки;</li> <li>- приучать к самостоятельности.</li> </ul>	<p>Игра «Собери игрушки» Игровое упражнение «Гладим воду» Беседа с детьми о свойствах воды Игровое упражнение «Кто быстрее бегом», держась за бортик бассейна Ходьба по дну бассейна с опорой за бортик и без Игровое упражнение у бортика «Кто выше прыгнет» Выполнять имитационные движения ногами, сидя на скамейке</p>

<p>Подготовительные упражнения в воде</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- учить перегонять предметы перед собой до противоположного бортика бассейна при помощи дыхания;</li> <li>- развивать задержку дыхания;</li> <li>- приучать принимать горизонтальное положение корпуса в воде;</li> <li>- выполнять положение «лежа на груди» и «лежа на спине» с помощью вспомогательных средств;</li> <li>- воспитывать смелость.</li> </ul>	<p>Игровое упражнение «Поплавок»  Игровое упражнение «Звездочка»  Игра «Смелые ребята»  Игра «Лягушата»  Игра «Догони рыбку»  Игра «Искупей куклу»  Игровое упражнение «Моем лицо»  Идти по дну бассейна на руках, вытянув прямые ноги как хвост крокодила  Погружение в воду:  - до подбородка;  - до уровня носа</p>
<p>Освоение с водой</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- развивать двигательные и координационные способности;</li> <li>- закреплять умение смело входить в воду;</li> <li>- учить смело передвигаться по дну бассейна с опорой и без нее;</li> <li>-учить не бояться опускать лицо в воду, задерживая дыхание;</li> <li>- разучивать положение «звездочка» на груди и на спине.</li> </ul>	<p>Игра «Оса»  Игра «Караси и щука»  Игра «Фонтан»  Игра «Морской бой»  Прыжки на месте у бортика «Кто выше»  Игровое упражнение «Русалочка» (с ластами)  Лежание на спине (с нудл палкой за головой) - развести ноги и руки в стороны</p>
<p>Лежание на воде</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- учить самостоятельно занимать положение «звездочка» на груди и на спине, удерживать данное положение на несколько секунд с задержкой дыхания;</li> <li>- учить погружаться в воду с опорой, открывать в воде глаза;</li> <li>- совершенствовать передвижение и умение ориентироваться в воде;</li> <li>- закреплять навык уверенного передвижения в воде в положении «лежа на груди» с доской.</li> </ul>	<p>Игра «Морские звезды»  Игра «Угадай кто на дне»  Игровое упражнение «Поплавок»  Игра «Пираты»  Упражнения с нудл палкой  Погружение на задержанном вдохе с открытыми глазами под водой:  - до подбородка;  - до носа;  - полностью</p>

<p>Скольжение с доской</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- учить технике дыхания для плавания;</li> <li>- учить выполнять толчок от бортика и скользить в положении «стрелочка» с доской на груди.</li> </ul>	<p>Игра «Фонтан» Игровое упражнение «Скользи в тоннель» Игра «На буксире» - с педагогом, а затем парами Игровые упражнения «Скользи тихо, как крокодил за добычей»</p>
<p>Погружение в воду у опоры</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- учить технике дыхания для плавания, держась за опору;</li> <li>- учить смело погружаться в воду с головой, держась за поручни в бассейне, используя игровую ситуацию.</li> </ul>	<p>Игра «Лягушата» (игра с нудл палкой) Игра «Кто глубже» (игра с нудл палкой) Игра «Морской бой» (игра с нудл палкой) Игра «Смелые ребята» (игра с нудл палкой) Игра «Догони рыбку» (игра с нудл палкой) Игровое упражнение «Поплавок» (игра с нудл палкой) Игровое упражнение «Звездочка» (игра с нудл палкой) Игра «Оса» - спрячемся под воду (игра с нудл палкой) Игра «Жучок паучок вышел на охоту» (игра с нудл палкой) Игра «Мы идем, идем, хоровод ведем» (игра с нудл палкой) Игровое упражнение «Моем лицо» (игра с нудл палкой) Игровое упражнение «Стрелочка» - скользи до домика (игра с нудл палкой)</p>
<p>Погружение в воду без опоры</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- учить технике дыхания для плавания;</li> <li>- учить смело погружаться в воду с головой без опоры, используя игровую ситуацию.</li> </ul>	<p>Игра «Лягушата» (И.П.: без опоры, в рассыпную) Игра «Кто глубже» (И.П.: без опоры, в рассыпную) Игра «Морской бой» (И.П.: без опоры, в рассыпную) Игра «Смелые ребята» (И.П.: без опоры, в рассыпную) Игра «Догони рыбку» (И.П.: без опоры, в рассыпную) Игра «Оса» - спрячемся под воду (И.П.: без опоры, в рассыпную) Игра «Жучок паучок вышел на охоту» (И.П.: без опоры, в рассыпную) Игровое упражнение «Звездочка» (И.П.: без опоры, в рассыпную) Игровое упражнение «Поплавок»; (И.П.: без опоры, в рассыпную)</p>
<p>Закрепление приобретенных навыков</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- закрепить навык самостоятельного входа в воду и выхода из нее;</li> <li>- закрепить навык передвижения в воде;</li> <li>- закрепить навык задержки</li> </ul>	<p>Используются упражнения и игры из соответствующему заданию модуля</p>

	дыхания в положении «лежа на спине»; - закрепить навык погружения в воду с головой; - закрепить навык скольжения на груди в положении «стрелочка».	
Открытое игровое занятие	- демонстрация приобретенных навыков родителям.	Используются упражнения и игры из соответствующему заданию модуля
Мониторинг.		
<b>Примечание</b> *Исходя из возможностей и желания детей используемый материал может меняться в рамках программы с учетом возрастных особенностей детей.		

### ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

#### *Предметные:*

- приобретут опыт движения в водной среде;
- научатся выполнять выдох в воду;
- научатся уверенно держаться на воде, лёжа на груди и на спине;
- смогут проплывать небольшие расстояния в соответствии с возрастными требованиями;
- научатся проявлять активность во время выполнения упражнений;
- получают представление о спортивных и прикладных способах плавания.

