



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 30.08 2024 г..

УТВЕРЖДЕНА

Приказом №172-ахд от 30.08.202
ГБДОУ детского сада № 94
Красносельского района
Заведующий _____ А.С.Селезнева

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ВЕСЕЛЫЕ МЕДУЗЫ»

Возраст: 5-7 лет
Срок реализации: 1 год

Разработчик:

Напреенко Лариса Владимировна,
педагог дополнительного образования

Санкт Петербург

2024-2025

СОДЕРЖАНИЕ:

Пояснительная записка	3
Задачи Программы.....	4
Планируемые результаты и формы их оценки.	5
Форма оценки результативности освоения Программы	5
Формы подведения итогов реализации Программы	6
Формы и режим занятий.....	9
Календарный учебный график	10

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 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 (ред. от 21.04.2023) "Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей".
8. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых".
9. 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".
10. 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".
11. «Паспорт национального проекта „Образование“, утвержденный президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 №16).
12. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 "О направлении методических рекомендаций"

1. Пояснительная записка

Формирование здоровья ребенка, полноценное развитие его организма - одна из основных задач современного общества. Дошкольное воспитание должно быть пронизано заботой о физическом здоровье ребенка и его психологическом благополучии. Такова концепция дошкольного образования. Для решения этой задачи необходимо с самых ранних лет закладывать основы здорового образа жизни, формировать жизненно необходимые двигательные умения и навыки, используя все средства физического воспитания, в том числе и обучение плаванию.

Направленность 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.

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. Создаются условия для формирования личности. Плавание в дошкольном возрасте настраивает детей на спортивный образ жизни, ориентируют на выбор профессии, хобби.

Цель Программы: обеспечение всестороннего физического развития, укрепление детского организма.

Задачи Программы:

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 для развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, для развития способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром.

Оздоровительные:

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

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.

Отличительные особенности Программы: данная Программа разработана на основе Программы «Обучение плаванию в детском саду» Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, Т.Л. Богина. Особенностью данной Программы является использование

эффективной технологии – одновременной методики обучения облегченным, неспортивным, а затем и спортивным способам плавания.

Возраст обучающихся, участвующих в реализации Программы: 5-7 лет.

Срок реализации Программы: 1 год (с сентября по май включительно).

Формы и режим занятий.

Формы проведения занятий: практическое занятие.

Форма организации деятельности: групповая.

Форма обучения: очная.

Язык образования: русский

Режим занятий: 1 раза в неделю по 30-35 минут.

Планируемые результаты и формы их оценки.

В результате освоения Программы обучающийся будет:

- адаптирован к водному пространству;
- знать правила поведения в воде;
- ознакомлен с доступными его пониманию свойствами воды (мокрая, теплая, прозрачная и пр.);
- не боясь входить в воду, свободно передвигаться в водном пространстве,
- уметь задерживать дыхание и выполнять погружение;
- уметь скользить в положении стрелочка с доской на задержке дыхания;
- выполнять попеременное движение ног (способом кроль на груди);
- выполнять попеременное движение рук (способом кроль на груди);
- согласование работы рук и ног (как при плавании кролем на груди);
- выполнять попеременные движения ног (способом кролем на спине);
- выполнять попеременные движения рук (способом кроль на спине);
- согласование работы рук и ног (способом кроль на спине).

Форма оценки результативности освоения Программы способом

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).

Формы подведения итогов реализации Программы:

- проведение диагностики умений и навыков;
- открытое занятие (май).

Учебно-тематический план обучения по дополнительной общеразвивающей программе «Веселые медузы»

№ п/п	Перечень разделов, наименование тем	Количество занятий			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
1.	Правила поведения на занятиях; знакомство с планируемой деятельностью. Техника безопасности.	0,5	0,5	1	Педагогическое наблюдение
2.	Вводные занятия (упражнения на суше)	0,5	1,5	2	Педагогическое наблюдение
3.	Упражнения на сопротивление в воде	0,5	0,5	1	Педагогическое наблюдение
4.	Упражнения на погружение в воду	0,5	0,5	1	Педагогическое наблюдение
5.	Упражнения на всплытие	0,5	1,5	2	Педагогическое наблюдение
6	Упражнение Поплавок	0,5	1,5	2	Педагогическое наблюдение
7.	Упражнение Звездочка на груди	0,5	1,5	2	Педагогическое наблюдение
8.	Упражнение Звездочка на спине	0,5	1,5	2	Педагогическое наблюдение
9.	Упражнение с плавательной доской- работа ног кролем на груди.	0,5	1,5	2	Педагогическое наблюдение
10.	Упражнение с плавательной доской- работа ног кролем на спине.	0,5	1,5	2	Педагогическое наблюдение
11.	Упражнения на работу рук кролем на груди .	0,5	1,5	2	Педагогическое наблюдение
12.	Упражнения на работу рук кролем на спине.	0,5	1,5	2	Педагогическое наблюдение
13.	Упражнения на согласования работы ног и рук как при плавании кролем на груди.	0,5	1,5	2	Педагогическое наблюдение
14.	Упражнения на согласование работы рук и ног как при плавании кролем на спине	0,5	1,5	2	Педагогическое наблюдение

