

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение детский сад № 62 Приморского района
Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТО:

Педагогическим советом ОУ
ГБДОУ детский сад № 62
Приморского района Санкт-Петербурга
Протокол от 22.09.2025 г. № 2

УТВЕРЖДЕНО:

Приказом ГБДОУ детский сад № 62
Приморского района Санкт-Петербурга
от «01» октября 2025 г. № 31-п/у
Заведующий

В.М. Янковская



**Дополнительная общеразвивающая программа
«ПОКОРИТЕЛИ ВОДЫ»**

Срок освоения: 1 год
Возраст обучающихся: 5-6 лет

Разработчик:
Фонина Светлана Валентиновна,
педагог дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Основные характеристики ДОП

Направленность – физкультурно-спортивная

Адресат – воспитанники 5-6 лет

Актуальность программы тесно связана с требованиями ФОП ДО в области физического развития для детей 2-7 лет. В п.22.3 среди прочих обозначены следующие задачи: обогащать двигательный опыт детей; развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве; формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений (п. 22.3.1)

Решению этих задач способствуют занятия в водной среде в небольших группах:

- Передвижение в более плотной по сравнению с воздухом водной среде даёт дополнительную физическую нагрузку, способствуя укреплению мышц, опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой системы.
- Водная среда обеспечивает постоянный мягкий массаж кожных покровов, как следствие – стимуляцию различных центров головного мозга, что положительно влияет на психомоторное развитие ребенка, развитие координации, баланса, речи.
- Необычность водной среды при мягкой и бережной адаптации к ней формирует положительное отношение к занятиям физкультурой и здоровому образу жизни.

Так как запросы от родителей о проведении дополнительных занятий после образовательной деятельности и в выходные дни регулярно поступают администрации ДОО, возникла необходимость в разработке программы «Покорители воды».

Отличительные особенности

На сегодняшний день разработано не очень много программ дополнительного образования для занятий в бассейне в условиях ДОО. Как правило, существующие программы уделяют основное внимание работе с физическими навыками ребенка, уделяя недостаточно внимания его психофизической адаптации к условиям водной среды, учитывая прошлый опыт детей по взаимодействию с водной средой. При этом очевидно, что пока у ребенка не удовлетворена его базовая потребность в безопасности, пока он не почувствовал себя спокойно и уверенно в воде, давать ему к освоению какие-либо задания и упражнения нецелесообразно и малоэффективно.

В настоящей программе уделяется достаточно много внимания процессам психологической и физической адаптации ребенка к водному пространству. Занятия проходят в игровой форме, много времени уделяется индивидуальной работе с каждым участником, учитывается темп освоения ребенком нового материала. Занятия проходят в малых группах. Педагог постоянно находится рядом с ребенком – и на суше, и в воде!

Занятия в воде предваряются разминкой на суше, которая способствует улучшению координации движений и балансу тела ребенка, сенсомоторному развитию. Разминка проходит с использованием «Установки искусственного солнца», которая восполняет недостаток солнечных дней в осенне-зимний период года, что особенно актуально для жителей северных регионов нашей страны.

Также немаловажный момент организации занятий – обязательный и тесный контакт с родителями, от поддержки которых во многом зависит уверенность и настрой ребенка. Родителям необходимо рассказывать и показывать, в чем именно преуспел ребенок, в чем его шаг вперед, а в чем ему необходимо помочь и как это возможно сделать. Формы работы с родителями различные: очные встречи, присутствие на занятиях на бортике, дистанционная поддержка (группы и беседы в социальных сетях и мессенджерах).

Уровень освоения - ознакомительный.

Объем – 64 часа (64 часа в год).

Срок освоения- 1 год.

Цель – адаптация детей к водной среде

Задачи:

Обучающие: закрепить умения выполнять комплекс упражнений на суше, комплекс упражнений в воде

Развивающие: сформировать знания об алгоритме и правилах безопасного поведения в зоне бассейна и в воде, развить уровень крупной моторики

Воспитательные: создать условия для уверенного и свободного передвижения ребенка в водной среде.

Планируемые результаты освоения программы

Предметные (содержательные) результаты: уровень знаний и представлений детей по темам программы.

Обучающийся знает и умеет:

- Умеет выполнять упражнения основного комплекса разминки на суше перед занятием в воде для детей 5-6 лет;
- Освоил комплекс основных упражнений для занятий в воде для детей 5-6.

Метапредметные результаты: усвоение обучающимися сведения о методах и приёмах познания, структуре знаний и способах работы с ними.

