

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 88
комбинированного вида Приморского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА

на педагогическом совете
ГБДОУ детский сад № 88
Приморского района Санкт - Петербурга
Протокол от 30.08.2024 № 1

УТВЕРЖДЕНА

Приказом ГБДОУ детский сад № 88
Приморского района Санкт - Петербурга
от 30.08.2024 № 67-од
Заведующий _____

Дополнительная общеразвивающая программа

«Быстрая волна»

Срок освоения: 36 дней

Возраст обучающихся: 6 - 7 лет

Разработчик:

Круглова О.В.
педагог дополнительного
образования

I.Пояснительная записка.

Данная программа составлена на основе действующих нормативно-правовых документов.

1.Основные характеристики программы.

Направленность ДОП: физкультурно-спортивная;

Адресат ДОП: Программа «Быстрая волна» предназначена для детей возраста 6 – 7 лет, независимо от их гендерной принадлежности.

Условия набора: без проведения дополнительного отбора.

Актуальность реализации ДОП:

Поиск новых путей и форм укрепления здоровья детей дошкольного возраста. Это объясняется рядом причин: экологически неблагоприятным образом жизни, повышенным потоком информации и высокой степенью утомляемости. Именно в первые семь лет у детей закладываются основы здоровья, формируется большее количество жизненно важных двигательных навыков и умений, создаются решающие предпосылки для всестороннего гармоничного развития личности. Дошкольники постоянно ощущают потребность в движении, объем которого обусловливается закономерностями роста детского организма, активным взаимодействием его с окружающей средой.

Особенность данной программы заключается в том, что в системе работы используются не только обучение детей плаванию по традиционной методике, но и на развитие координационных способностей дошкольников посредством использования акробатических упражнений в воде. Построение занятий в игровой форме с высоким уровнем положительных эмоций - это залог успешного обучения и воспитания, закаливающего эффекта и реализации других оздоровительных задач. Упражнения в игре подобраны таким образом, чтобы была возможность регулировать параметры нагрузки по интенсивности и сложности. Это позволяет предугадать усталость у детей и не терять контроль на занятии, в плане дисциплины. Данная программа с использование игр в занятиях плаванием благотворно влияет на психическое состояние детей дошкольного возраста, ведет к снижению эмоционального напряжения ребенка, уменьшению чувства тревожности, лучшей адаптации к непривычной среде.

Данная программа является актуальной на сегодняшний момент, так как составлена с учетом тенденций новых программ, реализующих принцип сотрудничества, предусматривающих внедрение в практику ДОУ личностно-ориентированную модель взаимодействия педагога с детьми.

Уровень освоения: общекультурный

Объем и срок освоения – 36 часов, 36 дней.

Цель программы: Улучшение функционального состояния центральной нервной системы, мышечной системы, дыхательной системы, сердечно - сосудистой системы.

Задачи:

Оздоровительные

- сохранять и укреплять здоровье детей содействовать их гармоничному психофизическому развитию;
- содействовать расширению адаптивных возможностей детского организма, повышению его защитных свойств и устойчивости к заболеваниям;
- совершенствовать опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку.

Обучающие

- формировать теоретические и практические основы освоения водного пространства;
- освоить технические элементы плавания;
- совершенствовать знания о способах плавания.

Развивающие

- обучить основному способу плавания «Кроль»;

- учить плавательным навыкам и умениям, умению владеть своим телом в непривычной среде;
- развивать физические качества (ловкость, быстрота, выносливость, сила и др.).

Воспитательные

- воспитывать двигательную культуру;
- воспитывать нравственно волевые качества, такие как смелость, настойчивость, уверенность в себе;
- воспитывать чувство заботы о своем здоровье.

Планируемые результаты

Личностные результаты:

В процессе освоения программы обучающиеся:

- эмоциональное и двигательное раскрепощение, чувство радости и удовольствие от движений в воде;
- сформированные нравственно-волевые качества (настойчивость, смелость, выдержка, сила воли);
- потребность в здоровом образе жизни и устойчивый интерес к занятиям по плаванию и данному виду спорта

Метапредметные результаты:

В процессе освоения программы обучающиеся:

- формирование стремления у детей дошкольного возраста к лучшему результату, с чётким осознанием зависимости между качеством выполнения упражнения и его результатом;
- расширение у детей дошкольного возраста кругозора в сфере активного образа жизни и самостоятельной двигательной деятельности;
- приобщение детей дошкольного возраста к регулярным занятиям физической культурой

Предметные результаты:

В процессе освоения программы обучающиеся:

- укрепление здоровья детей, снижение заболеваемости;
- расширение адаптивных возможностей детского организма;
- повышение показателей физического развития детей;
- расширение спектра двигательных умений и навыков в воде;

Организационно-педагогические условия реализации ДОП

Язык реализации – государственный язык РФ-русский.