15.	Упражнение на выполнения полной координации кролем на груди .	0.5	1.5	1	Педагогическое наблюдение
16.	Упражнения на выполнение полной координации кролем на спине	0.5	1.5	2	Педагогическое наблюдение
15.	Ныряние – достаем игрушки со дна.	0.5	1	1	Педагогическое наблюдение
16.	Игровые упражнения	0.5	4.5	5	Педагогическое наблюдение
17.	Итоговая	-	1	1	Педагогическое наблюдение
	Итого:	8	28,5	35	



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 30.08 2024 г..

УТВЕРЖДЕНА

Приказом №172-ахд от 30.08.2024г.
ГБДОУ детского сада № 94
Красносельского района
Заведующий _____ А.С. Селезнева

Календарный учебный график

дополнительной общеразвивающей программы

Срок освоения программы	Дата начала реализации программы	Дата окончания реализации программы	Всего недель	Количество занятий	Режим
1	01.10.2024 - 28.05.2025	28.05.2025	28	26	1 раз в неделю 30- 35 минут

2. Содержание Программы

Модуль, месяц	Задачи	Учебный материал
Сентябрь Правила поведения на воде	- приучать к правильному поведению во время занятия в воде; - развивать интерес к занятиям в бассейне; - учить смело передвигаться по дну бассейна с опорой и без.	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
Октябрь Ознакомление со свойствами воды Подготовительные упражнения в воде	- познакомить со свойствами воды с помощью наблюдения за игрушками в воде; - учить детей преодолевать страх перед водой; - прививать гигиенические навыки; - приучать к самостоятельности.	Игра «Собери игрушки»
		Игровое упражнение «Гладим воду»
		Беседа с детьми о свойствах воды
		Игровое упражнение «Кто быстрее бегом», Волны в море. Море волнуется
		Ходьба по дну бассейна с опорой за бортик и без
		Игровое упражнение у бортика «Кто выше прыгнет»
		Выполнять имитационные движения руками ходя по дну.
	- учить перегонять предметы перед собой до противоположного бортика бассейна при помощи дыхания; - развивать задержку дыхания; - приучать принимать горизонтальное положение корпуса в воде;	Игровое упражнение «Поплавок»
		Игровое упражнение «Звездочка»
		Игра «Дождик и Солнышко.
		Игра «Акула»
		Игра «Догони рыбку»
		Игра «Сердитая рыбка.
		Игровое упражнение «Моем .моем трубочиста» Водичка.водичка – умой мое личико

	- выполнять положение «лежа на груди» и «лежа на спине» с помощью вспомогательных средств; - воспитывать смелость.	
		Погружение в воду: - до подбородка; - под воду с головой - до уровня носа
		Игра «Щука»
		Игра «Идем в сказочное путешествие по бассейну»
		Игра «Караси и щука»
Ноябрь 1. Лежание на груди.	- учить смело передвигаться по дну с опорой и без нее; - учить не бояться опускать лицо в воду, задерживая дыхание.	Игра «Фонтан»
		Прыжки на месте у бортика «Кто выше»
		Игровое упражнение «Русалочка» (с ластами)
		Лежание на груди (с нудл-палкой за головой) - развести ноги и руки в стороны Упражнение «Звездочка» на груди с доской. Упражнение «Звездочка» длительного значения с пузырями – выдохом.
1. Лежание на спине.	- учить самостоятельно занимать положение «звездочка» на груди и на спине, удерживать данное положение на несколько секунд с задержкой дыхания; - учить погружаться в воду с опорой, открывать в воде глаза; - совершенствовать передвижение и умение ориентироваться в воде; - закреплять навык уверенного передвижения в воде в положении «лежа на	Игра «Морские звезды»
		Игра «Угадай кто на дне
		Игровое упражнение «Поплавок»
		Игра «Звездочки» на спине .
		Упражнения с нудл-палкой лежим долго.
		Погружение на задержанном вдохе с открытыми глазами под водой: - до подбородка; - до носа;

