

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №11 «Центр развития ребёнка» г. Конаково

Принято
на педагогическом совете
МБДОУ детского сада №11 ЦРР
г. Конаково
(протокол №1)
« 26 » августа 2024 года
Председатель *Валяева* Валяева Е. А.


« Утвержден »
Заведующий МБДОУ
детского сада №11 «ЦРР»
г. Конаково
Приказ №102
от 26 августа 2024г.
Валяева Валяева Е. А.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
"Школа плавания"
для детей 5 - 8 лет
(срок реализации программы 2 года)**

Автор программы:
Инструктор по физической культуре.
Шамкова Надежда Константиновна
Год разработки: 2024г.
Год начала реализации программы:
2024-2025 учебный год

г.Конаково, 2024г.

Содержание

№		страница
1	Пояснительная записка	3
2	Календарный учебный график	5
3	Учебный план	6
4	Содержание Программы	7
5	Учебно-тематический план	8
6	Мониторинг	12
7	Методические материалы	12
8	Средства обучения	13
9	Учебно-методическая литература	14

Пояснительная записка.

1.1. Значительные перемены в жизни нашего общества повлекли за собой большие изменения в общественной жизни, в ценностных установках. Возрастание ценности жизни, здоровья, активного долголетия и реализация человеческой индивидуализации всё чаще рассматриваются как критерии социального прогресса общества.

Формирование здоровья ребёнка, полноценное развитие его организма одна из основных проблем современного общества. Дошкольное воспитание должно быть пронизано заботой о физическом здоровье ребёнка и его психологическом благополучии. Для решения этой задачи необходимо ещё с малых лет формировать здоровый образ жизни, используя все средства физического воспитания, формировать жизненно необходимые двигательные навыки и умения.

Плавание является уникальным видом физических упражнений, превосходным средством для развития и совершенствования физических качеств ребёнка 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.

Одно из важнейших значений массового обучения плаванию детей дошкольного возраста- это залог безопасности на воде, осознанного безопасного поведения, а значит уменьшение несчастных случаев, потому что именно большой процент погибших на воде это дети. И для взрослых очень важно и значимо сохранить эти маленькие жизни. Ведь умение плавать приобретённое в детстве сохраняется на всю жизнь. И от того насколько будет эффективным процесс обучения, зависит сознательное отношение подрастающего поколения к себе, к своему здоровью. Обеспечение начального обучения плаванию представляет одну из самых важных и благородных целей в области физического воспитания, особенно среди подрастающего поколения.

Обучение плаванию в нашем дошкольном учреждении осуществляется на основе Программы обучения детей плаванию в детском саду Е.К.Вороновой. Это одна из базовых программ, в которой представлена система работы по обучению детей плаванию 3- 8 лет, а также раскрыты вопросы касающиеся организации и методики обучения.

Ведущая цель программы –создание благоприятных условий для оздоровления, закаливания и укрепления детского организма; обучение каждого ребёнка осознанно заниматься физическими упражнениями; обеспечение всестороннего развития психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями дошкольников.

Важными задачами программы являются:

Освоение основных навыков плавания.

Бережное отношение к своему здоровью.

Воспитание психофизических качеств(ловкости, быстроты, выносливости, силы и др.)

Формирование стойких гигиенических навыков.

В программе выделена закономерность поэтапного формирования соответствующих навыков плавания на основе использования системы упражнений и игр. Оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи физического воспитания решаются на основе приобретения нового социального опыта – освоения водной среды, которая предъявляет особые требования к двигательным способностям ребёнка. Предусматриваются основные требования к организации и проведению ОД по плаванию, обеспечению мер безопасности и выполнению необходимых санитарно – гигиенических правил.

В нашем дошкольном учреждении проводится целенаправленная работа по обучению детей плаванию, которая включает следующие формы:

1. образовательную деятельность по плаванию
2. беседы
3. проведение соревнований внутри ДОУ
4. развлечения, праздники на воде.

Программа ориентирует на поддержание положительного эмоционального отношения детей к занятиям на всех этапах обучения, стремлению к тому, чтобы упражнения и игры в воде доставляли им удовольствие и радость, побуждали их к самостоятельности, стремлению научиться плавать, осознавать ценность здорового образа жизни, бережному отношению к своему здоровью.