Форма обучения – очная

Особенности реализации – использование не традиционного оборудования.

Возможность обучения детей с ОВЗ и детей-инвалидов: не имеется.

Условия набора и формирования группы – на обучение принимаются дети от 6 до 7 лет без специального отбора на основе заявления родителей (законных представителей).

Формы организации и проведения занятий:

Формы проведения занятий: типовое занятие, игровое занятие, соревнования.

Формы организации деятельности обучающихся на занятии: групповая

Материально-техническое оснащение:

Технические средства обучения:

- массажный коврик для ног, мячи (резиновые), теннисные мячи, обручи.

Информационное обеспечение

Материалы для обучающихся: доски для плавания, игрушки тонущие (колечки, бомбочки, кольца, палочки), игрушки плавающие - резиновые надувные фигуры

Учебный план

№ П\п	Наименование раздела, темы	Кол-во			Форма контроля
		Всего (часов)	Теория (мин)	Практика (мин)	
1	«Кто быстрее»,	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
2	«Ловишки»,	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
3	«Водолазы», »	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
4	«Найди игрушку»	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
5	«Котята»,	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
6	«Достань игрушку»,	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
7	«Водолазы»,	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
8	«Найди игрушку»,	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
9	«Ловишки»	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
10	«Пятнашки с мячом»,	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
11	«Караси»,	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
12	«Подводные лодки»,	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
13	«Шторм»,	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
14	«Ловишки»	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
15	«Достань игрушку»,	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
16	«Лягушки и цапля»,	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
17	««Ловишки»,	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
18	«Волейбол»	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
19	«Ловишки с мячом»,	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
20	«Водолазы»,	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
21	«Кораблики»,	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
22	«Ловишки»	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
23	«Поймай мач»,	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
24	«Щука и караси»,	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
25	«Волейбол»,	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
26	«Пятнашки»	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
27	«Пятнашки»,	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
28	«Ловишки с мячом»,	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
29	«Лягушки и цапля»,	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
30	«Догони»	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
31	«Щука и караси»,	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
32	«Достань игрушку»,	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
33	«Ныряльщики»,	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
34	«Водолазы»	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
35	«Ловишки»	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
36	Итоговое - «Ловишки», «Пятнашки»,	1	5	25	Текущий контроль, наблюдение
	Итого	36	180	900	

ПРИНЯТА

на педагогическом совете
ГБДОУ детский сад № 88
Приморского района Санкт - Петербурга
Протокол от 28.08.2025 № 1

УТВЕРЖДЕНА

Приказом ГБДОУ детский сад № 88
Приморского района Санкт - Петербурга
от 28.08.2025 № 67-од
Заведующий _____

Календарный учебный график реализации дополнительной общеобразовательной
программы «Быстрая волна» на 2025 – 2026 учебный год

Педагог: Круглова О.В.

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2025	29.05.2026	36	37	37	1 раза в неделю по 1 часу

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 88
комбинированного вида Приморского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА

на педагогическом совете
ГБДОУ детский сад № 88
Приморского района Санкт - Петербурга
Протокол от 28.08.2025 № 1

УТВЕРЖДЕНА

Приказом ГБДОУ детский сад № 88
Приморского района Санкт - Петербурга
от 28.08.2025 № 67-од
Заведующий _____

Дополнительная общеразвивающая программа

«Быстрая волна»

Срок освоения: 36 дней

Возраст обучающихся: 6 - 7 лет

Разработчик:

Круглова О.В.
педагог дополнительного образования

Задачи:***Оздоровительные***

- сохранять и укреплять здоровье детей;
- учить бережному отношению к своему здоровью, личной гигиене;
- развивать функциональные и адаптационные возможности детей и улучшать их работоспособность, закаливание организма;
- формирование правильной осанки;

Обучающие

- формировать двигательные умения и навыки;
- формировать знания о здоровом образе жизни;
- формировать знания о способах плавания.

Развивающие

- формировать теоретические и практические основы освоения водного пространства;
- освоить технические элементы плавания;
- обучить основному способу плавания «Кроль»;
- учить плавательным навыкам и умениям, умению владеть своим телом в непривычной среде;
- развивать физические качества (ловкость, быстрота, выносливость, сила и др.).