	грудь» с доской.	- полностью с выдохом достаём предметы со дна ныряем на дно за кристалликами проныриваем через обруч
Декабрь 1. Скольжение с доской на груди	- учить технике дыхания для плавания; - учить выполнять толчок от бортика и скользить в положении «стрелочка» с доской на груди.	Игра «Фонтан»
		Игровое упражнение «Скользи в тоннель»
		Игра «На буксире» - с педагогом, а затем парами
		Игровое упражнение «Скользи тихо, как крокодил за добычей»
Январь 2. Скольжение с доской на спине.	-учить технике дыхания для плавания, держась за опору; - учить смело погружаться в воду с головой, держась за поручни в бассейне, используя игровую ситуацию.	Игровое упражнение «Стрелочка» -скользи до домика (игра с нудл-палкой)
		Игра «Догони рыбку» (И.П.: без опоры, в рассыпную)
		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 -Дождик и Солнышко. Игра с плавательной доской.
		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)

Февраль Погружение в воду без опоры.	-учить погружаться под воду стоя на дне бассейна. -учить смело погружаться в воду с головой без опоры, используя игровую ситуацию. - учить держать ровное положение тела при плавании кролем на спине	Игровое упражнение «Стрелочка» -скользи до домика (игра с нудл-палкой)
		Игровое упражнение «Стрелочка» -скользи до домика (игра с нудл-палкой)
		Игра «Лягушата» (И.П.: без опоры, в рассыпную)
		Игра Дождик и Солнышко (И.П.:без опоры . с доской)
		Игра «Морской бой» (И.П.: без опоры, в рассыпную) Игра «Пускаем пузыри» (И.П. стоя на дне бассейна. Приседаем под воду с головой и пускаем пузыри в воду) Игра «Поплавок» (И.П. стоя в бассейне –приседаем под воду охватываем руками колени .Всплываем спинкой вверх . Игра «Скольжение на груди» (И.П. стоя поперек бассейна –скользим до другого бортика.
		Игра «Смелые ребята» (И.П.: без опоры, стоя в центре бассейна .Приседая под воду с головой и пуская пузыри .делая и выдох в воду.
		Игра «Догони рыбку» (И.П.: без опоры, в рассыпную
		Игра «Догони рыбку» (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)

Март 1 Скольжение на груди и на спине.	Учить технике дыхания для плавания; -учить выполнять толчок от бортика и скользить в положении «стрелочка» с доской на груди	Игра «Морской бой» (И.П.: без опоры, в рассыпную) Игра «Пускаем пузыри» (И.П. стоя на дне бассейна. Приседаем под воду с головой и пускаем пузыри в воду) Игра «Поплавок» (И.П. стоя в бассейне –приседаем под воду охватываем руками колени .Всплываем спинкой вверх . Игра «Скольжение на груди» (И.П. стоя поперек бассейна –скользим до другого бортика.
		Игра- «Кто быстрее на катере» (И.П. с доской у бортика
		Игра «Догони рыбку» (И.П.: без опоры, в рассыпную)
		Игра «Догони Акулу» (И.П.: без опоры, в рассыпную
		Игра «Смелые ребята» (И.П.: без опоры, в рассыпную)
		Игровое упражнение «Скользи в тоннель»
		Игра «Жучок паучок вышел на охоту» (игра с нудл-палкой)
		Игра - « Догони друга» (ИП .с доской у бортика)
	- учить технике плавания кролем на груди ногами с доской – опускаем лицо в воду и выполняем пузыри.	Игра- «Кто быстрее на катере» Игра- «Догоняем рыбку» (И.П. с доской у бортика И.П. с доской у бортика) Игра « Медузы»
		Игра - « Догони друга» (И.П.с доской у бортика)
		Игра- «Лодочка» (И.П. с доской у бортика)
		Игра «Акула» (И.П. с доской у бортика)
2. Упражнения с плавательной доской – работа ног кролем на груди		

