

**Белоярский район  
Ханты-Мансийский автономный округ – Югра**

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
Белоярского района «Детский сад «Семицветик» г. Белоярский»  
(МАДОУ «Детский сад «Семицветик» г. Белоярский»)**

**ПРИНЯТА**  
Педагогическим советом  
протокол № 01 от 28 августа 2020 г.

**УТВЕРЖДЕНА**  
приказом заведующего МАДОУ  
Детский сад «Семицветик» г.  
Белоярский»  
от 28 августа 2020 года № 319

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ФИЗКУЛЬТУРНО –  
СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«НЕПТУН»  
(1 год обучения)**

Возраст обучающихся: 4-5 лет  
Срок реализации программы: 7 месяцев  
Количество часов: 36

Автор-составитель программы:  
Воробьева Анжела Ивановна,  
инструктор по физической культуре

г. Белоярский

## Содержание

<b>1</b>	<b>Пояснительная записка</b> .....	<b>5</b>
	актуальность программы.....	5
	уровень сложности и направленность программы.....	6
	цели и задачи программы.....	6
	характеристика категории обучающихся.....	7
	объем и сроки освоения программы.....	8
	форма обучения.....	8
	планируемые результаты освоения программы.....	8
<b>2</b>	<b>Содержание программы</b> .....	<b>9</b>
	учебный план.....	10
	календарный план.....	21
<b>3</b>	<b>Организационно-педагогические условия реализации программы</b> .....	<b>21</b>
	кадровые условия.....	21
	обеспеченность методическими материалами и средствами.....	21
	материально-техническое обеспечение.....	21
<b>4</b>	<b>Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения Программы</b> .....	<b>22</b>
<b>5</b>	<b>Список литературы</b> .....	<b>27</b>

## Паспорт Программы

Наименование дополнительной образовательной услуги	Проведение занятий по обучению детей плаванию
Наименование Программы	Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Нептун»
Основание для разработки	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ» с изменениями и дополнениями;</li> <li>➤ Приказ Минпросвещения России от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;</li> <li>➤ Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 №09-3242);</li> <li>➤ СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» с изменениями и дополнениями;</li> </ul>
Автор - составитель	Воробьева А.И.
Целевая группа	Обучающиеся 4-5 лет
Цель Программы	Развитие плавательной и физической подготовленности детей дошкольного возраста с использованием элементов фигурного плавания и аквааэробики.
Задачи Программы	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Формировать теоретические и практические основы освоения водного пространства.</li> <li>➤ Развивать плавательные навыки через разучивание синхронных упражнений и композиций.</li> <li>➤ Способствовать освоению элементов фигурного плавания.</li> <li>➤ Способствовать освоению элементов аквааэробики.</li> <li>➤ Формировать умение построения элементов фигурного плавания на воде.</li> <li>➤ Способствовать расширению спектра двигательных умений, двигательной памяти.</li> <li>➤ Воспитывать бережное отношение к своему здоровью, привычку к закаливанию.</li> <li>➤ Способствовать проявлению творческой</li> </ul>

	активности.
Сроки реализации Программы	1 учебный год с 01.11.2020 по 31.05.2021
Ожидаемые конечные результаты реализации Программы	<p>В результате освоения программы «Нептун» обучающиеся научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Держаться на воде и плавать следующими способами: «Дельфин», «Кроль», «Брасс».</li> <li>➤ Ориентироваться в понятиях «акваэробики», «фигурное плавание».</li> <li>➤ Характеризовать роль и значение плавания, закаливания, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья.</li> <li>➤ Выполнять базовые элементы фигурного плавания.</li> <li>➤ Выдерживать длительную интенсивную физическую нагрузку.</li> <li>➤ Выстраивать фигуры из элементов фигурного плавания на воде.</li> <li>➤ Придумывать свои упражнения и композиции под музыку.</li> <li>➤ Выразительно выполнять движения, отражая предложенный образ и характер музыки.</li> <li>➤ Планировать свою деятельность.</li> </ul> <p>В результате освоения программы «Нептун» обучающиеся получают возможность:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Реализовать свой творческий потенциал направленный на совершенствование плавательных навыков через разучивание синхронных упражнений и композиций.</li> <li>➤ Демонстрации результатов своих достижений.</li> <li>➤ Расширять знания по данному направлению, разрабатывать и воплощать свои творческие замыслы соответственно своим образовательным потребностям.</li> </ul>

## 1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Нептун» разработана с учетом Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»; приказа Минпросвещения России от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 №09-3242); СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» с изменениями и дополнениями.

### **Актуальность**

Актуальность программы определена тем, что занятия плаванием в сочетании с аквааэробикой и фигурным плаванием позитивно влияют на психическую и эмоциональную сферу детей, обеспечивая высокий уровень усвоения программы, и решают главную задачу оздоровления детей в детском саду. Плавание является универсальным средством закаливания, физического развития, воспитания, стимулом к активному развитию ребенка, воздействует практически на все органы и системы детского организма: оказывает благотворное влияние на сердечно-сосудистую систему, улучшается терморегуляция, увеличивается интенсивность кровотока, укрепляются сердечные мышцы, способствует улучшению газообмена, благотворное воздействие на нервную систему, «снимая» утомление, улучшая сон и повышая работоспособность. Выполнение статических упражнений в воде способствует самовытяжению позвоночника, его естественной разгрузке при одновременном укреплении всех групп мышц. В результате формируется правильная осанка. Плавание благотворно влияет на формирование личностных качеств ребенка: настойчивости и решительности, смелости и дисциплинированности. На занятиях по обучению плаванию у ребенка воспитывается самостоятельность и целеустремленность, поэтому неслучаен интерес к обучению плаванию детей уже с самого раннего возраста. Процесс обучения плаванию требует от детей произвольного внимания и сосредоточенности. Малыши постепенно приучаются слушать объяснения педагога, звуковые сигналы, внимательно следить за наглядными ориентирами. Кроме того, в процессе плавания развиваются и различные виды памяти – двигательная, образная, эмоциональная и словесно – логическая.