#### *Метапредметные:*

- смогут развить эмоциональное и двигательное раскрепощение в воде, снизят психоэмоциональное напряжение;
- расширят спектр двигательных умений и навыков в воде;
- укрепят здоровье, что приведёт к снижению заболеваемости;
- расширят адаптивные возможности организма;
- повысят показатели физического развития;
- смогут проявлять чувства радости и удовольствия от движения, интерес к плаванию, физическому движению.

#### *Личностные:*

- повысят уровень развития воображения, фантазии, наблюдательности, творческих способностей;
- относительно сформируют коммуникативные качества, аккуратность, терпение;
- сформируют гигиенические навыки;
- повысят уровень уверенности в себе, самостоятельности, инициативности;
- сформируют нравственно-волевые качества;
- повысят уровень познавательной активности.



АДМИНИСТРАЦИЯ КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 94 Красносельского района Санкт-Петербурга  
(ГБДОУ детский сад № 94 Красносельского района)

ПРИНЯТ  
решением Педагогического совета  
ГБДОУ детского сада № 94  
Красносельского района  
Протокол №1 от 31.08.2024г.

УТВЕРЖДЕН  
Приказом № 171-ахд от 31.08.2023г.  
ГБДОУ детского сада № 94  
Красносельского района  
Заведующий А.С.Селезнева

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
дополнительной общеразвивающей программы  
«Веселые медузы»  
на 2023-2024 учебный год  
педагога Савчук В.В.

Группа: 1  
Год обучения: первый

№ недели	Дата	Программное содержание	Кол-во СИД - теория	Кол-во СИД практика	Примечание
1.	15.09.2023	Правила поведения на воде. ТБ. Вход в воду и выход из воды под контролем взрослого, держась за поручни. Игра «Перейди на другую сторону» Беседа о безопасном поведении в воде. Ходьба по дну бассейна, держась за бортик бассейна соблюдая дистанцию	0,5	0,5	

2.	22.09.2023	<p>Игра «Собери игрушки» Игровое упражнение «Гладим воду» Беседа с детьми о свойствах воды Игровое упражнение «Кто быстрее бегом», держась за бортик бассейна Ходьба по дну бассейна с опорой за бортик и без Игровое упражнение у бортика «Кто выше прыгнет» Выполнять имитационные движения ногами, сидя на скамейке</p>	0,5	0,5	
3.	29.09.2023	<p>Игра «Собери игрушки» Игровое упражнение «Гладим воду» Беседа с детьми о свойствах воды Игровое упражнение «Кто быстрее бегом», держась за бортик бассейна Ходьба по дну бассейна с опорой за бортик и без Игровое упражнение у бортика «Кто выше прыгнет» Выполнять имитационные движения ногами, сидя на скамейке</p>	0,5	0,5	
4.	06.10.2023	<p>Правила поведения на воде: Вход в воду и выход из воды под контролем взрослого, держась за поручни. Игра «Перейди на другую сторону» Беседа о безопасном поведении в воде. Ходьба по дну бассейна, держась за бортик бассейна соблюдая дистанцию. Игра «Собери игрушки» Игровое упражнение «Гладим воду» Беседа с детьми о свойствах воды Игровое упражнение «Кто быстрее бегом», держась за бортик бассейна Ходьба по дну бассейна с опорой за бортик и без Игровое упражнение у бортика «Кто выше прыгнет»</p>	0,5	0,5	

		Выполнять имитационные движения ногами, сидя на скамейке			
5.	13.10.2023	<p>Правила поведения на воде:  Вход в воду и выход из воды под контролем взрослого, держась за поручни.  Игра «Перейди на другую сторону»  Беседа о безопасном поведении в воде.  Ходьба по дну бассейна, держась за бортик бассейна соблюдая дистанцию.  Игра «Собери игрушки»  Игровое упражнение «Гладим воду»  Беседа с детьми о свойствах воды  Игровое упражнение «Кто быстрее бегом», держась за бортик бассейна  Ходьба по дну бассейна с опорой за бортик и без  Игровое упражнение у бортика «Кто выше прыгнет»  Выполнять имитационные движения ногами, сидя на скамейке</p>	0,5	0,5	
6.	20.10.2023	<p>Правила поведения на воде:  Вход в воду и выход из воды под контролем взрослого, держась за поручни.  Игра «Перейди на другую сторону»  Беседа о безопасном поведении в воде.  Ходьба по дну бассейна, держась за бортик бассейна соблюдая дистанцию.  Игра «Собери игрушки»  Игровое упражнение «Гладим воду»  Беседа с детьми о свойствах воды</p>	0,5	0,5	

		Игровое упражнение «Кто быстрее бегом», держась за бортик бассейна Ходьба по дну бассейна с опорой за бортик и без Игровое упражнение у бортика «Кто выше прыгнет» Выполнять имитационные движения ногами, сидя на скамейке			
7.	27.10.2023	Правила поведения на воде: Вход в воду и выход из воды под контролем взрослого, держась за поручни. Игра «Перейди на другую сторону» Беседа о безопасном поведении в воде. Ходьба по дну бассейна, держась за бортик бассейна соблюдая дистанцию. Игровое упражнение «Поплавок» Игровое упражнение «Звездочка» Игра «Смелые ребята» Игра «Лягушата» Игра «Догони рыбку» Игра «Искупай куклу» Игровое упражнение «Моем лицо» Идти по дну бассейна на руках, вытянув прямые ноги как хвост крокодила Погружение в воду: - до подбородка; - до уровня носа	0,5	0,5	
8.	03.11.2023	Правила поведения на воде: Вход в воду и выход из воды под контролем взрослого, держась за поручни. Игра «Перейди на другую сторону» Беседа о безопасном поведении в воде. Ходьба по дну бассейна, держась за бортик бассейна соблюдая дистанцию. Игровое упражнение «Поплавок»	0,5	0,5	