		Игра «Плыдем по светофору» (И.П. с доской у бортика)
		Игра «Друг за другом» (И.П. с доской у бортика)
Упражнения с плавательной доской - работа ног кролем на спине .	-учить технике дыхания при плавании кролем на спине; -учить смело погружаться в воду с головой без опоры, используя игровую ситуацию. - учить держать ровное положение тела при плавании кролем на спине	Игровое упражнение «Звездочка на спине» (И.П.: без опоры, в рассыпную) Игровое упражнение «Звездочка на спине с переворотом» Игровое упражнение «Путешествие по морю на спине». Игровое упражнение «Плыдем с вытянутой левой рукой»
Апрель Упражнения с плавательной доской и без нее - работа рук кролем на груди.	-учить плавать ногами на спине с различным положением рук.	Игровое упражнение «Плыдем с вытянутой правой рукой»
		Игровое упражнение «Плыдем с вытянутыми двумя руками»
		Игра «Смелые ребята» (игра с вытянутыми руками в виде стрелочки.
		Игровое упражнение «Звездочка на спине» (И.П.: без опоры, в рассыпную)
		Игра «Плыдем на спине» (И.П.: без опоры, в рассыпную)
		Игровое упражнение «Плыдем на спине руки прижаты к туловищу.»
	учить технике рук как при плавании кролем на груди. учить смело погружаться в воду - учить держать ровное положение тела при плавании кролем на груди	Упражнение «Гребок левой рукой кролем на груди» Упражнение «Гребок правой рукой кролем на груди» . Упражнение «Левой – правой поочередно.» Упражнение «Смена рук как при плавании кролем на груди.»
	-учить выполнять гребок кролем на груди левой рукой	Игровое упражнение Путешествие по морю на груди».
	-учить выполнять гребок кролем на груди правой рукой	Игровое упражнение « Плыдем за сокровищами».
		Игра- «Кто быстрее на катере» (И.П. с доской у бортика)

Упражнения с плавательной доской и без нее - работа рук кролем на спине.		Игра «Морской бой» (И.П.: без опоры, в рассыпную)
		Игра «Догони друга» (И,П, от бортика в рассыпную)
	учить технике работы рук при плавании кролем на спине; -учить смело погружаться в воду с головой без опоры, используя игровую ситуацию. - учить держать ровное положение тела при плавании кролем на спине	Упражнение «Гребок левой рукой кролем на спине. Упражнение «Гребок правой рукой кролем на спине. . Упражнение «Левой – правой поочередно как при плавании кролем на спине.» Упражнение «Смена рук как при плавании кролем на спине
		Игра «Кто быстрее доплывет» (ИП от бортика в рассыпную)
		Игра «Сердитая рыбка» (И.П. от бортика в рассыпную)
Согласование работы ног и рук как плавании кролем на груди..	-учить технике рук как при плавании кролем на груди. -учить смело погружаться под воду - учить держать ровное положение тела при плавании кролем на груди	Упражнение «Гребок левой рукой кролем на груди-плюс работа ног» Упражнение «Гребок правой рукой кролем на груди плюс работа ног» . Упражнение «Левой – правой поочередно плюс работа ног.» Упражнение «Смена рук как при плавании кролем на груди.» Плавание в полной координации кролем на груди.
Согласование работы ног и рук как плавании кролем на спине.	-учить технике рук как при плавании кролем на спине. учить смело погружаться вводу - учить держать ровное положение тела при плавании кролем на спине.	Упражнение «Гребок левой рукой кролем на спине -плюс работа ног. Упражнение «Гребок правой рукой кролем на спине плюс работа ног» . Упражнение «Левой – правой поочередно плюс работа ног как при плавании кролем на спине.» Упражнение «Смена рук как при плавании кролем на спине.» Плавание в полной координации кролем на спине
Май Закрепление приобретенных навыков	- закрепить навык самостоятельного входа в воду и выхода из нее; - закрепить навык передвижения в воде; - закрепить навык задержки	Используются упражнения и игры из соответствующему заданию модуля.

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

3. Методическое обеспечение

№ п/п	Название раздела	Форма занятия	Методы, технологии реализации Программы			Оборудование	Техническ ое оснащение	Формы подведения итогов
1.	Правила поведения на воде	Беседа «Правила поведения и безопасности в плавательном бассейне»	методы					инструктаж
			наглядный	словесный				
			- показ; - помощь педагога.	- объяснения; - указания.				
	Ознакомление		методы			- форма для занятия; - игрушки для воды; - игрушки погружные; - ведерки для поливания;		
			наглядный	словесный	практический			
			- показ; - помощь педагога.	- объяснения, - указания; - образные сравнения.	- повторение упражнений;			
			технологии					