Программа предусматривает обучение детей плаванию через игры и игровые упражнения, а также развитие движений по аквааэробике и фигурному плаванию. Высокая эмоциональность, музыкальное сопровождение, большое разнообразие интересных упражнений и элементов будут способствовать развитию плавательной подготовленности, развитию физических качеств, творческих и психических способностей детей. Особенно велико их оздоровительное и укрепляющее воздействие на интенсивно развивающийся детский организм. Основу комплексов по аквааэробике и фигурному плаванию составляют простые, но вместе с тем разнообразные движения (общеразвивающие, имитационные, танцевальные и др.), позволяющие выразить эмоциональные состояния, сюжеты, образы. Также стимулируют развитие творческих способностей ребенка, элементов актерского мастерства, формируют умение произвольно управлять своим телом и движениями, развивают умение согласовывать движения с характером и темпом музыки, ребенок реализует свою естественную потребность в двигательной активности. Содержание материала каждого занятия направлено на решение нескольких задач, которые взаимосвязаны и взаимообусловлены друг с другом, объединяясь в одну общую. Содержание занятий строится в порядке возрастающей

сложности, постепенного увеличения нагрузки, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

Отличительной особенностью программы является то, что помимо традиционных методов обучения основам плавания в программу включены элементы аквааэробики с элементами танца, фигурного плавания, использование нестандартного спортивного оборудования. Программа содержит упражнения на развитие акватворчества, игры и игровые задания, восстановительные упражнения, эстафеты на воде. К тому же построение программы позволяет проявлять творчество в движениях в воде, согласовывать движения с музыкой, исполнять коллективные композиции, активно использовать художественное слово.

#### **Уровень сложности и направленность программы**

Уровень сложности программы – общекультурный (стартовый). Предполагает освоение первоначальных знаний и знакомство со спецификой данного направления. Формы обучения общедоступные и универсальные, сложность материала – минимальная. Направленность программы – физкультурно-спортивная.

**Целью программы** является развитие плавательной и физической подготовленности детей дошкольного возраста с использованием элементов фигурного плавания и аквааэробики.

#### **Задачи программы:**

- Формировать теоретические и практические основы освоения водного пространства.
- Развивать плавательные навыки через разучивание синхронных упражнений и композиций.
- Способствовать освоению элементов фигурного плавания.
- Способствовать освоению элементов аквааэробики.
- Формировать умение построения элементов фигурного плавания на воде.
- Способствовать расширению спектра двигательных умений, двигательной памяти.
- Воспитывать бережное отношение к своему здоровью, привычку к закаливанию.
- Способствовать проявлению творческой активности.

Для решения поставленных задач на занятиях кружка применяются инновационные формы работы по плаванию – аквааэробика с элементами танца и фигурное плавание. Использование дифференцированного подхода позволяет ускорить процесс освоения техники плавания посредством включения новых форм двигательной активности, в том числе освоение навыков выполнения движений в группе, а также развития умения согласовывать свои движения с темпом и характером музыки. Здоровьесберегающие технологии направлены на сохранение и укрепление здоровья обучающихся.

Содержание программы состоит из следующих разделов: «Введение», «Аквааэробика с элементами танца», «Углубленное обучение плаванию», «Фигурное плавание», каждый из которых, содержит разделы и реализует отдельную задачу, основываясь, прежде всего, на интересах детей и способствуют раскрытию индивидуальных способностей.

Все разделы предусматривают не только усвоение теоретических знаний, но и формирование практических умений, навыков. Теоретические занятия направлены на формирование: знаний обучающихся по предмету, приобретают определенную систему знаний о физических упражнениях на воде, их структуре, оздоровительном воздействии на организм. Практические занятия способствуют развитию у детей плавательных навыков через разучивание синхронных упражнений и композиций; умению проявлять творчество в движениях в воде, согласовывать движения с музыкой, исполнять коллективные композиции. На занятиях обучающиеся осваивают основные способы

техники плавания, элементы аквааэробики и фигурного плавания, умение действовать слаженно, плавному переходу от одного рисунка к другому и т. д.

Для восприятия и развития навыков плавания обучающихся программой предусмотрены основные методы: словесный: объяснения, указания, беседа, рассказ, заучивание терминологии, команды, распоряжения, пояснения, которые помогают обучающимся создать представление об изучаемом движении, понять его форму, содержание, направленность воздействия, осмыслить и устранить; наглядный: показ пособий и видеоматериалов, показ упражнений и приёмов, имитация, зрительные ориентиры, показ инструктора; практический: выполнение упражнений в команде и индивидуально, повторение упражнений, игры, выполнение контрольных нормативов.

### **Характеристика категории обучающихся**

В старшем дошкольном возрасте изменения основных показателей физического развития протекают менее согласованно и плавно, чем в предыдущем возрастном периоде. Совершенствуются основные нервные процессы, существенно улучшается их подвижность, уравновешенность, устойчивость. Однако еще остаются достаточно выраженными относительно быстрая функциональная истощаемость нервных клеток и развитие охранительного торможения при перегрузках. Происходит дальнейший рост и развитие всех органов и физиологических систем. Изменяется форма грудной клетки, завершается процесс ее формирования и окостенения, устанавливается грудной тип дыхания. Изменяется соотношение размеров головы и туловища, они приближаются к соотношению этих показателей у взрослых. Существенно увеличивается длина верхних и нижних конечностей; начинается сращение тазовых костей; появляются точки окостенения в позвонках, формируется осанка — к семи годам у детей четко выражены изгибы в шейном и грудном отделах позвоночника. В этом возрасте более развитыми оказываются те группы мышц, которые активнее действуют в обыденной деятельности детей. Это прежде всего группы мышц, обеспечивающие вертикальное положение тела, ходьбу, бег и другие жизненно важные движения. Все крупные мышцы туловища и конечностей отличаются слабым развитием связочных отделов. Относительно мало развиты мелкие мышцы шеи, груди, поясницы, кисти руки, некоторые мышцы и связки позвоночного столба. Это создает предпосылки для возникновения при неблагоприятных условиях деформаций позвоночника.