Обучающийся обладает следующими УУД:

Регулятивные УУД:

- Умение работать по предложенному педагогом плану;
- Имеет представление об алгоритме безопасного нахождения в воде и непосредственно рядом с ней;
- Уровень крупной моторики у ребенка будет выше по сравнению с первоначальным.

Познавательные УУД:

- Умение ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного.

Коммуникативные УУД:

- Умение слушать и понимать речь других;
- Умение задавать вопросы;
- Умение сохранять доброжелательное отношение друг к другу.

Личностные результаты:

Обучающийся обладает умениями:

- Умение самостоятельно находиться в воде, свободно передвигаться в ней различными способами, доступными ему по возрасту и уровню навыков;
- Умение получать удовольствие от взаимодействия с водной средой.

Организационно – педагогические условия реализации ДОП

Язык реализации – русский язык.

Форма обучения - очная.

Особенности реализации – присутствие родителей (законных представителей) на занятиях.

Условия набора в коллектив - принимаются все желающие, без специального отбора. При зачислении в группу требуется допуск медицинского работника и результат анализа на энтеробиоз.

Условия формирования групп - одновозрастные группы.

Количество обучающихся - списочный состав формируется с учетом санитарных норм, до 15 чел.

Формы организации занятий - занятия проводятся всем составом.

Формы проведения занятий - занятия построены традиционно.

Формы организации деятельности на занятии

1. фронтальная: работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, показ, объяснение и т.п.);
2. групповая: организация работы (совместные действия, общение, взаимопомощь) в малых группах, в т.ч. в парах, для выполнения определенных задач; задание выполняется таким образом, чтобы был виден вклад каждого учащегося (группы могут выполнять одинаковые или разные задания, состав группы может меняться в зависимости от цели деятельности);
3. коллективная (преимущественно): организация проблемно-поискового или творческого взаимодействия между всеми детьми одновременно (например, ловля рыбок определенного цвета).
4. индивидуальная: организуется для работы с тревожными детьми.

Материально-техническое оснащение.

Для проведения занятий необходимы: бассейн с тёплой водой 33-34 градуса; зона бассейна, которую возможно использовать для разминки; сенсорные дорожки с различными поверхностями; несколько балансбордингов; установка искусственного солнца; поддерживающий плавательный инвентарь (доски, плавательные палки, мячи); тонущие игрушки; плавающие игрушки; леечки.

Доступ к информационным системам.

Кадровое обеспечение.

Педагог дополнительного образования с прохождением курсов повышения квалификации физкультурно-спортивной направленности.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Техника безопасности	2	1	1	В процессе занятия
2.	Разминка на суше	16	6	10	В процессе занятия
3.	Разминка в воде	14	4	10	В процессе занятия
4	Практика водных упражнений	16	4	12	В процессе занятия
5.	Игры в воде	12	4	8	В процессе занятия
6	Практика открытых мероприятий	4	2	2	Проведение открытого занятия, отзывы родителей
ИТОГО		64	21	43	

ПРИНЯТО:
Педагогическим советом ОУ
ГБДОУ детский сад № 62
Приморского района Санкт-Петербурга
Протокол от 22.09.2025 г. № 2

УТВЕРЖДЕНО:
Приказом ГБДОУ детский сад № 62
Приморского района Санкт-Петербурга
от «01» октября 2025 г. № 31-п/у
Заведующий _____
В.М. Янковская



**Календарный учебный график реализации
дополнительной общеразвивающей программы
«ПОКОРИТЕЛИ ВОДЫ»
на 2025-2026 учебный год
Педагог: Фонина Светлана Валентиновна**

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	1 октября	31 мая	32	32	64	1 занятие в неделю по 25 мин.

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение детский сад № 62 Приморского района
Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТО:
Педагогическим советом ОУ
ГБДОУ детский сад № 62
Приморского района Санкт-Петербурга
Протокол от 22.09.2025 г. № 2

УТВЕРЖДЕНО:
Приказом ГБДОУ детский сад № 62
Приморского района Санкт-Петербурга
от «01» октября 2025 г. № 31-п/у
Заведующий

В.М. Янковская



**Рабочая программа
к дополнительной общеразвивающей программе
«ПОКОРИТЕЛИ ВОДЫ»**

Срок освоения: 1 год
Возраст обучающихся: 5-6 года

Разработчик:
Фонина Светлана Валентиновна,
педагог дополнительного образования

Отличительные особенности

На сегодняшний день разработано не очень много программ дополнительного образования для занятий в бассейне в условиях ДОО. Как правило, существующие программы уделяют основное внимание работе с физическими навыками ребенка, уделяя недостаточно внимания его психофизической адаптации к условиям водной среды, учитывая прошлый опыт детей по взаимодействию с водной средой. При этом очевидно, что пока у ребенка не удовлетворена его базовая потребность в безопасности, пока он не почувствовал себя спокойно и уверенно в воде, давать ему к освоению какие-либо задания и упражнения нецелесообразно и малоэффективно.