2.	со свойствами воды	Практическое занятие	- технология развивающего обучения - здоровьесберегающая технология - технология личностно ориентированного обучения			- плавательные доски (по количеству детей); - ласты (по количеству детей).	Музыкальная колонка	Педагогическое наблюдение
3.	Подготовительные упражнения в воде	Практическое занятие	метод			- Форма для занятия,	Музыкальная колонка.	Педагогическое наблюдение.
			Наглядный	Словесный	Практический			

			<table><tr><td>- показ; - помощь педагога</td><td>- объяснения, - указания; - образные сравнения.</td><td>- повторение упражнений; ;</td></tr><tr><td colspan="3">технологии</td></tr><tr><td colspan="3">- технология развивающего обучения - здоровьесберегающая технология - технология личностно ориентированного обучения</td></tr></table>	- показ; - помощь педагога	- объяснения, - указания; - образные сравнения.	- повторение упражнений; ;	технологии			- технология развивающего обучения - здоровьесберегающая технология - технология личностно ориентированного обучения			- Игрушки : водные; погружные ;ведерки для поливания . - Плавательные доски (по количеству детей), - Ласты (по количеству детей).					
- показ; - помощь педагога	- объяснения, - указания; - образные сравнения.	- повторение упражнений; ;																
технологии																		
- технология развивающего обучения - здоровьесберегающая технология - технология личностно ориентированного обучения																		
	Освоение с водой	Практическое занятие	<table><tr><td colspan="3">метод</td></tr><tr><td>Наглядный</td><td>Словесный</td><td>Практический</td></tr><tr><td>- показ; - помощь педагога</td><td>- объяснения, - указания; - образные сравнения.</td><td>- повторение упражнений;</td></tr><tr><td colspan="3">технологии</td></tr></table>	метод			Наглядный	Словесный	Практический	- показ; - помощь педагога	- объяснения, - указания; - образные сравнения.	- повторение упражнений;	технологии			- Форма для занятия, - игрушки: водные; погружные; ведерки для поливания.	Музыкальная колонка.	Педагогическое наблюдение.
метод																		
Наглядный	Словесный	Практический																
- показ; - помощь педагога	- объяснения, - указания; - образные сравнения.	- повторение упражнений;																
технологии																		

4.			- технология развивающего обучения - здоровьесберегающая технология - технология личностно ориентированного обучения					
5.	Лежание на воде Всплывание Погружение в воду у опоры Погружение в воду без опоры	Практическое занятие	метод			- Форма для занятия,	Музыкальная колонка.	Педагогическое наблюдение.
			наглядный	словесный	практический	- Игрушки: водные;		
			- показ, - имитация, - зрительные и звуковые ориентиры, - помощь	жения-указан- объяснения, распоря ия	- повторение упражнений	погружные;		
			- показ -имиттация -зрительные и звуковые ориентиры			ведерки для поливания.		
						- Плавательные		

			-ПОМОЩЬ					
--	--	--	---------	--	--	--	--	--

			педагога			доски (по количеству детей), - Нудл палки.		
			технологии					
			- технология развивающего обучения - здоровьесберегающая технология - технология личностно ориентированного обучения					
6.	Скольжение с доской и без нее на груди и на спине.	Практическое занятие	метод			- Форма для занятия,		
			наглядный	словесный	практический	- Игрушки: водные; погружные; ведерки для поливания.		
			- показ, - имитация, - зрительные и звуковые ориентиры, - помощь педагога	- объяснения, распоряжения-указания	- повторение упражнений	- Плавательные доски (по количеству детей), - Ласты (по количеству детей). - Нудл палки.	Музыкальная колонка.	Педагогическое наблюдение.
			технологии					
			- технология развивающего обучения - здоровьесберегающая технология - технология личностно ориентированного обучения					

7.			метод	- Форма для	Музыкальн	Педагогическое
----	--	--	-------	-------------	-----------	----------------

	Работа ног и рук кролем на груди и кролем на спине с доской	Практическое занятие	наглядный	словесный	практический	занятия, - Игрушки: водные; погружные; ведерки для поливания. - Плавательные доски (по количеству детей), - Ласты (по количеству детей).	ая колонка.	наблюдение.
			- показ, - имитация, - зрительные и звуковые ориентиры, - помощь педагога	- объяснения, распоряжения-указания	- повторение упражнений			
			технологии					
			- технология развивающего обучения - здоровьесберегающая технология - технология личностно ориентированного обучения					