		<p>Игровое упражнение «Звездочка»  Игра «Смелые ребята»  Игра «Лягушата»  Игра «Догони рыбку»  Игра «Искупей куклу»  Игровое упражнение «Моем лицо»  Идти по дну бассейна на руках,  вытянув прямые ноги как хвост  крокодила  Погружение в воду:  - до подбородка;  - до уровня носа</p>			
9.	10.10.2023	<p>Правила поведения на  воде:  Вход в воду и выход из  воды под контролем  взрослого, держась за  поручни.  Игра «Перейди на  другую сторону»  Беседа о безопасном  поведении в воде.  Ходьба по дну  бассейна, держась за  бортик бассейна  соблюдая дистанцию.  Игровое упражнение «Поплавок»  Игровое упражнение «Звездочка»  Игра «Смелые ребята»  Игра «Лягушата»  Игра «Догони рыбку»  Игра «Искупей куклу»  Игровое упражнение «Моем лицо»  Идти по дну бассейна на руках,  вытянув прямые ноги как хвост  крокодила  Погружение в воду:  - до подбородка;  - до уровня носа</p>		1	

10.	17.10.2023	<p>Правила поведения на воде:  Вход в воду и выход из воды под контролем взрослого, держась за поручни.  Игра «Перейди на другую сторону»  Беседа о безопасном поведении в воде.  Ходьба по дну бассейна, держась за бортик бассейна соблюдая дистанцию.  Игровое упражнение «Поплавок»  Игровое упражнение «Звездочка»  Игра «Смелые ребята»  Игра «Лягушата»  Игра «Догони рыбку»  Игра «Искупай куклу»  Игровое упражнение «Моем лицо»  Идти по дну бассейна на руках, вытянув прямые ноги как хвост крокодила  Погружение в воду:  - до подбородка;  - до уровня носа</p>		1	
11.	24.10.2023	<p>Правила поведения на воде:  Вход в воду и выход из воды под контролем взрослого, держась за поручни.  Игра «Перейди на другую сторону»  Беседа о безопасном поведении в воде.  Ходьба по дну бассейна, держась за бортик бассейна соблюдая дистанцию.  Игровое упражнение «Поплавок»  Игровое упражнение «Звездочка»  Игра «Смелые ребята»  Игра «Лягушата»  Игра «Догони рыбку»  Игра «Искупай куклу»  Игровое упражнение «Моем лицо»  Идти по дну бассейна на руках, вытянув прямые ноги как хвост крокодила  Погружение в воду:</p>		1	

		<p>- до подбородка;  - до уровня носа  Игра «Оса»  Игра «Караси и щука»  Игра «Фонтан»  Игра «Морской бой»  Прыжки на месте у бортика «Кто выше»  Игровое упражнение «Русалочка» (с лапами)  Лежание на спине (с нудл палкой за головой)  - развести ноги и руки в стороны</p>			
12.	01.12.2023	<p>Правила поведения на воде:  Вход в воду и выход из воды под контролем взрослого, держась за поручни.  Игра «Перейди на другую сторону»  Беседа о безопасном поведении в воде.  Ходьба по дну бассейна, держась за бортик бассейна соблюдая дистанцию.  Игровое упражнение «Поплавок»  Игровое упражнение «Звездочка»  Игра «Смелые ребята»  Игра «Лягушата»  Игра «Догони рыбку»  Игра «Искупей куклу»  Игровое упражнение «Моем лицо»  Идти по дну бассейна на руках, вытянув прямые ноги как хвост крокодила  Погружение в воду:  - до подбородка;  - до уровня носа  Игра «Оса»  Игра «Караси и щука»  Игра «Фонтан»  Игра «Морской бой»  Прыжки на месте у бортика «Кто выше»  Игровое упражнение «Русалочка» (с лапами)  Лежание на спине (с нудл палкой за головой)</p>		1	

		- развести ноги и руки в стороны			
13.	08.12.2023	<p>Правила поведения на воде:  Вход в воду и выход из воды под контролем взрослого, держась за поручни.  Игра «Перейди на другую сторону»  Беседа о безопасном поведении в воде.  Ходьба по дну бассейна, держась за бортик бассейна соблюдая дистанцию.  Игровое упражнение «Поплавок»  Игровое упражнение «Звездочка»  Игра «Смелые ребята»  Игра «Лягушата»  Игра «Догони рыбку»  Игра «Искупей куклу»  Игровое упражнение «Моем лицо»  Идти по дну бассейна на руках, вытянув прямые ноги как хвост крокодила  Погружение в воду:  - до подбородка;  - до уровня носа  Игра «Оса»  Игра «Караси и щука»  Игра «Фонтан»  Игра «Морской бой»  Прыжки на месте у бортика «Кто выше»  Игровое упражнение «Русалочка» (с ластами)  Лежание на спине (с нудл палкой за головой)  - развести ноги и руки в стороны</p>		1	

14.	15.12.2023	<p>Правила поведения на воде:  Вход в воду и выход из воды под контролем взрослого, держась за поручни.  Игра «Перейди на другую сторону»  Беседа о безопасном поведении в воде.  Ходьба по дну бассейна, держась за бортик бассейна соблюдая дистанцию.  Игра «Оса»  Игра «Караси и щука»  Игра «Фонтан»  Игра «Морской бой»  Прыжки на месте у бортика «Кто выше»  Игровое упражнение «Русалочка» (с ластами)  Лежание на спине (с нудл палкой за головой) - развести ноги и руки в стороны</p>		1	
15.	22.12.2023	<p>Правила поведения на воде:  Вход в воду и выход из воды под контролем взрослого, держась за поручни.  Игра «Перейди на другую сторону»  Беседа о безопасном поведении в воде.  Ходьба по дну бассейна, держась за бортик бассейна соблюдая дистанцию.  Игра «Оса»  Игра «Караси и щука»  Игра «Фонтан»  Игра «Морской бой»  Прыжки на месте у бортика «Кто выше»  Игровое упражнение «Русалочка» (с ластами)  Лежание на спине (с нудл палкой за головой)</p>		1	