Воспитательные

- воспитывать двигательную культуру;
- воспитывать нравственно волевые качества, такие как смелость, настойчивость, уверенность в себе;
- воспитывать чувство заботы о своем здоровье.

Содержание программы

Теория	Практика	Контроль
Обще-развивающие упражнения на сухе. Круговая тренировка.	Обще-развивающие упражнения в воде – задержка дыхания, выдох в воду, скольжение на груди, работа ног (кроль на груди), игра «кто быстрее».	Наблюдение
Обще-развивающие упражнения на сухе с мячом.	Обще-развивающие упражнения в воде – бег в разных направлениях, работа ног (кроль) у бортика 4х10, скольжение, игра «ловишки».	Наблюдение
Обще-развивающие упражнения на сухе с шариком.	Обще-развивающие упражнения в воде – бег высоко поднимая бедро, задержка дыхания, выдох, скольжение 8 раз, работа ног (лежа на нудле), игра «водолазы».	Наблюдение
Обще-развивающие упражнения на сухе с гимнастической палкой.	Обще-развивающие упражнения в воде – бег по воде (с разным заданием), скольжение, работа ног с доской (задержка дыхания), игра «найди игрушку».	Наблюдение
Обще-развивающие упражнения на сухе с обручем.	Обще-развивающие упражнения в воде – задержка дыхания, выдох в воду, скольжение на груди, работа ног (кроль на груди), упражнение с теннисным шариком, игра «с «нудлом» (котята)».	Наблюдение
Обще-развивающие упражнения на сухе с каучуковым мячом.	Обще-развивающие упражнения в воде – скольжение, «звезда», «поплавок», упражнение с доской, работа рук, ног, упражнение с «нудлом» «бегемотики» игра «достань игрушку».	Наблюдение

Обще-развивающие упражнения на сухе, на гимнастической скамейке.	Обще-развивающие упражнения в воде – бег высоко поднимая бедро, задержка дыхания, выдох, скольжение 8 раз, работа ног (лежа на нудле), игра «водолазы».	Наблюдение,
Обще-развивающие упражнения на сухе с фитболом.	Обще-развивающие упражнения в воде – бег по воде (с разным заданием), скольжение, работа ног с доской (задержка дыхания), игра «найди игрушку».	Наблюдение,
Обще-развивающие упражнения на сухе с игольчатым мячом.	Обще-развивающие упражнения в воде – задержка дыхания, «звездочка», «стрелочка», работа ног, рук у бортика, игра «ловишки».	Наблюдение,
Обще-развивающие упражнения на сухе. Круговой метод, тренажёры	Обще-развивающие упражнения в воде – бег по воде (с разным заданием), скольжение, работа ног лежа на нудле, игра «пятнашки с мячом».	Наблюдение
Обще-развивающие упражнения на сухе. Круговая тренировка.	. Обще-развивающие упражнения в воде – скольжение 2x8 раз, «звездочка», «поплавок», игра «караси».	Наблюдение
Обще-развивающие упражнения на сухе с мячом.	Обще-развивающие упражнения в воде – бег, прыжки, выдержка, выдох в воду (быстрый), скольжение (в обруч), работа ног (лежа на доске), задержка дыхания, игра «подводные лодки».	Наблюдение
Обще-развивающие упражнения на сухе с шариком.	Обще-развивающие упражнения в воде – задержка дыхания, выдох в воду, скольжение 10 раз, работа ног (лежа на доске), игра «шторм».	Наблюдение
Обще-развивающие упражнения на сухе с гимнастической палкой.	Обще-развивающие упражнения в воде – задержка дыхания, выдох в воду, скольжение, работа ног с доской, игра «ловишки».	Наблюдение,
Обще-развивающие упражнения на сухе с обручем.	Обще-развивающие упражнения в воде – задержка дыхания, выдох (на воде шарик), скольжение, работа ног (и.п. лежа на спине), игра «достань игрушку».	Наблюдение
Обще-развивающие упражнения на сухе с каучуковым мячом.	Обще-развивающие упражнения в воде – задержка дыхания, выдох в воду 4x5 раз (у каждого бортика), работа ног (с доской) 2x8 раз, работа рук, ног (и.п. лежа на нудле), игра «лягушки и цапля».	Наблюдение
Обще-развивающие упражнения на сухе и.п. лежа на животе, лежа на спине.	Обще-развивающие упражнения в воде – задержка дыхания, выдох в воду, работа ног (у бортика) 4x10 раз, работа ног (в ластах), игра «ловишки».	Наблюдение,
Обще-развивающие упражнения на сухе на гимнастической скамейке.	Обще-развивающие упражнения в воде – задержка дыхания, выдох в воду 4x5 раз, скольжение, игра «подводные лодки», игра «волейбол».	Наблюдение
Обще-развивающие упражнения на сухе с фитболом.	Обще-развивающие упражнения в воде – задержка дыхания, выдох в воду, скольжение (разное положение рук), игра «ловишки с мячом».	Наблюдение,