Высокая потребность в движениях у детей 4-5 лет сохраняется. Двигательная активность становится все более целенаправленной, отвечающей индивидуальному опыту, интересам и желаниям. Вынужденную гиподинамию при длительном просмотре телевизионных передач, видеофильмов, на занятиях, во время компьютерных игр они компенсируют последующим увеличением количества и интенсивности движений. В этом возрастном периоде не наблюдается резкого увеличения количественных показателей двигательной активности. Средние показатели двигательной активности детей 4-5 лет за время пребывания в дошкольном учреждении составляют 13—17,5 тысяч движений; интенсивность колеблется в пределах 55—70 движений в минуту, продолжительность достигает 4,5 и более часов. Отмечаются циклические изменения двигательной активности детей в течение суток, недели, а также в разные периоды, года. Заметна разница в характере двигательной активности мальчиков и девочек в процессе самостоятельной игровой деятельности, отмечающаяся на пятом-шестом годах жизни, к концу дошкольного детства сглаживается. Движения старших дошкольников становятся все более осмысленными, мотивированными и управляемыми. Но в целом в характере двигательной активности детей сохраняются еще черты, типичные для предыдущих возрастных периодов — высокая эмоциональная значимость процесса деятельности для ребенка, неспособность завершить ее по первому требованию, нежелание выполнять действия, лишённые непосредственного интереса, направленные на достижение отдаленного результата. В то же время у детей повышается способность к произвольной регуляции двигательной активности. Они могут заставить себя преодолеть опре-

деленные трудности при выполнении сложных двигательных заданий. В движениях дети познают себя, свое тело, знакомятся с его строением, свойствами, возможностями, узнают о способах перемещения в пространственно-временной среде окружающего предметного мира.

Дошкольники среднего возраста обладают достаточным запасом двигательных умений и навыков и осознанно пользуются ими в своей деятельности. Движения детей приобретают слаженность, уверенность, стремительность, легкость. Происходит совершенствование приобретенных ранее двигательных качеств и способностей. Наиболее значимыми для всестороннего развития физических возможностей детей старшего дошкольного возраста являются скоростно-силовые и координационные способности (ловкость), гибкость и выносливость. У старших дошкольников все показатели ловкости в значительной мере улучшаются. Дети быстро и без особых трудностей овладевают новыми, все более сложными по координации движениями; умеют действовать рационально, проявляя находчивость; быстро приспосабливаются к изменяющимся ситуациям деятельности, добиваются четкости в решении двигательных задач, точности воспроизведения пространственных, временных и силовых параметров движений; становятся способными к более сложным ориентировкам в окружающей обстановке, сохранению устойчивых положений тела в трудных, вариативных условиях двигательной деятельности.

Организм дошкольников лучше подготовлен к проявлению скорости и гибкости по сравнению с силой и выносливостью. Гибкость к семи годам значительно увеличивается: больше становится амплитуда движений, процессы напряжения и расслабления работающих мышц становятся более слаженными. Высокая подвижность суставов у детей обусловлена эластичностью мышц, сухожилий, связок.

У детей 4-5 лет отмечаются высокие темпы прироста показателей, характеризующих быстроту движений, времени двигательной реакции, скорости однократных движений, частоты повторяющихся движений. Дошкольники хорошо приспособлены к недлительным скоростно-силовым динамическим действиям, которые составляют основное содержание их игр.

#### **Объем и сроки освоения программы**

Срок реализации программы – 1 учебный год, для обучающихся 4- 5 лет. На полное освоение программы требуется 36 часов. Занятия проходят 2 раза в неделю.

#### **Форма обучения**

Форма обучения – очная. Занятия проводятся в группах, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом. Наполняемость в группах составляет 12 человек. В кружок принимаются все желающие освоить данный вид деятельности.

#### **Планируемые результаты освоения программы**

В результате освоения программы «Нептун» обучающиеся научатся:

- Держаться на воде и плавать следующими способами: «Дельфин», «Кроль», «Брасс».
- Ориентироваться в понятиях «акваэробика», «фигурное плавание».
- Характеризовать роль и значение плавания, закаливания, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья.
- Выполнять базовые элементы фигурного плавания.
- Выдерживать длительную интенсивную физическую нагрузку.
- Выстраивать фигуры из элементов фигурного плавания на воде.
- Придумывать свои упражнения и композиции под музыку.
- Выразительно выполнять движения, отражая предложенный образ и характер музыки.
- Планировать свою деятельность.

В результате освоения программы «Нептун» обучающиеся получают возможность:

- Реализовать свой творческий потенциал направленный на совершенствование плавательных навыков через разучивание синхронных упражнений и композиций.
- Демонстрации результатов своих достижений.
- Расширять знания по данному направлению, разрабатывать и воплощать свои творческие замыслы соответственно своим образовательным потребностям.

При реализации Программы проводится оценка индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики в целях отслеживания эффективности особенностей и перспектив развития ребенка.

Завершением обучения является итоговое занятие, направленное на демонстрацию достижений обучающихся.

## 2. Содержание программы

### Учебный план

№	Наименование раздела, темы	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Вводное занятие (педагогическая диагностика) – 1 час	1	0,5	0,5
<b>Раздел I: Введение – 3 часа</b>				
1.1	Ознакомление с элементами прикладного плавания.	1	0,5	0,5
1.2	Ознакомление с видом аквааэробики и разнообразным акваоборудованием	1	0,5	0,5
1.3	Ознакомление с фигурным плаванием	1	0,5	0,5
<b>итого</b>		<b>3</b>	<b>1,5</b>	<b>1,5</b>
<b>Раздел II: Аквааэробика с элементами танца – 10 часов</b>				
2.1	Разучивание определенных сигналов и счета, при использовании для обучения элементов танца.	2	1	1
2.2	Разучивание связок и композиций с предметами и без предметов под музыку	4	1	3
2.4	Выполнение композиций из отдельных элементов танца	4	1	3
<b>итого</b>		<b>10</b>	<b>3</b>	<b>7</b>
<b>Раздел III: Углубленное обучение плаванию– 8 часов</b>				
3.1	Плавание способом «Кроль»	2	0,5	1,5
3.2	Плавание способом «Дельфин»	3	1	2
3.3	Плавание способом «Брасс»	3	1	2
<b>итого</b>		<b>8</b>	<b>2,5</b>	<b>5,5</b>
<b>Раздел IV: Фигурное плавание – 13 часов</b>				
4.1	Фигурное плавание с предметами	4	1	3
4.2	Фигурное плавание без предметов	4	1	3
4.3	Фигуры на воде	2	1	1
4.4	Рисунки на воде	3	1	2
<b>итого</b>		<b>13</b>	<b>4</b>	<b>8</b>
5	Итоговое занятие (педагогическая диагностика) – 1 час	1		1
<b>Итого по программе - 36 часов</b> Теория – 6 часов Практика – 30 час				