		- развести ноги и руки в стороны			
16.	29.12.2023	<p>Правила поведения на воде:  Вход в воду и выход из воды под контролем взрослого, держась за поручни.  Игра «Перейди на другую сторону»  Беседа о безопасном поведении в воде.  Ходьба по дну бассейна, держась за бортик бассейна соблюдая дистанцию.  Игра «Оса»  Игра «Караси и щука»  Игра «Фонтан»  Игра «Морской бой»  Прыжки на месте у бортика «Кто выше»  Игровое упражнение «Русалочка» (с ластами)  Лежание на спине (с нудл палкой за головой)  - развести ноги и руки в стороны</p>		1	
17.	12.01.2024	<p>Правила поведения на воде:  Вход в воду и выход из воды под контролем взрослого, держась за поручни.  Игра «Перейди на другую сторону»  Беседа о безопасном поведении в воде.  Ходьба по дну бассейна, держась за</p>		1	

		<p>бортик бассейна  соблюдая дистанцию.  Игра «Оса»  Игра «Караси и щука»  Игра «Фонтан»  Игра «Морской бой»  Прыжки на месте у бортика «Кто выше»  Игровое упражнение «Русалочка» (с ластами)  Лежание на спине (с нудл палкой за головой) - развести ноги и руки в стороны  Игра «Морские звезды»  Игра «Угадай кто на дне»  Игровое упражнение «Поплавок»  Игра «Пираты»  Упражнения с нудл палкой  Погружение на задержанном вдохе с открытыми глазами под водой:  - до подбородка;  - до носа;  - полностью</p>			
18.	19.12.2024	<p>Правила поведения на воде:  Вход в воду и выход из воды под контролем взрослого, держась за поручни.  Игра «Перейди на другую сторону»  Беседа о безопасном поведении в воде.  Ходьба по дну бассейна, держась за бортик бассейна соблюдая дистанцию.  Игра «Оса»  Игра «Караси и щука»  Игра «Фонтан»  Игра «Морской бой»  Прыжки на месте у бортика «Кто выше»  Игровое упражнение «Русалочка» (с ластами)  Лежание на спине (с нудл палкой за головой) - развести ноги и руки в стороны  Игра «Морские звезды»  Игра «Угадай кто на дне»</p>		1	

		<p>Игровое упражнение «Поплавок»  Игра «Пираты»  Упражнения с нудл палкой  Погружение на задержанном  вдохе с открытыми глазами под  водой:  - до подбородка;  - до носа;  - полностью</p>			
19.	26.12.2024	<p>Правила поведения на  воде:  Вход в воду и выход из  воды под контролем  взрослого, держась за  поручни.  Игра «Перейди на  другую сторону»  Беседа о безопасном  поведении в воде.  Ходьба по дну  бассейна, держась за  бортик бассейна  соблюдая дистанцию.  Игра «Оса»  Игра «Караси и щука»  Игра «Фонтан»  Игра «Морской бой»  Прыжки на месте у бортика «Кто  выше»  Игровое упражнение  «Русалочка»  (с лапами)  Лежание на спине (с нудл палкой  за головой) - развести ноги и  руки в стороны  Игра «Морские звезды»  Игра «Угадай кто на дне»  Игровое упражнение «Поплавок»  Игра «Пираты»  Упражнения с нудл палкой  Погружение на задержанном  вдохе с открытыми глазами под  водой:  - до подбородка;  - до носа;  - полностью</p>		1	

20.	02.02.2024	<p>Правила поведения на воде:  Вход в воду и выход из воды под контролем взрослого, держась за поручни.  Игра «Перейди на другую сторону»  Беседа о безопасном поведении в воде.  Ходьба по дну бассейна, держась за бортик бассейна соблюдая дистанцию.  Игра «Оса»  Игра «Караси и щука»  Игра «Фонтан»  Игра «Морской бой»  Прыжки на месте у бортика «Кто выше»  Игровое упражнение «Русалочка» (с ластами)  Лежание на спине (с нудл палкой за головой) - развести ноги и руки в стороны  Игра «Морские звезды»  Игра «Угадай кто на дне»  Игровое упражнение «Поплавок»  Игра «Пираты»  Упражнения с нудл палкой  Погружение на задержанном вдохе с открытыми глазами под водой:  - до подбородка;  - до носа;  - полностью</p>		1	
21.	09.02.2024	<p>Правила поведения на воде:  Вход в воду и выход из воды под контролем взрослого, держась за поручни.  Игра «Перейди на другую сторону»  Беседа о безопасном поведении в воде.  Ходьба по дну бассейна, держась за бортик бассейна соблюдая дистанцию.</p>		1	

		<p>Игра «Оса»  Игра «Караси и щука»  Игра «Фонтан»  Игра «Морской бой»  Прыжки на месте у бортика «Кто выше»  Игровое упражнение «Русалочка» (с лапами)  Лежание на спине (с нудл палкой за головой) - развести ноги и руки в стороны  Игра «Морские звезды»  Игра «Угадай кто на дне»  Игровое упражнение «Поплавок»  Игра «Пираты»  Упражнения с нудл палкой  Погружение на задержанном вдохе с открытыми глазами под водой:  - до подбородка;  - до носа;  - полностью</p>			
22.	16.02.2024	<p>Правила поведения на воде:  Вход в воду и выход из воды под контролем взрослого, держась за поручни.  Игра «Перейди на другую сторону»  Беседа о безопасном поведении в воде.  Ходьба по дну бассейна, держась за бортик бассейна соблюдая дистанцию.  Игра «Оса»  Игра «Караси и щука»  Игра «Фонтан»  Игра «Морской бой»  Прыжки на месте у бортика «Кто выше»  Игровое упражнение «Русалочка» (с лапами)  Лежание на спине (с нудл палкой за головой) - развести ноги и руки в стороны  Игра «Морские звезды»  Игра «Угадай кто на дне»</p>		1	