В настоящей программе уделяется достаточно много внимания процессам психологической и физической адаптации ребенка к водному пространству. Занятия проходят в игровой форме, много времени уделяется индивидуальной работе с каждым участником, учитывается темп освоения ребенком нового материала. Занятия проходят в малых группах. Педагог постоянно находится рядом с ребенком – и на суше, и в воде!

Занятия в воде предваряются разминкой на суше, которая способствует улучшению координации движений и балансу тела ребенка, сенсомоторному развитию. Разминка проходит с использованием «Установки искусственного солнца», которая восполняет недостаток солнечных дней в осенне-зимний период года, что особенно актуально для жителей северных регионов нашей страны.

Также немаловажный момент организации занятий – обязательный и тесный контакт с родителями, от поддержки которых во многом зависит уверенность и настрой ребенка. Родителям необходимо рассказывать и показывать, в чем именно преуспел ребенок, в чем его шаг вперед, а в чем ему необходимо помочь и как это возможно сделать. Формы работы с родителями различные: очные встречи, присутствие на занятиях на бортике, дистанционная поддержка (группы и беседы в социальных сетях и мессенджерах).

Задачи:

Обучающие: познакомить с комплексом упражнений на суше, познакомить с комплексом упражнений в воде

Развивающие: дать представление об алгоритме и правилах безопасного поведения в зоне бассейна и в воде, развить уровень крупной моторики

Воспитательные: создать условия для уверенного и свободного передвижения ребенка в водной среде.

Содержание программы

Раздел 1 (2 часа). Техника безопасности (ТБ)

Теория: Понятие ТБ. Функции ТБ.

Практика: Освоение навыков безопасного поведения в зоне бассейна (не бегаем, не толкаемся, не кричим, не ходим по бортикам бассейна, из душевой выходим только в тапочках, внимательно слушаем педагога). Правила повторяются на каждом занятии в течение года в форме инструкций или в форме диалога (дети отвечают на вопросы да/нет).

Подведение итогов: Дети ведут себя в соответствии с выученными правилами ТБ.

Раздел 2 (16 часов). Разминка на суше

Теория: Знакомство с инвентарём для разминки на суше.

Практика: Освоение навыков физической подготовки. Прохождение полосы препятствий (подъём и спуск по выпуклым мостикам, перешагивание предметов, хождение на носочках

и т.д.). Сенсомоторное развитие (хождение по различным поверхностям, работа на балансборде сидя, стоя, лёжа, элементы массажа и самомассажа).

Подведение итогов: Проведение открытого занятия с прохождением полосы препятствий и работой на балансборде.

Раздел 3 (14 часов). Разминка в воде

Теория: Знакомство со свойствами воды и инвентарём для занятий.

Практика: Вход в воду. Освоение навыков работы около поручня: прыжки около поручня, движение различными способами вдоль поручня с опорой на него, выдох в воду, упражнения для рук и ног около поручня.

Подведение итогов: Самостоятельное выполнение заданий разминки.

Раздел 4 (16 часов). Практика водных упражнений

Теория: Знакомство со свойствами воды и инвентарём для занятий.

Практика: Освоение навыков свободного передвижения в воде различными способами с опорой на дно: ходьба, прыжки, бег. Освоение навыков перемещения в воде без опоры на дно при помощи поддерживающих устройств (плавательные палки, досочки, мячи, плотики). Спрыгивание в воду с плотиков с поддержкой и без. Полные или частичные погружения в воду.

Подведение итогов: Самостоятельное плавание при помощи поддерживающих устройств.

Раздел 5 (12 часов). Игры в воде

Теория: Знакомство с правилами совместных и индивидуальных игр в воде.

Практика: Освоение навыков совместных и индивидуальных игр в воде: «Собери предметы», «Догонялки», «Рыбалка», «Спрячься в домик», «Поиски сокровищ», «Водное такси», «Баржа перевозит грузы», «Я капитан!», «Цапля вышла на охоту», «Лягушата прыгают с листочка» и многие другие

Подведение итогов: Совместное игровое занятие.