## Содержание учебного плана

Раздел, темы разделов	Количество занятий	Темы занятий	Теория	Практика
<b>Вводное занятие</b>				
<b>Вводное занятие</b>	<b>1</b>	<b>Занятие №2</b> Педагогическая диагностика	Педагогическая диагностика	
<b>Раздел «Введение»</b>				
<b>Введение</b> <b>Ознакомление с элементами прикладного плавания</b>	<b>1</b>	<b>Занятие №3</b> Введение	Расширение представлений о способах плавания «Брасс», «Кроль», «Дельфин». Изучение схем, моделей, картинок, обозначающих правила поведения в бассейне; просмотр видеофильмов.	Выполнение специальных плавательных упражнений. Обучение движениям в воде в различных направлениях и положениях: лежа на груди, на спине, бег с игрушками по воде и без них. Использование схем с элементами спортивного плавания: движения ног при плавании способом «Брасс», «Кроль», «Дельфин», с выдохом в воду. Игровые упражнения: «Лодочка с веслами», «Ледорез».
<b>Ознакомление с видом аквааэробики и разнообразным акваоборудованием</b>	<b>1</b>	<b>Занятие №4</b> Ознакомление с видом аквааэробики и разнообразным акваоборудованием	Виды аквааэробики Оборудование для аквааэробики Базовые движения аквааэробики	Просмотр видеоматериала с записью разных видов аквааэробики. Обучение базовым движениям аквааэробики, правильному дыханию. Прыжки, подскоки, бег, различные виды ходьбы, махи руками и ногами, вращение вокруг своей оси, в сочетании с дыхательными упражнениями.
<b>Знакомство с фигурным плаванием</b>	<b>1</b>	<b>Занятие №5</b> Знакомство с фигурным плаванием	Значение фигурного плавания для здоровья. Основные фигуры синхронного плавания.	Просмотр видеоматериала с записью фигурного плавания спортсменов. Ходьба по дну с различными положениями рук: за головой, вытянуты вверх, гребковые движения. Упражнение «полоскание белья». Погружении в воду с головой, держась руками за борт с задержкой дыхания на вдохе. После выполнения

				упражнения лицо руками не трогать, глаза открыты
<b>Раздел II: Акваэробика с элементами танца</b>				
<b>Разучивание определенных сигналов и счета для обучения элементов танца</b>	<b>2</b>	<b>Занятие №6</b> Тема: «Подружись с водой»	Правила техники безопасности на занятиях с различными предметами. Знакомство с элементами акваэробики. Понятие «Акваэробика». Значение акваэробики. Виды акваэробики. Значение правильной осанки в повседневной жизни и в танце.	Ходьба по дну бассейна, высоко поднимая колени. Дыхание под счет: 1,2 - вдох, 3, 4, 5 - выдох, 6,7, 8 - пауза. Погружения в воду с головой, держась руками за бортик с задержкой дыхания на вдохе. После выполнения упражнения лицо руками не трогать, глаза открыты. Упражнение «Стрела на груди» на выдохе. И.п. - одна нога на дне, ступня другой ноги упирается в стену бассейна, подбородок на поверхности воды. Скользить до полной остановки.
		<b>Занятие №7</b> Тема: «Звездопад»	Правила техники безопасности на занятиях с различными предметами.	Разучивание движений под счет и сигнал. Простые построения, выполнение композиций под музыку, выполнение простейших переворотов. Совместные выполнения движений, выполнения упражнений в шеренге, кругу, умения следить за своей осанкой. ОРУ с предметами: с флажками, с помпонами, с обручем, с нудлсом, мячом по показу, по схеме, по показу ребенка, по словесным указаниям. Построение враспынную. Построение по ориентирам. Построение в шахматном порядке. Построение в колонну по одному, построение в круг. Нахождение своего места. Перестроение из шеренги в круг. Построение в две шеренги напротив друг друга. Повороты направо, налево, кругом, различными способами. Передвижения по кругу в различных направлениях. Перестроение «Расческой». Разминка под ритмичную музыку с предметами и без.

				Исполнение движений под музыку по схемам с предметами и без. Упражнения на задержку дыхания.
<b>Разучивание связок и композиций с предметами и без предметов под музыку</b>	<b>4</b>	<b>Занятие № 8</b> Тема: обучение элементам аквааэробики.	Правила техники безопасности на занятиях с различными предметами.	Общеразвивающие и специальные плавательные упражнения. Ноги на ширине плеч, руки перед грудью, пальцы в «замок», приседая руки выпрямить вниз под воду (упражнение «насос»). Руки в «замок» вытянуты вниз. Движение двумя руками вправо – вниз под воду – влево (упражнение «маятник»). Руки согнуты в локтях. Приставные шаги вправо и влево с одновременным движением рук вперед, назад. Руки в стороны. Покачивание туловища вправо, влево (упражнение «самолетки»). Наклон вперед с одновременным движением рук вперед, лицо опустить в воду. Индивидуальная работа.
		<b>Занятие № 9</b> Тема: обучение элементам аквааэробики.	Правила техники безопасности на занятиях	Прослушивание мелодии, обсуждение темпа, характера, движений. Разучивание танцевальных движений на суше. Обучение попеременным движениям ног вверх-вниз; руки – поочередные круговые движения). -постепенное усложнение упражнений, для координации рук и ног при плавании данными способами. Выполнение комплексов групповых упражнений под музыку с предметами и без.
		<b>Занятие №10</b> Тема: обучение элементам аквааэробики.	Правила техники безопасности на занятиях	Общеразвивающие и специальные плавательные упражнения. Знакомство с разнообразными цепочками на воде. Выдохи в воду. Составление рисунков: с обручами, с мячами Выполнение упражнений в парах с помощью партнера П/игра «Пятнашки с поплавком».
		<b>Занятие №11</b> Тема: Упражнения в	Правила техники безопасности на	Построение в колонну друг за другом, обручи в опущенных руках.