Обще-развивающие упражнения на сухе. Круговой метод, тренажёры.	Обще-развивающие упражнения в воде – задержка дыхания 5 раз, выдох в воду 5 раз, скольжение (разное положение рук), работа рук, ног (и.п. лежа на доске), игра «водолазы».	Наблюдение
Обще-развивающие упражнения на сухе с игольчатым мячом.	Обще-развивающие упражнения в воде – задержка дыхания 2х3 раза, выдох в воду 2х3 раза, скольжение (и.п. руки прижаты к туловищу), работа ног с задержкой дыхания, игра «кораблики».	Наблюдение,
Обще-развивающие упражнения на сухе (круговая тренировка).	Обще-развивающие упражнения в воде – задержка дыхания 2х3 раза, выдох в воду 2х3 раза, скольжение (в обруч), работа ног с доской, выдох в воду, упражнение с шариком, игра «ловишки с мячом».	Наблюдение
Обще-развивающие упражнения на сухе с теннисным мячом.	Обще-развивающие упражнения в воде – бег в разном направлении, скольжение (разное положение рук), работа ног (и.п. лежа на нудле), игра «поймай мяч».	Наблюдение
Обще-развивающие упражнения на сухе с цилиндрами.	Обще-развивающие упражнения в воде – задержка дыхания , выдох в воду, скольжение с доской, работа ног (у бортика) 4х8 раз между бортиками скольжение, работа ног с доской (задержка дыхания) 6 раз, игра «щука и караси».	Наблюдение,
Обще-развивающие упражнения на сухе с гимнастической палкой.	Обще-развивающие упражнения в воде – задержка дыхания, выдох в воду, скольжение на груди (в руках мяч), работа ног (лежа на нудле), работа рук (лежа на нудле) по собачьи, игра «волейбол».	Наблюдение
Обще-развивающие упражнения на сухе с обручем.	Обще-развивающие упражнения в воде – задержка дыхания, выдох в воду, упражнения с мячом (бросок мяча), скольжение, работа ног, рук в координации, игра «пятнашки».	Наблюдение
Обще-развивающие упражнения на сухе. И.п. лежа на животе, на спине.	Обще-развивающие упражнения в воде – задержка дыхания, выдох в воду, скольжение (разное положение рук), работа рук «кроль» (с шариком), игра «пятнашки».	Наблюдение
Обще-развивающие упражнения на сухе с фитболом.	Обще-развивающие упражнения в воде – задержка дыхания, выдох в воду, скольжение, работа рук «кроль» (с доской), работа ног «кроль», игра «ловишки с мячом».	Наблюдение
Обще-развивающие упражнения на сухе. «Шведская» стенка	Обще-развивающие упражнения в воде – задержка дыхания, выдох в воду, скольжение на груди, на спине, работа ног (задержка дыхания) с доской, игра «лягушки и цапля».	Наблюдение
Обще-развивающие упражнения на сухе. Круговой метод, тренажёры.	Обще-развивающие упражнения в воде – задержка дыхания, выдох в воду, скольжение на груди, на спине, работа рук «кроль на груди» (с доской), работа ног (задержка дыхания) с доской, игра «догони».	Наблюдение
Обще-развивающие упражнения на сухе с шариком.	Обще-развивающие упражнения в воде – задержка дыхания, выдох в воду, скольжение на спине, работа рук «по собачьи», работа ног «кроль», игра «щука и караси».	Наблюдение