		<p>Игровое упражнение «Поплавок»  Игра «Пираты»  Упражнения с нудл палкой  Погружение на задержанном  вдохе с открытыми глазами под  водой:  - до подбородка;  - до носа;  - полностью</p>			
23.	01.03.2024	<p>Правила поведения на  воде:  Вход в воду и выход из  воды под контролем  взрослого, держась за  поручни.  Игра «Перейди на  другую сторону»  Беседа о безопасном  поведении в воде.  Ходьба по дну  бассейна, держась за  бортик бассейна  соблюдая дистанцию.  Игра «Оса»  Игра «Караси и щука»  Игра «Фонтан»  Игра «Морской бой»  Прыжки на месте у бортика «Кто  выше»  Игровое упражнение  «Русалочка»  (с лапами)  Лежание на спине (с нудл палкой  за головой) - развести ноги и  руки в стороны  Игра «Морские звезды»  Игра «Угадай кто на дне»  Игровое упражнение «Поплавок»  Игра «Пираты»  Упражнения с нудл палкой  Погружение на задержанном  вдохе с открытыми глазами под  водой:  - до подбородка;  - до носа;  - полностью  Игра «Фонтан»  Игровое упражнение «Скользи в  тоннель»</p>		1	

		<p>Игра «На буксире» - с педагогом, а затем парами</p> <p>Игровые упражнения «Скользи тихо, как крокодил за добычей»</p>			
24.	15.03.2024	<p>Правила поведения на воде:</p> <p>Вход в воду и выход из воды под контролем взрослого, держась за поручни.</p> <p>Игра «Перейди на другую сторону»</p> <p>Беседа о безопасном поведении в воде.</p> <p>Ходьба по дну бассейна, держась за бортик бассейна соблюдая дистанцию.</p> <p>Игра «Оса»</p> <p>Игра «Караси и щука»</p> <p>Игра «Фонтан»</p> <p>Игра «Морской бой»</p> <p>Прыжки на месте у бортика «Кто выше»</p> <p>Игровое упражнение «Русалочка» (с ластами)</p> <p>Лежание на спине (с нудл палкой за головой) - развести ноги и руки в стороны</p> <p>Игра «Морские звезды»</p> <p>Игра «Угадай кто на дне»</p> <p>Игровое упражнение «Поплавок»</p> <p>Игра «Пираты»</p> <p>Упражнения с нудл палкой</p> <p>Погружение на задержанном вдохе с открытыми глазами под водой:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- до подбородка;</li> <li>- до носа;</li> <li>- полностью</li> </ul> <p>Игра «Фонтан»</p> <p>Игровое упражнение «Скользи в тоннель»</p>		1	

		<p>Игра «На буксире» - с педагогом, а затем парами</p> <p>Игровые упражнения «Скользи тихо, как крокодил за добычей»</p>			
25.	22.03.2024	<p>Правила поведения на воде:</p> <p>Вход в воду и выход из воды под контролем взрослого, держась за поручни.</p> <p>Игра «Перейди на другую сторону»</p> <p>Беседа о безопасном поведении в воде.</p> <p>Ходьба по дну бассейна, держась за бортик бассейна соблюдая дистанцию.</p> <p>Игра «Оса»</p> <p>Игра «Караси и щука»</p> <p>Игра «Фонтан»</p> <p>Игра «Морской бой»</p> <p>Прыжки на месте у бортика «Кто выше»</p> <p>Игровое упражнение «Русалочка» (с ластами)</p> <p>Лежание на спине (с нудл палкой за головой) - развести ноги и руки в стороны</p> <p>Игра «Морские звезды»</p> <p>Игра «Угадай кто на дне»</p> <p>Игровое упражнение «Поплавок»</p> <p>Игра «Пираты»</p> <p>Упражнения с нудл палкой</p> <p>Погружение на задержанном вдохе с открытыми глазами под водой:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- до подбородка;</li> <li>- до носа;</li> <li>- полностью</li> </ul> <p>Игра «Фонтан»</p> <p>Игровое упражнение «Скользи в тоннель»</p>		1	

		<p>Игра «На буксире» - с педагогом, а затем парами</p> <p>Игровые упражнения «Скользи тихо, как крокодил за добычей»</p>			
26.	29.03.2024	<p>Правила поведения на воде:</p> <p>Вход в воду и выход из воды под контролем взрослого, держась за поручни.</p> <p>Игра «Перейди на другую сторону»</p> <p>Беседа о безопасном поведении в воде.</p> <p>Ходьба по дну бассейна, держась за бортик бассейна соблюдая дистанцию.</p> <p>Игра «Оса»</p> <p>Игра «Караси и щука»</p> <p>Игра «Фонтан»</p> <p>Игра «Морской бой»</p> <p>Прыжки на месте у бортика «Кто выше»</p> <p>Игровое упражнение «Русалочка» (с ластами)</p> <p>Лежание на спине (с нудл палкой за головой) - развести ноги и руки в стороны</p> <p>Игра «Морские звезды»</p> <p>Игра «Угадай кто на дне»</p> <p>Игровое упражнение «Поплавок»</p> <p>Игра «Пираты»</p> <p>Упражнения с нудл палкой</p> <p>Погружение на задержанном вдохе с открытыми глазами под водой:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- до подбородка;</li> <li>- до носа;</li> <li>- полностью</li> </ul> <p>Игра «Фонтан»</p> <p>Игровое упражнение «Скользи в тоннель»</p>		1	

		<p>Игра «На буксире» - с педагогом, а затем парами</p> <p>Игровые упражнения «Скользи тихо, как крокодил за добычей»</p>			
27.	05.04.2024	<p>Правила поведения на воде:</p> <p>Вход в воду и выход из воды под контролем взрослого, держась за поручни.</p> <p>Игра «Лягушата» (игра с нудл палкой)</p> <p>Игра «Кто глубже» (игра с нудл палкой)</p> <p>Игра «Морской бой» (игра с нудл палкой)</p> <p>Игра «Смелые ребята» (игра с нудл палкой)</p> <p>Игра «Догони рыбку» (игра с нудл палкой)</p> <p>Игровое упражнение «Поплавок» (игра с нудл палкой)</p> <p>Игровое упражнение «Звездочка» (игра с нудл палкой)</p> <p>Игра «Оса» - спрячемся под воду (игра с нудл палкой)</p> <p>Игра «Жучок паучок вышел на охоту» (игра с нудл палкой)</p> <p>Игра «Мы идем, идем, хоровод ведем» (игра с нудл палкой)</p> <p>Игровое упражнение «Моем лицо» (игра с нудл палкой)</p> <p>Игровое упражнение «Стрелочка» - скользи до домика (игра с нудл палкой)</p>		1	