		воде с обручами	занятиях	<p>И.п.- ноги на ширине плеч, руки с обручем - внизу. Поднять обруч вверх, правую ногу отвести в сторону, поставить на носок, наклониться к ней, вернуться в исходное положение (2раза).</p> <p>И.п.- ноги на ширине плеч, руки с обручем - внизу. То же в левую сторону (2 раза).</p> <p>И.п.- ноги на ширине плеч, руки с обручем –верху. Сделать выпад в правую сторону, обруч в правой руке, вернуться в исходное положение, руки с обручем поднять вверх.</p> <p>И.п.- ноги на ширине плеч, руки с обручем –верху. То же в левую сторону (2 раза).</p> <p>И.п.- ноги на ширине плеч, руки с обручем - внизу. Поднять обруч вверх, покружиться вокруг себя.</p> <p>Перестроение в круг, положить обруч в центр круга, выполнить упражнение «Звездочка» на груди.</p> <p>Перестроение в пары. Один ребенок держит в руках 2 обруча, второй проныривает «лодочкой». Затем меняются местами.</p> <p>Построение в большой круг, взявшись за обручи.</p>
<b>Выполнение композиций из отдельных элементов танца</b>	<b>4</b>	<b>Занятие №12</b> Тема: танцевальный комплекс без предметов	Правила техники безопасности на занятиях	<p>Разучивание связок и композиций с предметами и без предметов под музыку; координирование согласованности движений при выполнении различных упражнений</p> <p>Движения в разных перестроениях, перевороты на 180-360 градусов, различные упражнения с предметами в паре</p> <p>Танцевальный комплекс под музыку без предметов</p> <p>Игра «Изобрази фигуру»</p>
		<b>Занятие №13</b> Тема: танцевальный комплекс без предметов	Правила техники безопасности на занятиях	<p>Учить детей выполнять движения в разных перестроениях.</p> <p>Формирование умения выполнять перевороты на 180-360 градусов;</p> <p>Обучение согласованному выполнению движений под музыку; способствование созданию новых движений, основанных на использовании личного опыта.</p> <p>Танцевальный комплекс под музыку без предметов</p>

				Свободное плавание
		<b>Занятие №14</b> Тема: «Озорные лягушата»	Правила техники безопасности на занятиях	Координирование согласованного выполнения движений в различных упражнениях. Формирование умения выполнять переворот у края бассейна, продолжая движение в обратном направлении отталкиваясь от борта ногами. Выполнение разных движений под музыку с согласованием их друг с другом. Способствование творческой деятельности детей при выполнении упражнений под музыку. Игра «Лучший танец на воде»
		<b>Занятие №15</b> Тема: «Озорные лягушата»	Правила техники безопасности на занятиях	Координирование согласованного выполнения движений в различных упражнениях. Формирование умения выполнять переворот у края бассейна, продолжая движение в обратном направлении отталкиваясь от борта ногами. Выполнение разных движений под музыку с согласованием их друг с другом. Способствование творческой деятельности детей при выполнении упражнений под музыку.
<b>Раздел III: Углубленное обучение плаванию</b>				
<b>Плавание способом «Кроль»</b>	<b>2</b>	<b>Занятие №16</b> Тема: отработка движений рук способом кроль на груди	Основные правила безопасного поведения на воде (на открытых водоемах, в бассейне). Понятие о водных видах спорта. Спортивная терминология. Оздоровительное (закаливающий эффект) значение купания, плавания: беседы, рассматривание иллюстраций в	Общеразвивающие и специальные плавательные упражнения. Движения руками способом кроль на груди. В движении шагом по дну в положении полуприседа, плечи в воде. Выполнять в указанной последовательности, постепенно ускоряя шаг. П/игра «Карусели». Индивидуальная работа

			книгах, альбомах, энциклопедиях, рассматривание фотографий, просмотр мультфильмов "Крошка Енот", "Медвежонок Умка", "Русалочка" и др.;	
		<b>Занятие №17</b> Тема: отработка движений ног способом кроль на груди	Правила техники безопасности на занятиях	Общеразвивающие и специальные плавательные упражнения. Движения ногами способом кроль с поддерживающими средствами у бортика и плавание в бассейне. Движения ногами кролем на груди с вариантами дыхания. П/игра «Поезд в туннель». Индивидуальная работа. Свободное плавание.
<b>Плавание способом «Дельфин»</b>	<b>3</b>	<b>Занятие №18</b> Тема: отработка движений рук и ног способом «Дельфин»	Правила техники безопасности на занятиях	Общеразвивающие и специальные плавательные упражнения. Движения руками дельфином, в положении стоя на бортике, наклонившись вперед, ноги на ширине плеч. Движения руками дельфином с вариантами дыхания. Движения ногами дельфином, в положении сидя и лежа. Движения руками и ногами дельфином в согласовании с дыханием. Плавание дельфином в согласовании с дыханием. Свободное плавание. Индивидуальная работа
		<b>Занятие №19</b> Тема: отработка движений рук и ног способом «Дельфин»	Правила техники безопасности на занятиях	Общеразвивающие и специальные плавательные упражнения. Движения руками дельфином, в положении стоя на бортике, наклонившись вперед, ноги на ширине плеч. Движения руками дельфином с вариантами дыхания. Движения ногами дельфином, в положении сидя и

				<p>лежа.</p> <p>Движения руками и ногами дельфином в согласовании с дыханием.</p> <p>Плавание дельфином в согласовании с дыханием.</p> <p>Свободное плавание.</p> <p>Индивидуальная работа</p>
		<p><b>Занятие №20</b> Тема: согласование движений рук, ног и дыхания.</p>	<p>Правила техники безопасности на занятиях</p>	<p>Специальные плавательные упражнения.</p> <p>Упражнения для рук, ног всех способов плавания: брассом, дельфином, кролем.</p> <p>Выдохи в воду( произвольно; следить за интенсивным выдохом)</p> <p>Игра: кто дольше продержится в положении поплавка.</p> <p>Плавание способом кроль, брасс, дельфин.</p>
<p><b>Плавание способом «Брасс»</b></p>	<p><b>3</b></p>	<p><b>Занятие №21</b> Тема: отработка движений рук способом брасс.</p>	<p>Правила техники безопасности на занятиях</p>	<p>Общеразвивающие и специальные плавательные упражнения.</p> <p>Движения руками способом брасс</p> <p>Выдохи в воду.</p> <p>Выполнять движения рук способом брасс</p> <p>П/игра «Карусели».</p> <p>Индивидуальная работа.</p> <p>Свободное плавание.</p>
		<p><b>Занятие №22</b> Тема: отработка движений ног</p>	<p>Правила техники безопасности на занятиях</p>	<p>Общеразвивающие и специальные плавательные упражнения.</p> <p>Движения ногами способом брасс у бортика и плавая в бассейне.</p> <p>Выдохи в воду.</p> <p>Движения ногами брассом с вариантами дыхания.</p> <p>П/игра «Поезд в туннель».</p> <p>Индивидуальная работа.</p> <p>Свободное плавание.</p>
		<p><b>Занятие №23</b> Тема: согласование движений рук, ног и дыхания при плавании способом «Брасс».</p>	<p>Правила техники безопасности на занятиях</p>	<p>Общеразвивающие и специальные плавательные упражнения.</p> <p>Движения руками брассом, в положении стоя на бортике, наклонившись вперед, ноги на ширине плеч.</p> <p>Движения руками брассом с вариантами дыхания.</p> <p>Движения ногами брассом, в положении сидя и лежа.</p> <p>Движения руками и ногами брассом в согласовании с</p>