Обще-развивающие упражнения на суше с гимнастической палкой.	Обще-развивающие упражнения в воде – скольжение на груди, на спине, работа ног (у бортика) 6x8 раз, работа ног (с доской), работа рук, ног в координации (кроль на груди), игра «Достань игрушку».	Наблюдение
Обще-развивающие упражнения на суше с обручем.	Обще-развивающие упражнения в воде – задержка дыхания, скольжение на груди, на спине, работа ног (с доской), работа рук, ног в координации (кроль на груди), игра «ныряльщики».	Наблюдение
Обще-развивающие упражнения на суше с теннисным мячом.	Обще-развивающие упражнения в воде – задержка дыхания, скольжение на груди, на спине, работа ног (с доской) плыть под мостом, игра «водолазы».	Наблюдение
Обще-развивающие упражнения на суше с игольчатым мячом.	Обще-развивающие упражнения в воде – задержка дыхания, скольжение, работа ног, выдох в воду, упражнение с «нудлом», игра «ловишки».	Наблюдение
Обще-развивающие упражнения на суше с каучуковым мячом.	Обще-развивающие упражнения в воде – задержка дыхания, скольжение на груди, на спине, работа рук, ног в координации (кроль на груди), игра «ловишки».	Наблюдение
Обще-развивающие упражнения на суше. И.п. лежа на животе, на спине.	Обще-развивающие упражнения в воде – задержка дыхания, скольжение на груди, на спине, работа рук, ног в координации (кроль на груди), работа ног с доской, игра «водолазы».	Наблюдение
Обще-развивающие упражнения на суше. Круговая тренировка.	Обще-развивающие упражнения в воде – задержка дыхания у бортика 4x5 раз, скольжение 8 раз, работа ног у бортика, работа рук, ног в координации (кроль на груди), игра «пятнашки».	Наблюдение
Обще-развивающие упражнения на суше с мячом.	Обще-развивающие упражнения в воде – задержка дыхания, скольжение (в разном направлении), работа ног у бортика, работа рук, ног в координации (кроль на груди), игра «щука и караси».	Наблюдение

Календарно - тематический план

Тема занятия. Краткое содержание	Количество часов		Дата планируемая	Дата фактическая		
	очно					
	план	факт				
«Кто быстрее»,	1		05.09.2025			
«Ловишки»,	1		12.09.2025			
«Водолазы», »	1		19.09.2025			
«Найди игрушку»	1		26.09.2025			
«Котята»,	1		03.10.2025			
«Достань игрушку»,	1		10.10.2025			
«Водолазы»,	1		17.10.2025			
«Найди игрушку»,	1		24.10.2025			
«Ловишки»	1		31.10.2025			
«Пятнашки с мячом»,	1		07.11.2025			

«Караси»,	1		14.11.2025
«Подводные лодки»,	1		21.11.2025
«Шторм»,	1		28.11.2025
«Ловишки»	1		05.12.2025
«Достань игрушку»,	1		12.12.2025
«Лягушки и цапля»,	1		19.12.2025
««Ловишки»,	1		26.12.2025
«Волейбол»	1		16.01.2026
«Ловишки с мячом»,	1		23.01.2026
«Водолазы»,	1		30.01.2026
«Кораблики»,	1		06.02.2026
«Ловишки»	1		13.02.2026
«Поймай мач»,	1		20.02.2026
«Щука и караси»,	1		27.02.2026
«Волейбол»,	1		06.03.2026
«Пятнашки»	1		13.03.2026
«Пятнашки»,	1		20.03.2026
«Ловишки с мячом»,	1		27.03.2026
«Лягушки и цапля»,	1		03.04.2026
«Догони»	1		10.04.2026
«Щука и караси»,	1		17.04.2026
«Достань игрушку»,	1		24.04.2026
«Ныряльщики»,	1		08.05.2026
«Водолазы»	1		16.05.2026
«Ловишки»	1		22.05.2026
Итоговое - «Ловишки», «Пятнашки»,	1		29.05.2026

Методические и оценочные материалы

Учебно-методический комплекс:

Для реализации задач здоровьесбережения имеется подборка профилактических, развивающих упражнений (для глаз, для рук, для снятия напряжения и профилактики утомления и т.п.);

Интернет источники:

Технологии и методы, используемые при проведении занятий

Методы, используемые при проведении занятий

Словесные: объяснения, в форме образных выражений и сравнений, рассказ, беседы, команды, распоряжения и указания.

Наглядные: показ изучаемого движения в целостном виде, с разделением на части; анализ его с помощью наглядных пособий, видеосюжетов, жестов.

Практические: предусматривают многократное повторение движений сначала по элементам, а затем полностью; обучение в облегченных или усложненных условиях, изучение движений в игровой и соревновательной деятельности, выполнение контрастных движений.

Средства обучения плаванию.