28.	12.04.2024	<p>Правила поведения на воде:  Вход в воду и выход из воды под контролем взрослого, держась за поручни.  Игра «Лягушата» (игра с нудл палкой)  Игра «Кто глубже» (игра с нудл палкой)  Игра «Морской бой» (игра с нудл палкой)  Игра «Смелые ребята» (игра с нудл палкой)  Игра «Догони рыбку» (игра с нудл палкой)  Игровое упражнение «Поплавок» (игра с нудл палкой)  Игровое упражнение «Звездочка» (игра с нудл палкой)  Игра «Оса» - спрячемся под воду (игра с нудл палкой)  Игра «Жучок паучок вышел на охоту» (игра с нудл палкой)  Игра «Мы идем, идем, хоровод ведем» (игра с нудл палкой)  Игровое упражнение «Моем лицо» (игра с нудл палкой)  Игровое упражнение «Стрелочка» -скользи до домика (игра с нудл палкой)</p>		1	
29.	19.04.2024	<p>Правила поведения на воде:  Вход в воду и выход из воды под контролем взрослого, держась за поручни.  Игра «Лягушата» (игра с нудл палкой)  Игра «Кто глубже» (игра с нудл палкой)  Игра «Морской бой» (игра с нудл палкой)  Игра «Смелые ребята» (игра с нудл палкой)  Игра «Догони рыбку» (игра с нудл палкой)</p>		1	

		<p>Правила поведения на воде:  Вход в воду и выход из воды под контролем взрослого, держась за поручни.  Игровое упражнение «Поплавок» (игра с нудл палкой)  Игровое упражнение «Звездочка» (игра с нудл палкой)  Игра «Оса» - спрячемся под воду (игра с нудл палкой)  Игра «Жучок паучок вышел на охоту» (игра с нудл палкой)  Игра «Мы идем, идем, хоровод ведем» (игра с нудл палкой)  Игровое упражнение «Моем лицо» (игра с нудл палкой)  Игровое упражнение «Стрелочка» -скользи до домика (игра с нудл палкой)</p>			
30.	26.04.2024	<p>Правила поведения на воде:  Вход в воду и выход из воды под контролем взрослого, держась за поручни.  Игра «Лягушата» (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игра «Кто глубже» (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игра «Морской бой» (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игра «Смелые ребята» (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игра «Догони рыбку» (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игра «Оса» - спрячемся под воду (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игра «Жучок паучок вышел на охоту» (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игровое упражнение «Звездочка» (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игровое упражнение «Поплавок»;</p>		1	

		(И.П.: без опоры, в рассыпную)			
31.	03.05.2024	<p>Правила поведения на воде:  Вход в воду и выход из воды под контролем взрослого, держась за поручни.  Игра «Лягушата»  (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игра «Кто глубже»  (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игра «Морской бой»  (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игра «Смелые ребята»  (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игра «Догони рыбку»  (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игра «Оса» - спрячемся под воду  (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игра «Жучок паучок вышел на охоту»  (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игровое упражнение «Звездочка»  (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игровое упражнение «Поплавок»;  (И.П.: без опоры, в рассыпную)</p>		1	

32.	17.05.2024	<p>Правила поведения на воде:  Вход в воду и выход из воды под контролем взрослого, держась за поручни.  Игра «Лягушата»  (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игра «Кто глубже»  (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игра «Морской бой»  (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игра «Смелые ребята»  (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игра «Догони рыбку»  (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игра «Оса» - спрячемся под воду  (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игра «Жучок паучок вышел на охоту»  (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игровое упражнение «Звездочка»  (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игровое упражнение «Поплавок»;  (И.П.: без опоры, в рассыпную)</p>		1	
33.	24.05.2024	<p>Правила поведения на воде:  Вход в воду и выход из воды под контролем взрослого, держась за поручни.  Игра «Лягушата»  (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игра «Кто глубже»  (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игра «Морской бой»  (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игра «Смелые ребята»  (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игра «Догони рыбку»  (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игра «Оса» - спрячемся под воду  (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игра «Жучок паучок вышел на охоту»  (И.П.: без опоры, в рассыпную)  Игровое упражнение «Звездочка»  (И.П.: без опоры, в рассыпную)</p>		1	

		Игровое упражнение «Поплавок»; (И.П.: без опоры, в рассыпную)			
34.	31.05.2024	ИТОГОВАЯ СИД. Правила безопасности на занятиях в бассейне. Правила посещения бассейна. Имитационные движения руками. Имитационные движения ногами, сидя на бортике бассейна. «Стрелочка» Вход и выход из воды под контролем взрослого. Диагностика		1	
		<b>Итого:</b>	<b>4</b>	<b>30</b>	

### ПЛАН РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ (ЗАКОННЫМИ ПРЕДСТАВИТЕЛЯМИ):

№ п/п	Название мероприятия	Сроки	Место проведения	Примечание
1.	Знакомство, выступление на родительских собраниях	сентябрь 2023г.	ГБДОУ детский сад № 94 Красносельского района	
2.	Открытые СИД для родителей (законных представителей)	декабрь 2023г., апрель 2024г.	Бассейн ГБДОУ детского сада № 94 Красносельского района	
3.	Индивидуальная консультационная работа, в том числе, опрос/анкетирование	в течение учебного года по необходимости	ГБДОУ детский сад № 94 Красносельского района	лично;соцсети, мессенджеры
4.	Освещение СИД, демонстрация результатов деятельности детей	еженедельно в течение учебного года	ГБДОУ детский сад № 94 Красносельского района	фото, видео-отчет

### МЕТОДИЧЕСКИЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

#### Принципы:

- последовательность и систематичность достигается регулярностью посещения занятий. Иначе наблюдается снижение уже достигнутого уровня освоения навыка. Систематические занятия дисциплинируют ребенка, приучают его к регулярной работе;

- доступность и индивидуализация - предусматривает учет возрастных особенностей и возможностей ребенка и в связи с этим – определение посильных для него заданий;

- постепенное повышение требований – заключается в постановке перед ребенком и выполнении им все более трудных новых заданий, в постепенном увеличении объема и интенсивности нагрузок. Обязательным для успешного обучения, является чередование нагрузок с отдыхом;

- сознательность и активность – для успешного достижения цели ребенку необходимо представлять, что и как нужно выполнить и почему именно так, а не иначе;

- повторяемость материала – только при многократном повторении образуется двигательный стереотип. Эффективность занятий выше, если повторение вариативно, т.е. упражнения вносятся какие-либо изменения и предлагаются разнообразные методы и приемы их выполнения, что вызывает интерес, привлекают внимание детей, создаёт положительные эмоции;

- наглядность – безукоризненный практический показ движений педагогом;

- личностной ориентации – учёт разноуровневого развития и состояния здоровья каждого воспитанника, умение адаптировать содержание к категориям разного возраста.