Направленность ДООП: физкультурно-спортивная

1.2. Данная программа оформлена в соответствии с нормативными документами:

- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 №196 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”
- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ
- Постановление Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека от 04.07 2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 №41 “Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 ”Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации

режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей” (вместе с “СанПиН 2.4.4.3172-14. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы...”)

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» ; - Письмо Минобрнауки России «Примерные требования к программам дополнительного образования детей» от 11.12.2006г. № 06-1844

Цели и задачи работы бассейна.

Цель: Охрана и укрепление физического и психического здоровья

Задачи:

Оздоровительные: направлены на гармоничное психофизическое развитие ребенка, совершенствование опорно – двигательного аппарата, формирование правильной осанки, повышение работоспособности организма приобщение ребенка к здоровому образу жизни.

Образовательные: формирование двигательных умений и навыков, развитие психофизических качеств (силы, ловкости, выносливости, гибкости и др.) и двигательных способностей (координации движений, дыхательных функций) у детей разных возрастных групп, формирование знаний о видах и способах плавания и собственном теле, об оздоровительном воздействии плавания на организм, осознанности двигательных действий, развитии пространственных ориентировок; усвоение спортивной терминологии, развитие внимания, мышления, памяти.

Воспитательные: направлены на воспитание двигательной культуры, нравственно-волевых качеств: смелости, находчивости, чувства собственного достоинства.

Требование к правилам безопасности перед образовательной деятельностью по плаванию

- Перед началом образовательной деятельности инструктор должен убедиться, что вода в бассейне соответствует температурному режиму и гигиеническому состоянию.
- Включить полностью освещение и убедиться в исправной работе светильников. Наименьшая освещенность должна быть: не менее 200лк (13 Вт/кв.м) при люминесцентных лампах не менее 100лк (32Вт/кв.м) при лампах накаливания.
- Перед образовательной деятельностью подготовить спасательные средства (спасательные круги, шесты и т.д.).
- Подготовить необходимый для данной образовательной деятельности инвентарь (мячи, трубочки, доски, надувные игрушки и т.д.), предварительно обработав их в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями.
- Раздевалки должны быть оборудованы шкафами или крючками для одежды, скамейками и стульями для раздевания / одевания, душевые – индивидуальными системами холодной и горячей воды. На пол в раздевалках кладутся резиновые коврики.
- У инструктора должен быть список детей которые приступили к ОД по плаванию. В случае недомогания плохого самочувствия ребенок к образовательной деятельности на воде не допускается.
- Во избежание падений детей убедиться в том, что коврики и дорожки надёжно укреплены на полу. Полы должны быть вытерты насухо перед каждой образовательной деятельностью. С целью обеспечения безопасности детей и предупреждения травматизма при выходе из бассейна и из душевой кладутся резиновые коврики, чтобы дети не скользили по мокрому полу.

Гигиенические требования к помещениям бассейна их оборудованию и качеству воды

ОД по плаванию с детьми дошкольного возраста должна проводиться в бассейнах, отвечающих всем санитарно-гигиеническим требованиям. В них обеспечивается: эффективная вентиляция, достаточная освещенность всех помещений; благоприятный уровень температуры и воздуха, поддерживается чистота и порядок. В соответствии с требованиями СанПиН температура воздуха в помещении бассейна поддерживается на уровне +29⁰С; в раздевалке и душевой +25, +26⁰С ; воды в бассейне +27-+30⁰С. Пол в бассейне подогревается, переходы отапливаются, принимаются меры к предупреждению сквозняков. Вода, подаваемая в бассейн, должна по всем показателям соответствовать ГОСТ 2874-82 «Вода питьевая» и удовлетворять следующим требованиям: мутность – не более 1,5 мг/л; цветность не более 20 град; прозрачность не менее глубины ванны (по кресту); запах и привкус – не более 2-х баллов; остаточный хлор – 0,3-

0,5мг/л; коли титр – не более 3-ех; допускается содержание аммиака не более 0,5мг/л; окисляемость – 4 мг/л.