				<p>дыханием: отдельный брасс, слитный брасс.  Плавание брассом на спине и на груди в согласовании с дыханием.  Свободное плавание.  Индивидуальная работа</p>
<b>Раздел IV: Фигурное плавание</b>				
<b>Фигурное плавание с предметами</b>	<b>4</b>	<b>Занятие №24</b> Тема: обучение элементам фигурного плавания.	<p>Правила техники безопасности на занятиях.  Основные фигуры и поддержки.  Структура техники движения Роль в каждом рисунке, реагирование на звуковой сигнал, музыку.  Импровизация в движении.</p>	<p>Общеразвивающие и специальные плавательные упражнения.  Выдохи в воду.  Составление рисунков: с обручами, в парах, с мячами  Выполнение упражнений в парах с помощью партнера  П/игра «Узоры на воде».  Индивидуальная работа.  Свободное плавание.</p>
		<b>Занятие №25</b> Тема: обучение элементам фигурного плавания.	<p>Правила техники безопасности на занятиях</p>	<p>Действия с предметами: обручем, мячом, плавательной доской, различными игрушками (плавающими, тонущими, надувными).  Составление «рисунков на воде» с использованием разных пособий.  Поддержка и фигуры в парах, тройках, держась за руки, не держась. Комбинация фигур на воде.  Выполнение перестроения из одного рисунка в другой кратчайшим путем.  Общеразвивающие и специальные плавательные упражнения.  Знакомство с разнообразными цепочками на воде.  Выдохи в воду.  Составление рисунков: с обручами, с мячами  Выполнение упражнений в парах с помощью партнера  П/игра «Узоры на воде».</p>

				Индивидуальная работа. Свободное плавание.
		<b>Занятие №26</b> Тема: обучение элементам фигурного плавания.	Правила техники безопасности на занятиях	Общеразвивающие и специальные плавательные упражнения. Упражнения с элементами синхронного плавания. И. п. — сидя на бортике бассейна, в руках у них цветы, руки с цветами опущены вниз. 1 — медленно поднять руки вверх, 2 — наклониться вправо, руки вправо, 3 — наклониться влево, руки влево, 4 — отвести руки назад, 5 — взмахнуть руками вверх, 6 — поднять руки вверх, соединить кисти вместе («лодочка»), 7 — соскользнуть вниз, доплыть до противоположного бортика с цветами, встать на ноги, 8 — наклониться вперед, опустить лицо в воду, положить лицо на воду, 9 — упражнение «Звездочка», 10 — перестроиться в круг, взяться за руки (хоровод), 11 — встать на ноги, покружиться, 12 — упражнение «Волна», доплыть до бортика бассейна, встать на ноги и поклониться гостям.
		<b>Занятие №27</b> Тема: обучение элементам фигурного плавания.	Правила техники безопасности на занятиях	Общеразвивающие и специальные плавательные упражнения. Упражнения с элементами синхронного плавания. И. п. — сидя на бортике бассейна, в руках у них цветы, руки с цветами опущены вниз. 1 — медленно поднять руки вверх, 2 — наклониться вправо, руки вправо, 3 — наклониться влево, руки влево, 4 — отвести руки назад, 5 — взмахнуть руками вверх, 6 — поднять руки вверх, соединить кисти вместе («лодочка»), 7 — соскользнуть вниз, доплыть до противоположного бортика с цветами, встать на ноги,

				8 — наклониться вперед, опустить лицо в воду, положить лицо на воду, 9 — упражнение «Звездочка», 10 — перестроиться в круг, взяться за руки (хоровод), 11 — встать на ноги, покружиться, 12 — упражнение «Волна», доплыть до бортика бассейна, встать на ноги и поклониться гостям.
<b>Фигурное плавание без предметов</b>	<b>4</b>	<b>Занятие 28</b> Тема: обучение элементам фигурного плавания.	Правила техники безопасности на занятиях	Общеразвивающие и специальные плавательные упражнения. Погружения в воду с головой, держась руками за бортик с задержкой дыхания на вдохе. «Поплавок» цепочкой - выполнять упражнения строго друг за другом «Звезда » цепочкой
		<b>Занятие 29</b> Тема: «Послушные волны»	Правила техники безопасности на занятиях	Общеразвивающие и специальные плавательные упражнения. Координарование синхронности движений выполнении различных упражнений. Совершенствование техники плавания стилем «кроль». «Танец - хей!» Формирование чувства радости и удовольствия от движений в воде.
		<b>Занятие 30</b> Тема: «Послушные волны»	Правила техники безопасности на занятиях	Общеразвивающие и специальные плавательные упражнения. «Поплавок» — «Звезда» (14 сек). Упражнение выполняется на одном выдохе по сигналу перейти в другое упражнение. Учить синхронно выполнять «Танец морских жителей» Учить быстро реагировать на звуковой сигнал, музыку. «Танец - хей!». Закрепление танцевальных движений на суше.
		<b>Занятие 31</b> Тема: «Мы спортсмены»	Правила техники безопасности на занятиях	Общеразвивающие и специальные плавательные упражнения. Учить синхронно выполнять «Танец морских жителей» Учить быстро реагировать на