**Методы и технологии:**

- игровые – обыгрывание ситуаций («фонтанчики», «дождик», «дельфины», «водолазы»);
- словесные – объяснение, беседы, рассказ педагога;
- наглядные – показ;
- практические – выполнение заданий, упражнений, элементы экспериментирования и наблюдения.

Для более успешного освоения детьми Программы главным является взаимодействие: педагог-родители-ребенок. При проведении занятий по плаванию уделяется особое внимание безопасности и здоровью каждого.

## Методическое обеспечение

№ п/п	Название раздела	Форма занятия	Методы, технологии реализации Программы			Оборудование	Техническое оснащение	Формы подведения итогов
1.	Правила поведения на воде	Беседа «Правила поведения и безопасности в плавательном бассейне»	методы					
			наглядный	словесный				
			- показ; - помощь педагога.	- объяснения; - указания.				
2.	Ознакомление со свойствами воды	Практическое занятие	методы			- форма для занятия; - игрушки для воды; - игрушки погружные; - ведерки для поливания; - плавательные доски (по количеству детей); - ласты (по количеству детей).	Аудиоаппаратура	Педагогическое наблюдение
			наглядный	словесный	практический			
			- показ; - помощь педагога.	- объяснения, - указания; - образные сравнения.	- повторение упражнений;			
			технологии					
			- технология развивающего обучения - здоровьесберегающая технология - технология личностно ориентированного обучения					
3.	Подготовительные упражнения в воде	Практическое занятие	метод			- Форма для занятия, - Игрушки: водные; погружные; ведерки для поливания. - Плавательные	Аудиоаппаратура	Педагогическое наблюдение.
			Наглядный	Словесный	Практический			
			- показ; - помощь педагога	- объяснения, - указания; - образные сравнения.	- повторение упражнений;			
			технологии					

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- технология развивающего обучения</li> <li>- здоровьесберегающая технология</li> <li>- технология личносно ориентированного обучения</li> </ul>	доски (по количеству детей), - Ласты (по количеству детей).				
4.	Освоение с водой	Практическое занятие	метод			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Форма для занятия,</li> <li>- игрушки: водные; погружные; ведерки для поливания.</li> </ul>	Аудиоаппаратура	Педагогическое наблюдение.
			Наглядный	Словесный	Практический			
			<ul style="list-style-type: none"> <li>- показ;</li> <li>- помощь педагога</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- объяснения, - указания;</li> <li>- образные сравнения.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- повторение упражнений;</li> </ul>			
			технологии					
			<ul style="list-style-type: none"> <li>- технология развивающего обучения</li> <li>- здоровьесберегающая технология</li> <li>- технология личносно ориентированного обучения</li> </ul>					
5.	Лежание на воде	Практическое занятие	метод			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Форма для занятия,</li> <li>- Игрушки: водные; погружные; ведерки для поливания.</li> <li>- Плавательные доски (по количеству детей),</li> <li>- Нудл палки.</li> </ul>	Аудиоаппаратура	Педагогическое наблюдение.
			наглядный	словесный	практический			
			<ul style="list-style-type: none"> <li>- показ,</li> <li>- имитация,</li> <li>- зрительные и звуковые ориентиры,</li> <li>- помощь педагога</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- объяснения, распоряжения-указания</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- повторение упражнений</li> </ul>			
			технологии					
			<ul style="list-style-type: none"> <li>- технология развивающего обучения</li> <li>- здоровьесберегающая технология</li> <li>- технология личносно ориентированного обучения</li> </ul>					
6.	Скольжение с доской	Практическое занятие	метод			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Форма для занятия,</li> <li>- Игрушки:</li> </ul>	Аудиоаппаратура	Педагогическое наблюдение.
			наглядный	словесный	практический			

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- показ,</li> <li>- имитация,</li> <li>- зрительные и звуковые ориентиры,</li> <li>- помощь педагога</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- объяснения, распоряжения-указания</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- повторение упражнений</li> </ul>	<p>водные; погружные; ведерки для поливания.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Плавательные доски (по количеству детей),</li> <li>- Ласты (по количеству детей).</li> <li>- Нудл палки.</li> </ul>			
			технологии						
			<ul style="list-style-type: none"> <li>- технология развивающего обучения</li> <li>- здоровьесберегающая технология</li> <li>- технология личноно ориентированного обучения</li> </ul>						
			метод						
			наглядный	словесный	практический				
			<ul style="list-style-type: none"> <li>- показ,</li> <li>- имитация,</li> <li>- зрительные и звуковые ориентиры,</li> <li>- помощь педагога</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- объяснения, распоряжения-указания</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- повторение упражнений</li> </ul>	<p>- Форма для занятия,</p> <p>- Игрушки: водные; погружные; ведерки для поливания.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Плавательные доски (по количеству детей),</li> <li>- Ласты (по количеству детей).</li> </ul>			
			технологии						
			<ul style="list-style-type: none"> <li>- технология развивающего обучения</li> <li>- здоровьесберегающая технология</li> <li>- технология личноно ориентированного обучения</li> </ul>						
7.	Погружение в воду у опоры	Практическое занятие	метод						
			наглядный	словесный	практический				
			<ul style="list-style-type: none"> <li>- показ,</li> <li>- имитация,</li> <li>- зрительные и звуковые ориентиры,</li> <li>- помощь педагога</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- объяснения, распоряжения-указания</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- повторение упражнений</li> </ul>	<p>- Форма для занятия,</p> <p>- Игрушки: водные; погружные; ведерки для поливания.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Плавательные доски (по количеству детей),</li> <li>- Ласты (по количеству детей).</li> </ul>	Аудиоаппаратура	Педагогическое наблюдение.	
			технологии						
			<ul style="list-style-type: none"> <li>- технология развивающего обучения</li> <li>- здоровьесберегающая технология</li> <li>- технология личноно ориентированного обучения</li> </ul>						
8.	Погружение в воду без опоры	Практическое занятие	метод						
			наглядный	словесный	практический				
						<p>- Форма для занятия,</p>	Аудиоаппаратура	Педагогическое наблюдение.	