При ежедневной смене воды способ ее дезинфекции, регулярность анализов качества, наличия остаточного хлора, а также система очистки чаши бассейнов устанавливаются районной санэпидстанцией с учетом количества занимающихся групп (пропускной способности), размеров бассейна.

- Дезинфекция чаши проводится при каждом сливе воды из бассейна. Ее тщательно моют мыльно-содовым раствором, чистят щеткой с последующим ополаскиванием горячей водой из шланга.
- В соответствии существующими рекомендациями в помещениях бассейна проводится ежедневная уборка, осуществляется проветривание, текущая дезинфекция помещений. Дезинфекции подлежат: обходные дорожки, полы, скамейки, резиновые коврики, дверные ручки, поручни. Их протирают ветошью, смоченной 0,5-1,1% раствором хлорамисепта. Периодически проводится дезинфекция панелей до уровня не менее 2 м от пола в зале бассейна, подсобных помещений (во время санитарных дней).

Требование безопасности во время работы

Инструктор должен провести с воспитанниками разминку, выполнив несколько упражнений на суше. Перед заходом в воду дети должны принять душ. Входить в бассейн можно только с разрешения инструктора. Воспитанники должны внимательно слушать и выполнять указания и команды инструктора.

- Во время образовательной деятельности по плаванию инструктор не должен оставлять воспитанников без присмотра, даже при низком уровне воды. За умеющими плавать следует осуществлять общее наблюдение.
- Воспитанникам запрещается нырять.
- Запрещается устраивать на воде опасные игры, в играх и развлечениях кричать слово «ТОНУ!!!», толкать, хватать друг друга за руки и за ноги, прыгать друг на друга.
- Для предупреждения судорог нельзя находиться в холодной воде более 5 минут и делать быстрые и резкие движения, которые ведут к чрезмерному утомлению мышц.
- При судорогах следует не теряться, стараться держаться на воде и позвать на помощь.
- Почувствовав озноб, недомогание, усталость, необходимо быстро выйти из воды, растереться сухим полотенцем, поставить в известность инструктора о состоянии здоровья.
- Инструктор должен научить детей правильно пользоваться плавательными средствами и инвентарём, бережно относиться к ним.

Требования безопасности в чрезвычайных ситуациях

- При появлении любых признаков чрезвычайной ситуации (во время занятий погас свет в бассейн, запах жженой изоляции, задымление и др.) немедленно прекратить занятия вывести детей из воды. ОД продолжить только после устранения неисправности.

- При получении воспитанниками травмы немедленно сообщать об этом руководителю учреждения, уметь оказать первую помощь пострадавшему. При необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.
- Приёмы, способы и последовательность действий спасателя подробно изложены в инструкции по оказанию первой доврачебной помощи, действующей в образовательном учреждении.
- После окончания действий оперативного характера инструктор должен проверить воспитанников по списку.

Требования безопасности по окончании образовательной деятельности по плаванию

- По окончании образовательной деятельности дети должны организованно выйти из воды, принять тёплый душ, насухо вытереться полотенцем и сразу же одеться.
- Привести в исходное положение весь инвентарь, провести уборку, проветрить помещение.

Бассейн оборудован приборами, позволяющими контролировать и поддерживать соответствующее санитарно-гигиеническое состояние: термометры для измерения температуры воздуха и воды; кварцевыми лампами.

Пособия и игрушки для эффективной организации занятий по плаванию, проведения упражнений и игр, способствующих успешному формированию навыков плавания.

- плавательные доски 14 шт.
- надувные круги разных размеров 16 шт.
- нарукавники 4 пары.
- разделительная дорожка 3 шт.
- мячи разных размеров 35 шт.
- кольца тонущие 2 шт.
- обручи со специальным центром тяжести для вертикального расположения в воде 2 шт.
- обручи цветные 4 шт.
- цветные палочки 6 шт.
- игрушки плавающие 20 шт.
- игрушки тонущие 10 шт.
- оборудование для ОРУ и игр в воде
- коврик цветной 30 шт.

Раздевалка.

скамья	4 шт.
фен для сушки волос	4 шт.
зеркало	1 шт.
шкаф для хранения хоз.инвентаря	2 шт.

Хоз.инвентарь.