				звуковой сигнал, музыку. Закрепление танцевальных движений на суше.
<b>Фигуры на воде</b>	<b>2</b>	<b>Занятие 32</b> Тема: Узоры на воде	Правила техники безопасности на занятиях	Общеразвивающие и специальные плавательные упражнения. Выполнение движений в перестроениях. Совершенствование техники поворотов на 180-360 градусов. Обучение согласованному выполнению фигур под музыку. Способствование созданию новых движений, основанных на использовании личного опыта.
		<b>Занятие 33</b> Тема: Узоры на воде	Правила техники безопасности на занятиях	Общеразвивающие и специальные плавательные упражнения. Совершенствование умения плавному выполнению перестроения из одного рисунка в другой. Эмоциональное раскрепощение детей при помощи игр в вод
<b>Рисунки на воде</b>	<b>3</b>	<b>Занятие 34</b> Тема: Рисуем на воде	Правила техники безопасности на занятиях	Общеразвивающие и специальные плавательные упражнения. Обучение плавного перехода от одного рисунка к другому. Связки из упражнений «Звездочка» - «Поплавок» - «Звездочка». Упражнения на дыхание, погружение и длительный выдох.
		<b>Занятие 35</b> Тема: Рисуем на воде	Правила техники безопасности на занятиях	Общеразвивающие и специальные плавательные упражнения. Формирование четких представлений у детей о своей роли в каждом рисунке, умелому и быстрому реагированию на звуковой сигнал, музыку. Связки из упражнений «Звездочка» - «Поплавок» - «Звездочка». Упражнения на дыхание, погружение и длительный выдох.
<b>Итоговое занятие</b>				
<b>Итоговое занятие</b>	<b>1</b>	<b>Занятие 36</b>	Педагогическая диагностика	
<b>Всего</b>		<b>36</b>	<b>занятий</b>	

## Кадровые условия

Педагогический работник – 1 человек (высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование по направлению подготовки «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению подготовки «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы; дополнительное образование: курсы повышения квалификации в соответствии с профилем программы).

## Обеспеченность методическими материалами и средствами

Наименование дополнительной общеобразовательной программы дошкольного образования	Дополнительная общеобразовательная программа дошкольного образования спортивно-оздоровительной направленности «Нептун» Автор-составитель: Воробьева А.И.
<b>Программно-методическое обеспечение программы, средства обучения</b>	
Парциальная программа с указанием выходных данных	Е.К.Воронова. Программа обучения дошкольников плаванию в детском саду. - СПб.: Детство-Пресс, 2010.
Методическое обеспечение (учебно-методические пособия, практические пособия и т.д.) с указанием выходных данных	А.А.Чеменева, Т.В.Столмакова. Система обучения плаванию детей дошкольного возраста. - СПб.: Детство-Пресс, 2011. Большакова И.А. Маленький дельфин. Нетрадиционная методика обучения плаванию детей дошкольного возраста: Пособие для инструкторов по плаванию, педагогов дошкольных учреждений. – М.: Аркти, 2005. М.Д.Маханева, Г.В.Баранова. Фигурное плавание в детском саду. М.: Сфера, 2009. М.Рыбак, Г.Глушкова, Г.Поташова. Раз,два,три, плыви. – М.:Обруч, 2010.
Рабочие тетради с указанием выходных данных	-
Учебно-наглядные пособия с указанием выходных данных	Техника плавания способами дельфин. Учебно - методический комплект "Учись плавать", Семенов Ю.А. картон (2012).
Наглядно-дидактические пособия, альбомы, игры с указанием выходных данных	-
Технические средства обучения	Магнитофон

## Материально - техническое обеспечение

Вид помещения	Оснащение помещения	Материалы для непосредственной работы с детьми
---------------	---------------------	--

<b>Бассейн</b>	Гимнастические палки, доски для плавания, поролоновые палки «Нудлы»; кольца цветные тонущие, набор подводных обручей со специальным центром тяжести для вертикального расположения в воде	Шапки резиновые, очки, ласты, мячи, доски для плавания.
	Набор из подводных обручей, кольцеброса и подводных флажков	
	Кольцеброс плавающий фигурный	
	Баскетбольное кольцо плавающее со щитом, кольцебросом и тонущими игрушками в виде рыб	
	Набор игрушек с изменяющейся плавучестью для обучения плаванию и для игр в воде. Тип 1	
	Набор игрушек с изменяющейся плавучестью для обучения плаванию и для игр в воде. Тип 2	
	Обруч плавающий (горизонтальный)	
	Поплавок цветной, флажок	

#### **4. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижений детьми планируемых результатов освоения Программы**

При реализации Программы проводится **оценка индивидуального развития детей**. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики в целях отслеживания эффективности о

**Цель:** формирование целостного представления о качестве обучения детей плаванию.

**Задачи:**

1. проанализировать качество усвоения плавательных навыков и умений детьми;
2. выявить индивидуальную динамику усвоения плавательных умений.

Педагогическая диагностика достижений ребенка в рамках освоения Программы направлена на изучение:

- *умений воспитанников* (погружение с выдохом в воду, плавание в полной координации, сформированность выстраивания элементов фигур на воде, сформированность выполнения элементов акваэробики, соответствие ритма движений ритму музыки)

- *знания воспитанников*

##### **Принципы педагогической диагностики**

*Принцип объективности* означает стремление к максимальной объективности в процедурах и результатах диагностики, избегание в оформлении диагностических данных субъективных оценочных суждений, предвзятого отношения к диагностируемому.

*Принцип целостного* изучения педагогического процесса предполагает (для того чтобы оценить общий уровень развития ребенка, необходимо иметь информацию о различных аспектах его развития. Важно помнить, что развитие ребенка представляет собой целостный процесс, и что направление развития в каждой из сфер не может рассматриваться изолированно. Различные сферы развития личности связаны между собой и оказывают взаимное влияние друг на друга).

*Принцип процессуальности* предполагает изучение явления в изменении, развитии.

*Принцип компетентности* означает принятие педагогом решений только по тем вопросам, по которым он имеет специальную подготовку; запрет в процессе и по результатам диагностики на какие-либо действия, которые могут нанести ущерб испытуемому.

*Принцип персонализации* требует от педагога в диагностической деятельности обнаруживать не только индивидуальные проявления общих закономерностей, но также индивидуальные пути развития, а отклонения от нормы не оценивать как негативные без анализа динамических тенденций становления.

***Методы проведения педагогической диагностики***

***Формализованные методы:*** диагностическое задание, диагностическая ситуация.

***Малоформализованные методы:*** наблюдение.

**Педагогическая диагностика проводится два раза в год** (в сентябре и мае), **протокол педагогической диагностики** заполняются дважды в год (в сентябре и мае). По итогам педагогической диагностики оформляется аналитическая справка.