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- показ,</li> <li>- имитация,</li> <li>- зрительные и звуковые ориентиры,</li> <li>- помощь педагога</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- объяснения, распоряжения-указания</li> <li>- использование образных сравнений</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- повторение упражнений</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Игрушки: водные; погружные; ведерки для поливания.</li> <li>- Плавательные доски (по количеству детей),</li> <li>- Ласты (по количеству детей).</li> </ul>			
			технологии						
			<ul style="list-style-type: none"> <li>- технология развивающего обучения</li> <li>- здоровьесберегающая технология</li> <li>- технология лично-ориентированного обучения</li> </ul>						
9.	Закрепление приобретенных навыков	Практическое занятие	Использование всех ранее упомянутых методов и технологий реализации программы.			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Форма для занятия,</li> <li>- Игрушки: водные; погружные; ведерки для поливания.</li> <li>- Плавательные доски (по количеству детей),</li> <li>- Ласты (по количеству детей).</li> </ul>	Аудиоаппаратура	Педагогическое наблюдение.	
10.	Открытое занятие	Практическое занятие	метод			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Форма для занятия,</li> <li>- Игрушки: водные; погружные; ведерки для поливания.</li> <li>- Плавательные доски (по количеству детей),</li> <li>- Ласты (по количеству детей).</li> </ul>	Аудиоаппаратура	Педагогическое наблюдение.	
			наглядный	словесный	практический				
			<ul style="list-style-type: none"> <li>- показ,</li> <li>- имитация,</li> <li>- зрительные и звуковые ориентиры,</li> <li>- помощь педагога</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- объяснения, распоряжения-указания</li> <li>- использование образных сравнений</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- повторение упражнений</li> </ul>				
			технологии						

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- технология развивающего обучения</li> <li>- здоровьесберегающая технология</li> <li>- технология личносно ориентированного обучения</li> </ul>			количеству детей).		
11.	Мониторинг освоения Программы	Практическое занятие	метод			- Форма для занятия, - Игрушки: водные; погружные; ведерки для поливания. - Плавательные доски (по количеству детей), - Ласты (по количеству детей).	Аудиоаппаратура	Педагогическое наблюдение, контроль, оценка овладения навыками.
			наглядный	словесный	практический			
			<ul style="list-style-type: none"> <li>- показ,</li> <li>- имитация,</li> <li>- зрительные и звуковые ориентиры,</li> <li>- помощь педагога</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- объяснения, распоряжения- указания</li> <li>- использование образных сравнений</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- повторение упражнений</li> </ul>			
			технологии					
			<ul style="list-style-type: none"> <li>- технология развивающего обучения</li> <li>- здоровьесберегающая технология</li> <li>- технология личносно ориентированного обучения</li> </ul>					

## **Информационные источники:**

### **Нормативная база:**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".
2. Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" по вопросам воспитания обучающихся".
3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р .
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р.
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 №816 "Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ".
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 "Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам".
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 "Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей".
9. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых".
10. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 № 882/391 "Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ".
11. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".
12. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 2.1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности (или) безвредности для человека факторов среды обитания".
13. Паспорт федерального проекта "Успех каждого ребенка" национального проекта "Образование" (утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 № 16).
14. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 "О направлении методических рекомендаций".

### **Литература для педагога и родителей (законных представителей):**

1. Канидова В.И. Занятия по плаванию в условиях дошкольного образовательного учреждения. /М., 2012.
2. Осокина Т.И. Как научить детей плавать. /М., 1998.
3. Сидорова И.В., Как научить ребёнка плавать. /М., Издательство: Айрис – Пресс, 2011

### **Способы отслеживания результатов освоения Программы:**

Подведение итоговых результатов освоения Программы осуществляется с помощью мониторинга, основными методами которого являются педагогическое наблюдение. Динамику

освоения Программы удобно отслеживать также с помощью видео-фиксации отрывков занятий.

**Форма оценки результативности освоения Программы:**

В конце периода обучения по Программе, с целью выявления уровня сформированности плавательных способностей, проводится педагогический мониторинг. Результаты мониторинга вносятся в диагностический протокол освоения дополнительной образовательной (общеразвивающей) программы (*Приложение 1*).

**Формы подведения итогов реализации Программы:**

- творческий отчёт педагога;
- открытое занятие (май).

**Диагностика освоения Программы:**

В процессе мониторинга исследуется уровень подготовленности детей по плаванию путем наблюдения за ребенком.

В качестве критериев оценки выбран ряд контрольных упражнений.

**Протокол:**

№	Ф.И.	Вход в воду (боязнь воды)	Передвижение в воде	Лежание на воде	Погружение в воду	Скольжение в положении «стрелочка»
---	------	------------------------------	------------------------	--------------------	----------------------	--

**Оценка качества выполнения контрольных упражнений Программы:**

**Низкий уровень – Н**

Ребёнок с опаской входит в воду, допускает существенные ошибки в технике движений, не соблюдает заданный темп и ритм, действует только в сопровождении инструктора – на суше и в воде.

**Средний уровень – С** Ребенок безбоязненно входит в воду, владеет основными элементами техники большинства упражнений, способен самостоятельно выполнять упражнения на основе предварительного показа.

**Высокий уровень – В**

С удовольствием входит в воду, проявляет стойкий интерес к физическим упражнениям, самостоятельно выполняет освоенные упражнения на суше и в воде.