Ведро пластик	3шт.
Ведро эмалированное	2 шт.
Таз пластик	2шт.
Щётка для чистки чаши	1 шт.
Щётка для мытья ковриков	1 шт.
Швабра	3 шт.
Веник	1 шт.

ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА

- магнитофон
-

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

- Календарное планирование образовательной деятельности по плаванию;
- Перспективно – тематическое планирование образовательной деятельности по плаванию;
- Программа и расписание занятий кружка «Школа плавания»
- Журнал учета посещаемости воспитанников.
- Журнал регистрации и контроля бактерицидной обработки.
- Журнал мониторинга подготовленности детей дошкольного возраста по плаванию

Данная образовательная программа реализуется с детьми старшего и подготовительного к школе возраста, не имеющими противопоказаний. Образовательная программа реализуется с детьми, не имеющими медицинских противопоказаний. **Возраст детей**, участвующих в реализации данной программы 5-8 лет.

1.3.Период реализации образовательной программы – 2 года

1.4.Форма обучения – очная

1.5.Форма организация занятий –подгрупповая(до 12 человек)

1.6.Ожидаемые результаты и способы определения их результативности.

По окончании первого года обучения ребенок научится:

- спускаться в воду с последующим погружением;
- передвигаться в воде шагом: на носках, перекатом, приставными шагами, мелким и широким шагом, с высоким подниманием колена, в полу приседе, с поворотами;
- передвигаться в воде бегом: в колонне по одному, парами, «змейкой», со сменой темпа, ведущего, по диагонали, с высоким подниманием колена, на носках, челночный бег;
- погружаться в воду до уровня шеи, подбородка, глаз, с головой, задерживая дыхание на вдохе, делать выдох в воду;
- скользить на животе: держась за поручень, за плавательную доску; опираясь руками о дно; держась на плаву самостоятельно; поднимать голову, делать вдох и опускать голову с выдохом в воду;
- двигать ногами кролем: на груди из исходного положения сидя упор сзади; в упоре лежа на животе; лежа, держась за поручень, плавательную доску, свободно;
- скользить на животе без работы ног и с работой ног кролем; с плавательной доской и без; с выдохом в воду и задержкой дыхания.

По окончании второго года обучения ребенок научится:

- спускаться в воду с последующим погружением; уходя под воду с головой, открывать глаза, разглядывать предмет;
- передвигаться в воде различным шагом
- передвигаться в воде бегом: в разных построениях, челночным бегом, в медленном темпе с помощью и без помощи рук, выполняя гребковые движения
- погружаться в воду с головой, задерживая дыхание на вдохе; собирать предметы под водой; нырять;
- скользить на животе: на груди без и с работой ног, с круговыми движениями рук, с опорой о поручень, плавательную доску и без опоры, с поворотом головы для вдоха и с задержкой дыхания;
- Способами определения результативности реализации данной программы является наблюдение, проведение диагностики сформированности плавательных навыков.

- Основным показателем успешной реализации программы является устойчивое позитивно – эмоциональное отношение ребенка к воде, общее позитивное самовосприятие, а также сформированность плавательных навыков.

1.10. Формами подведения итогов реализации данной программы являются:

- проведение внутрисадовых спортивных праздников, соревнований;
- участие в городском турнире по плаванию.

2. Календарный учебный график

Чередование учебной деятельности и плановых перерывов:

Начало занятий 2 октября, конец занятий – 30 апреля.

2-13 октября – диагностический период;

16 октября – 22 декабря – период образовательной деятельности

25 декабря -8 января – новогодние каникулы (две недели)

19 января –16 апреля период образовательной деятельности

17 апреля –30 апреля – диагностический период;

Содержание образовательной работы с детьми осуществляется с детьми старшего и подготовительного к школе возраста 1 раз в неделю, в соответствии с расписанием, утвержденным руководителем.

3. Учебный план

3.1. **Учебный план** охватывает следующие разделы (учебные предметы): развитие двигательных навыков, общефизическую подготовку, специальную подготовку, освоение передвижений в воде, развитие навыков погружения, диагностические мероприятия. Все занятия практические.