	Согласование работы рук и		метод			- Форма для занятия, - Игрушки: водные; погружные; ведерки для поливания. - Плавательные доски (по		
			лядный	словесныйнаг	практический			
			- показ, - имитация, - зрительные и звуковые ориентиры, - помощь	- объяснения, распоряжения-указания - использование образных сравнений	- повторение упражнений			

8.	ног кролем на груди и кролем на спине.	Практическое занятие	педагога			количеству детей), - Ласты (по количеству детей).	Музыкальная колонка.	Педагогическое наблюдение.
			технологии					
			- технология развивающего обучения - здоровьесберегающая технология - технология личностно ориентированного обучения					
9.	Закрепление приобретенных	Практическое занятие	Использование всех ранее упомянутых методов и технологий реализации программы.			- Форма для занятия,	Музыкальная колонка.	Педагогическое наблюдение.

	навыков					- Игрушки: водные; погружные; ведерки для поливания. - Плавательные доски (по количеству детей), - Ласты (по количеству детей).		
10.	Открытое занятие	Практическое занятие	метод			- Форма для занятия,	Музыкальн ая колонка.	Педагогическое наблюдение.
			наглядный	словесный	практический	- Игрушки: водные; погружные; ведерки для поливания.		
			- показ, - имитация, - зрительные и звуковые ориентиры, - помощь педагога	- объяснения, распоряжения- указания - использование образных сравнений	- повторение упражнений	- Плавательные доски (по количеству детей),		
			технологии					

			- технология развивающего обучения - здоровьесберегающая технология - технология личностно ориентированного обучения			- Ласты (по количеству детей).		
11.	Мониторинг освоения Программы	Практическое занятие	метод			- Форма для занятия, - Игрушки: водные;	Музыкальная колонка.	Педагогическое наблюдение, контроль, оценка
			наглядный	словесный	практический			
			- показ, - имитация,	- объяснения, распоряжения-	- повторение упражнений			

			- зрительные и звуковые ориентиры, - помощь педагога	указания - использование образных сравнений		погружные; ведерки для поливания. - Плавательные доски (по количеству		овладения навыками.
			технологии			детей),		
			- технология развивающего обучения - здоровьесберегающая технология - технология личностно ориентированного обучения			- Ласты (по количеству детей).		

4. Список литературы

Перечень литературы:

1. Булгакова Н.Ж. Плавание: Пособие для инструктора – общественника Н.Ж. Булгакова. – М.: Физкультура и спорт, 1984.-160 с.
2. Воронова Е.К. Программа обучения плаванию в детском саду. – Спб.: «Детство пресс», 2003.
3. Левин Г. Плавание для малышей / Пер. с нем. Л.Е. Микулин. – М.: Физкультура и спорт, 1974. – 95 с. – (Азбука спорта).
4. Малыхина, Л.Б. Проектирование разноуровневых дополнительных общеразвивающих программ / Л.Б. Малыхина, Н.А. Меньшикова, Ю.Е. Гусева, М.В. Осипова, А.Г. Зайцев. – СПб: ГАОУ ДПО «ЛООРО», 2019. – 155 с.
5. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Богина Т.Л. Обучение плаванию в детском саду: Книга для воспитателей детского сада и родителей Т.И.Осокина, Е.А.Тимофеева, Т.Л. Богина. – М.: Просвещение, 1991.-158 с.
6. Петрова Н.Л., Баранов В. А. Плавание. Техника обучения детей с раннего возраста / Н.Л. Петрова, В.А. Баранов. – М.: «Издательство ФАИР», 2008.- 120 с.
7. Плавание – крепость здоровья // Дошкольное воспитание. – 2001. – № 6.
8. Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ / Т.А. Тарасова. – М.: ТЦ Сфера, 2005. – 176 с. – (Приложение к журналу «Управление ДОУ»).

**Диагностика освоения дополнительной образовательной
(общеразвивающей) программы**

В процессе мониторинга исследуется уровень подготовленности детей по плаванию путем наблюдения за ребенком. В качестве критериев оценки выбран ряд контрольных упражнений.

Диагностический протокол освоения дополнительной образовательной
(общеразвивающей) программы

№ п/п	Ф.И обучающегося	Вход в воду (боязнь воды)	Передвижение в воде	Лежание на воде	Погружение в воду	Скольжение в положении стрелочка
1.						
2.						

Критерии оценки качества выполнения контрольных упражнений

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 все освоенные упражнения на суше и в воде.