## Оценочные материалы: инструментарий педагогической деятельности

Критерии	Методика исследования	Описание																								
Вдох и выдох в воду	Контрольное упражнение	<p>И.п.: стоя в воде, руки на поясе. Сделать вдох, присесть, полностью погружаясь в воду, выдохнуть. Секундомером фиксируется длительность первого по счету выдоха с момента появления пузырьков в воде до окончания выдоха – исчезновения пузырьков. Также отмечается количество выдохов.</p> <p><b>Оценка уровней:</b></p> <table border="1" data-bbox="1055 491 2085 651"> <thead> <tr> <th rowspan="2"></th> <th colspan="2">Длительность выдоха</th> <th colspan="2">Количество вдохов и выдохов</th> </tr> <tr> <th>мальчики</th> <th>девочки</th> <th>мальчики</th> <th>девочки</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Высокий</td> <td>5,0 сек</td> <td>4,5 сек</td> <td>8 раз</td> <td>7 раз</td> </tr> <tr> <td>Средний</td> <td>4,0 сек</td> <td>3,5 сек</td> <td>7 раз</td> <td>6 раз</td> </tr> <tr> <td>Низкий</td> <td>2,0 сек</td> <td>2,0 сек</td> <td>5 раз</td> <td>4 раза</td> </tr> </tbody> </table>		Длительность выдоха		Количество вдохов и выдохов		мальчики	девочки	мальчики	девочки	Высокий	5,0 сек	4,5 сек	8 раз	7 раз	Средний	4,0 сек	3,5 сек	7 раз	6 раз	Низкий	2,0 сек	2,0 сек	5 раз	4 раза
	Длительность выдоха			Количество вдохов и выдохов																						
	мальчики	девочки	мальчики	девочки																						
Высокий	5,0 сек	4,5 сек	8 раз	7 раз																						
Средний	4,0 сек	3,5 сек	7 раз	6 раз																						
Низкий	2,0 сек	2,0 сек	5 раз	4 раза																						
Плавание в полной координации	Диагностическое задание	<p>И.п.: стоя спиной (лицом) к борту бассейна, руки вытянуты вверх. Сделать вдох, присесть, оттолкнуться двумя ногами. Проплыть способом «кроль» на груди (спине) без остановок. Расстояние измеряется от места отталкивания до места остановки.</p> <p><b>Оценка уровней:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Высокий – попеременная работа рук, непрерывные движения ногами, вдох выполняется в конце гребка с поворотом головы в сторону.</li> <li>• Средний – на каждый цикл работы обеих рук ноги не делают 4х движений снизу вверх. Дыхание сбивается.</li> <li>• Низкий – на каждый цикл работы обеих рук ноги не делают движений снизу вверх, дыхание не сочетается с работой рук.</li> </ul>																								
Сформированность выстраивания элементов фигур на воде	Смоделированная ситуация, выполнение диагностического задания.	<p>Предлагается ребенку выполнить упражнение «Звездочка»: сделать глубокий вдох, расставить руки и ноги в стороны, лечь на воду на грудь, опустив в воду лицо, задержать дыхание, лежать на воде до команды педагога (счет – до 9-11).</p> <p><b>Оценка уровней:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Низкий – ребенок делает вдох, пытается лечь на воду, но боится оторвать ноги от дна бассейна, до конца опустить лицо в воду.</li> <li>• Средний – ребенок делает вдох, ложится на воду, но фиксирует позу «звездочки» на короткое время (счет до 3) или выполняет ее неправильно.</li> <li>• Высокий – ребенок делает вдох, ложится на воду фиксирует позу «звездочки» (счет до 9-11)</li> </ul>																								
Сформированность выполнения элементов акваэробики	Диагностическое задание	<p>Предлагается ребенку встать правым боком к бортику бассейна, ухватившись правой рукой за его край. Плавно перевести левую ногу вверх-вниз, назад, в стороны, описывать ею полукруг, поднимать и опускать ногу, согнутую в колене, и т. д. То же, встав к бортику</p>																								

		<p>левым боком.</p> <p><b>Оценка уровней:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Высокий – ребенок правильно и с удовольствием выполняет упражнения аквааэробики в соответствии с музыкой.</li> <li>• Средний – ребенок в зависимости от настроения бывает активным или пассивным при выполнении упражнений аквааэробики</li> <li>• Низкий – ребенок пассивен, неохотно выполняет упражнения аквааэробики, упражнения выполняет не под музыку.</li> </ul>
Соответствие ритма движений ритму музыки	Наблюдение	<p>Наблюдение во время занятия</p> <p><b>Оценка уровней:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Высокий – ребёнок самостоятельно, чётко производит смену движений, движения соответствуют характеру музыки;</li> <li>• Средний – производит смену движений с запаздыванием (по показу других детей), движения соответствуют характеру музыки;</li> <li>• Низкий – смену движений производит с запаздыванием, движения не соответствуют характеру музыки.</li> </ul>

**Протокол педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения  
 общеобразовательной программы дошкольного образования  
 физкультурно-спортивной направленности  
 «Нептун»**

Дата: \_\_\_\_\_

Педагог: \_\_\_\_\_

№/n	Ф.И.О.	Погружение с выдохом в воду		Плавание в полной координации		Сформированность выстраивания элементов фигур на воде		Сформированность выполнения элементов акваэробики		Соответствие ритма движений ритму музыки	
		Н.	К.	Н.	К.	Н.	К.	Н.	К.	Н.	К.
1											
2											
3											
4											
5											
6											

## 5.Список литературы

1. А.А.Чеменева, Т.В.Столмакова. Система обучения плаванию детей дошкольного возраста. - СПб.: Детство-Пресс, 2011.
2. Большакова И.А. Маленький дельфин. Нетрадиционная методика обучения плаванию детей дошкольного возраста: Пособие для инструкторов по плаванию, педагогов дошкольных учреждений. – М.: Аркти, 2005.
3. Е.К.Воронова. Программа обучения дошкольников плаванию в детском саду. - СПб.: Детство-Пресс, 2010.
4. М.Д.Маханева, Г.В.Баранова. Фигурное плавание в детском саду. М.: Сфера, 2009.
5. М.Рыбак, Г.Глушкова, Г.Поташова. Раз,два,три, плыви. – М.:Обруч, 2010.