РАЗДЕЛ	Старшая группа		Подготовительная группа	
	Количество минут(часов) в неделю	В год	Количество минут(часов) в неделю	В год
Двигательные навыки	5 минут	2ч 15 мин	5 мин	2ч 15 мин
Упражнения для общефизической подготовки	5 минут	2ч 15 мин	5 мин	2ч 15 мин
Упражнения для специальной подготовки	5 минут	2ч 15 мин	5 мин	2ч 15 мин

Игры для ознакомления со свойствами воды и освоения передвижений в воде	5 минут	2ч 15 мин	10 мин	4ч 10 мин
Игры для приобретения навыков погружения в воду	5 минут	2ч 15 мин	5 мин	2ч 15 мин
Мониторинг (диагностика)		1 час 40 мин		2 часа
ИТОГО в неделю/ год	25 минут	12ч 55 мин	30 мин	15 час 10 мин

3.2. Режим занятий: Занятия организуются в первую или вторую половину дня. С воспитанниками старших и подготовительных к школе групп проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность образовательной деятельности в зависимости от возраста воспитанников составляет в старшей – 25 мин., в подготовительной группе 30 мин.

4. Содержание Образовательной программы.

Образовательная программа реализуется в период отопительного сезона.

Посещение бассейна воспитанниками осуществляется после осмотра и допуска медицинским работником.

Расписание образовательной деятельности в бассейне, составляется с учетом наиболее благоприятного режима для воспитанников, их возрастных особенностей, установленных санитарно-гигиенических норм, с учетом рациональной загрузки чаши бассейна и в соответствии с общим расписанием образовательной деятельности Учреждения. Образовательная деятельность включает отработку двигательных навыков, упражнения для общефизической подготовки, для специальной подготовки, игры для ознакомления со свойствами воды и освоения передвижений в воде, игры для приобретения навыков погружения в воду. Два раза в год в течение недели организуется диагностика усвоения программного материала.

Методы обучения:

-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, жестов.

-Практические: предусматривают многократное повторение движений, сначала по элементам, а затем полностью; изучение движений в игровой и соревновательной деятельности, выполнение контрастных движений.

Первый год обучения старшая группа.

У детей старшей группы закрепляются умения и навыки плавания, приобретенные на занятиях в средней группе. Упражнения в воде и игры выполняются без поддержки взрослого. Большое значение уделяется воспитанию у детей организованности и дисциплинированности.

Продолжается знакомство со спортивными и облегченными видами плавания. Особое внимание обращается на работу рук при плавании разными способами, согласование работы рук с дыханием. На каждом занятии прорабатываются все плавательные движения.

Идет работа над формированием навыков плавания; умением владеть своим телом в непривычной среде; навыков личной гигиены; воспитанием бережного отношения к своему здоровью.

Детей учат согласовывать свои действия с движениями сверстников; реагировать на сигнал и действовать в соответствии с ним; начинать и заканчивать упражнение одновременно, соблюдать предложенный темп.

месяц	неделя	Задачи обучения.
Октябрь	1-2 недели	Диагностика;
	3 неделя	Игры с погружением в воду, передвижением и ориентированием под водой. Погружения в воду с рассматриванием предметов
	4 неделя	Развлечение. Игры с погружением в воду, рассматриванием предметов
Ноябрь	5 неделя	Игры с погружением в воду, передвижением и ориентированием под водой. Погружения в воду с рассматриванием предметов
	6 неделя	Погружение в воду с рассматриванием предметов. Ныряние, упражнения на всплытия
	7 неделя	Ныряние. Упражнения на всплытие. Игры с погружением в воду, передвижением и ориентированием под водой.
Декабрь	8 неделя	Лежание на груди.
	9 неделя	Ныряние. Скольжение в воде со вспомогательными снарядами.
	10 неделя	Лежание на груди. Скольжение в воде со вспомогательными снарядами.
Декабрь - Январь	25.12-8.01	каникулы
Январь	11 неделя	Лежание на спине, скольжение на груди, отталкиваясь от дна.
	12 неделя	Лежание на груди.
	13	Лежание на спине, скольжение в сочетании с движением