Общеразвивающие и специальные упражнения «суша»:

- комплекс подводящих 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;
- упражнения на дыхание;
- открывание глаз в воде;
- всплытие и лежание на поверхности воды;
- скольжение по поверхности воды.

Упражнения для разучивания техники плавания «с опорой и без»: - движение рук и ног; - дыхание пловца;

- согласование движений рук, ног, дыхания;
- плавание в координации движений.

Простейшие спады и прыжки в воду:

- спады;
 - 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;
 - развитию физического качества.

Информационные источники

Список литературы для педагогов:

1. Алямовская В.Г. Современные подходы к оздоровлению детей в дошкольном образовательном учреждении. Учебно-методическое пособие. - М.: Педагогический университет «Первое сентября», 2005 год.
2. Булгакова Н.Ж. Игры у воды, на воде, под водой. – М.: Физкультура и спорт, 2000 год.
3. Еремеева Л.Ф. Научите ребёнка плавать. - Детство - Пресс, 2005 год.
4. Кардамонова Н.Н. Плавание: лечение и спорт. Серия «Панацея», Ростов на Дону: Феникс, 2001 год.
5. Кашапов А.Н. Начальное обучение плаванию. - Ч.П., 2006 год.
6. Маханева М.Д. Здоровый ребенок: Рекомендации по работе в детском саду и начальной школе: метод. Пособие. - М.: Физкультура и спорт, 1980 год.
7. Осокина Т.И. Как научить детей плавать - М. 1985 год.
8. Осокина Т.И. Тимофеева Е.А. Богина Т.Л. Обучение плаванию в детском саду. - М.; Просвещение, 1991 год.
9. Рыбак М.В. Плавай как мы! – М.: Обруч, 2014 год.
10. Рыбак М.В. Занятия в бассейне с дошкольниками. – М.: ТЦ Сфера, 2012 год.
11. Сидорова И.В. Как научить ребёнка плавать. - Айрис - Пресс, 2011 год.
12. Семёнов Ю.А. Навык плавания каждому. – М.: Физкультура и спорт. 1983 год.
13. Тимофеева Е.А. Осокина Т.И. Обучение плавания в д/с. М. - 2001 год.
14. Чеменева А.А. Столмакова Т.В. Система обучения плаванию детей дошкольного возраста. – СПб.: Издательство «Детство-Пресс», 2011 год.

Оценочные материалы

Цель диагностики – выявить уровень готовности детей младшего дошкольного возраста к обучению плаванию. Диагностируемые показатели: отсутствие боязни водной среды, свободное положение тела на воде. Диагностические задания были подобраны с учетом возрастных особенностей младших дошкольников.

Методика проведения.

Методики обследования представлены бально-уровневой системой оценки, они удобны для диагностики.

Способы проверки усвоения содержание по подготовке к обучению плаванию.

Оценка индивидуального развития детей по подготовке к обучению плаванию в младшей группе проводится с целью выявления результативности образовательного процесса, лежащего в основе планирования педагогического проектирования, определение наличия условий для развития воспитанника в соответствии с его возрастными особенностями, возможностями и индивидуальными склонностями, форме педагогической диагностики с использованием диагностического материала.

Критерии и формы оценки качества знаний

Формой оценки полученных навыков являются контрольные занятия, проводимые раз в два месяца.

№	Ф.И.	Работа ног на спине, на груди	«Звезда» на груди или спине, «Поплавок»	Скольжение на груди
1				
2				

Высокий уровень - выполнено 2 теста (1 тест – 5 баллов).

Средний уровень - выполнено 1 тест.

Низкий уровень – выполнено 0 тестов

Методические материалы

Материальное обеспечение программы

Шарики разного диаметра, мячи разного диаметра и цвета, лейки, ведра, картинки, плавающие и тонущие резиновые игрушки, нудлы, дополнительные соединительные элементы для нудлов, плавательные доски разного размера, плавательные пояса, нарукавники.

Методическое обеспечение программы

В бассейне имеется *инвентарь и оборудование* для обеспечения безопасности и страховки детей во время занятий: спасательные круги, плавательные доски, нарукавники.

В бассейне имеются *пособия и игрушки*, которые предназначены, для наиболее эффективной организации занятий: надувные игрушки, резиновые и пластмассовые игрушки, тонущие игрушки, мячи разного размера.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 204386788034329348492695391725163536704499088677

Владелец Торопова Наталья Сергеевна

Действителен С 11.09.2025 по 11.09.2026