	неделя	рук.
Февраль	14 неделя	Скольжение в воде со вспомогательными снарядами, скольжение на спине отталкиваясь от дна.
	15 неделя	Минитурнир.
	16 неделя	Скольжение на груди отталкиваясь от дна. Скольжение в сочетании с выдохом в воду
	17 неделя	Лежание на спине. Скольжение в воде со вспомогательными снарядами.
Март	18 неделя	Скольжение в воде со вспомогательными снарядами. Свободное плавание
	19 неделя	Скольжение на груди отталкиваясь от дна, скольжение в сочетании с движением рук, скольжение на спине отталкиваясь от стенки бассейна, выполнение гребковых движений руками в скольжении.
	20 неделя	Скольжение в сочетании с выдохом в воду, скольжение на спине отталкиваясь от дна, скольжение на спине с движениями рук.
	21 неделя	Водные соревнования
	22 неделя	Скольжение в сочетании с движением рук Скольжение на спине отталкиваясь от дна, свободное плавание.
Апрель	23 неделя	Скольжение на спине отталкиваясь от стенки бассейна, выполнение гребковых движений руками в скольжении.
	24 неделя	Скольжение на спине с движениями рук.
	25 неделя	Скольжение на спине отталкиваясь от стенки бассейна. Выполнение гребковых движений руками в скольжении
	26-27 недели	Диагностика;

Второй год обучения подготовительная группа.

Осваиваются умения и навыки способов плавания. В играх и упражнениях воспитывается самостоятельность, сдержанность, организованность, умение творчески использовать приобретенные навыки. Процесс обучения старших дошкольников уплотняется, интенсивнее становится формирование навыков подготовительных упражнений. Использование игр – эстафет и включение

элементов соревнования с установкой на лучшее качество выполнения позволяет создать эмоциональное отношение ребенка к выполняемому заданию.

Детей учат самостоятельному горизонтальному лежанию на груди и на спине; многообразным выдохам в воду; скольжению на груди и на спине; работе ног, как при плавании кролем, на груди и на спине в скольжении.

Педагог способствует формированию правильной осанки. Воспитывает организованность и чувство коллективизма. Учит детей воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнения. Добивается уверенного и активного выполнения основных элементов техники движений. Закрепляет умение ориентироваться в пространстве.

месяц	неделя	Задачи обучения.
Октябрь	1-2 недели	Диагностика;
	3 неделя	Погружения в воду с рассматриванием предметов Ныряние, упражнения на всплывания. Игры с погружением в воду, передвижением и ориентированием под водой.
	4 неделя	Развлечение. Игры с погружением в воду, ныряние, ориентирование под водой
Ноябрь	5 неделя	Игры с погружением в воду, передвижением и ориентированием под водой.
	6 неделя	Погружения в воду с рассматриванием предметов.
	7 неделя	Ныряние. Упражнения на всплывание.
	8 неделя	Лежание на груди.
Декабрь	9 неделя	Ныряние. Скольжение в воде со вспомогательными снарядами.
	10 неделя	Лежание на груди. Скольжение в воде со вспомогательными снарядами.
Декабрь- Январь	25.12-8.01	Новогодние каникулы
Январь	11 неделя	Лежание на спине, скольжение на груди, отталкиваясь от дна.
	12 неделя	Лежание на груди.
	13 неделя	Лежание на спине, скольжение в сочетании с движением рук.
Февраль	14 неделя	Скольжение в воде со вспомогательными снарядами, скольжение на спине отталкиваясь от дна.
	15 неделя	Минитурнир
	16 неделя	Скольжение на груди отталкиваясь от дна. Скольжение в сочетании с выдохом в воду

	17 неделя	Лежание на спине.
Март	18 неделя	Скольжение в воде со вспомогательными снарядами. Свободное плавание
	19 неделя	Скольжение на груди отталкиваясь от дна, скольжение в сочетании с движением рук, скольжение на спине отталкиваясь от стенки бассейна, выполнение гребковых движений руками в скольжении.
	20 неделя	Скольжение в сочетании с выдохом в воду, скольжение на спине отталкиваясь от дна, скольжение на спине с движениями рук.
	21 неделя	Турнир по плаванию
	22 неделя	Скольжение в сочетании с движением рук Скольжение на спине отталкиваясь от дна, свободное плавание
Апрель	23 неделя	Скольжение на спине отталкиваясь от стенки бассейна, выполнение гребковых движений руками в скольжении
	24 неделя	Скольжение на спине с движениями рук Выполнение гребковых движений руками в скольжении. Свободное плавание
	25 неделя	Скольжение на спине отталкиваясь от стенки бассейна Скольжение на спине с движениями рук. Выполнение гребковых движений руками в скольжении. Свободное плавание.
	26-27 неделя	Диагностика

5. Мониторинг.

Сроки проведения мониторинга: 2 раза в учебный год – октябрь, апрель.

Форма проведения: использование игровых заданий, наблюдение за деятельностью детей.

Ответственные за проведение мониторинга: Общее руководство осуществляет старший воспитатель, диагностика проводится инструктором по физкультуре при участии воспитателя под контролем медицинского работника. Результаты диагностики используются для индивидуализации образования, поддержки ребенка, оптимизации работы с подгруппой детей.

- Показатели первого года обучения (5-6 лет) –

- Передвижение в воде на руках по дну
- опускание лица в воду, открывание глаз в воде

- погружение в воду с головой, выдох в воду

-Показатели второго года обучения 6-8 лет

- выполнение игровых упражнений «Поплавок», «Звездочка»,

-скольжение по воде

- Плавание кролем

6. Методические материалы.

Комплексы ОРУ, различных гимнастик (дыхательная, пальчиковая и др.
Упражнения для профилактики плоскостопия и сколиоза.

Картотека игр, способствующих:

*ознакомлению со свойствами воды; выработке навыка лежания на воде;

*выработке навыка скольжения;

*закреплению плавательных движений;

*овладению простейшими прыжками

*Картотека игр, обучающих: дыханию; погружению и всплытию.

7. Средства обучения

Для реализации программы используется бассейн, раздевалка и сухой зал, отвечающие педагогическим и санитарно-гигиеническим нормам.

(Материально-техническое обеспечение образовательной программы)

	Наименование	Количество
1	Дорожка разделительная длиной 8 м	2
2	Плавательные доски разных размеров	12
3	Мячи резиновые разных размеров	12
4	Игрушки и предметы плавающие различных форм и размеров	20
5	Игрушки и предметы тонущие различных форм и размеров	20
6	Коврик резиновый	30
7	Нарукавники разных размеров	8
8	Надувные круги разных размеров	20

9	Обручи плавающие (горизонтальные)	4
10	Шапочки для плавания	12
11	Судейский свисток	2
12	Термометр комнатный	1
13	Термометр для воды	1
14	Часы настенные	1
15	Дорожка для профилактики плоскостопия из 4 ковриков с шипами	1
16	Секундомер	1

8. Учебно-методическая литература

1. Е.К. Воронова Программа обучения детей плаванию в детском саду. Санкт-Петербург ДЕТСТВО-ПРЕСС 2010 год

НОРМАТИВНО-ПРАВОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Закон 273-ФЗ «Об образовании в РФ», 2014г
2. СанПиН 2.4.1.3049-13, Москва, 2013г
3. Приказ № 544н от 18.10.2013г «Об утверждении профессионального стандарта»
4. Приказ № 1014 от 30.08.2013г «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования», Москва, 2013г
5. Федеральные требования к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников (Утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 09.12.2010г. № 1639)
6. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»
7. Инструктивное письмо «Об организации работы и оплате труда инструктора по физической культуре в дошкольном учреждении»

**Список детей зачисленных на образовательную деятельность по
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
« Школа плавания».**

Старшая группа.

Астафьев Семён.
Аристова Ангелина.
Гуранская Анастасия.
Дымочка Фёдор.
Знаменский Илья.
Иванов Матвей.
Иваненко Виктория.
Круглов Артём.
Лужецкова Анастасия.
Лишанов Михаил.
Петерсон Дарья.
Прибылых Лидия.
Сафарбекова Сабрина.
Семёнова Мария.

Подготовительная группа.

Акишин Фёдор.
Бородулин Тимофей.
Дёмина Алина.
Кузнецов Роман.
Кучеренко Макар.
Молочковецкий Артём.
Муратова Анастасия.
Панов Дмитрий.
Родионова Дарья.
Соин Марк.
Синицына Арина.
Симонян Эвелина.
Христофоров Андрей.
Чалаузов Глеб.