Раздел 6 (4 часа). Практика открытых мероприятий

Теория: Психологическая и организационная подготовка детей к проведению открытых уроков. Знакомство с правилами поведения при присутствии на занятии гостей.

Практика: Освоение навыков участия в занятии при присутствии гостей в зоне бассейна. Психологическая подготовка к визиту гостей, организационная подготовка.

Подведение итогов: Проведение открытого занятия.

Планируемые результаты освоения программы

Предметные (содержательные) результаты: уровень знаний и представлений детей по темам программы.

Обучающийся знает и умеет:

- Умеет выполнять упражнения основного комплекса разминки на суше перед занятием в воде для детей 5-6 лет;
- Освоил комплекс основных упражнений для занятий в воде для детей 5-6.

Метапредметные результаты: усвоение обучающимися сведения о методах и приёмах познания, структуре знаний и способах работы с ними.

Обучающийся обладает следующими УУД:

Регулятивные УУД:

- Умение работать по предложенному педагогом плану;
- Имеет представление об алгоритме безопасного нахождения в воде и непосредственно рядом с ней;
- Уровень крупной моторики у ребенка будет выше по сравнению с первоначальным.

Познавательные УУД:

- Умение ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного.

Коммуникативные УУД:

- Умение слушать и понимать речь других;

- Умение задавать вопросы;
- Умение сохранять доброжелательное отношение друг к другу.

Личностные результаты:

Обучающийся обладает умениями:

- Умение самостоятельно находиться в воде, свободно передвигаться в ней различными способами, доступными ему по возрасту и уровню навыков;
- Умение получать удовольствие от взаимодействия с водной средой.

Календарно-тематический план

№ п/п	Дата	Коррек- тировка	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/аттестации
				Всего	Теория	Практика	
1.	03,10		Техника безопасности	2	1	1	В процессе занятия
2.	10,10		Разминка на суше	2	1	1	В процессе занятия
3.	17,10		Разминка на суше	2	1	1	В процессе занятия
4.	24,10		Разминка на суше	2	1	1	В процессе занятия
5.	31,10		Разминка на суше	2	1	1	В процессе занятия
6.	07,11		Разминка на суше	2	1	1	В процессе занятия
7.	14,11		Разминка на суше	2	1	1	В процессе занятия
8.	21,11		Разминка на суше	2		2	В процессе занятия
9.	24,11		Разминка на суше	2		2	В процессе занятия
10.	28,11		Разминка в воде	2	1	1	В процессе занятия
11.	05,12		Разминка в воде	2	1	1	В процессе занятия
12.	12,12		Разминка в воде	2	1	1	В процессе занятия
13.	19,12		Разминка в воде	2	1	1	В процессе занятия
14.	26,12		Разминка в воде	2		2	В процессе занятия
15.	14,01		Разминка в воде	2		2	В процессе занятия
16.	21,01		Разминка в воде	2		2	В процессе занятия
17.	28,01		Практика водных упражнений	2	1		В процессе занятия
18.	04,02		Практика водных упражнений	2	1		В процессе занятия
19.	11,02		Практика водных упражнений	2		1	В процессе занятия
20.	18,02		Практика водных упражнений	2		1	В процессе занятия
21.	25,02		Практика водных упражнений	2		1	В процессе занятия
22.	04,03		Практика водных упражнений	2		1	В процессе занятия
23.	11,03		Практика водных упражнений	2		1	В процессе занятия
24.	18,03		Практика водных упражнений	2		1	В процессе занятия
25.	25,03		Игры в воде	2	1	1	В процессе занятия

26.	01,04		Игры в воде	2	1	1	В процессе занятия
27.	08,04		Игры в воде	2	1	1	В процессе занятия
28.	15,04		Игры в воде	2	1	1	В процессе занятия
29.	22,04		Игры в воде	2		2	В процессе занятия
30.	29,04		Игры в воде	2		2	В процессе занятия
31.	13,05		Практика открытых мероприятий	2	2		Проведение открытого занятия, отзывы родителей
32.	20,05		Практика открытых мероприятий	2		2	Проведение открытого занятия, отзывы родителей
			ИТОГО	64	21	43	

МЕТОДИЧЕСКИЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

При реализации программы используются личностно-ориентированные педагогические технологии:

Педагогические технологии и методы.

1. Игровая технология.
2. Информационно - коммуникативные технологии.
3. Здоровьесберегающие технологии.

Методы и приемы:

1. Словесно- наглядный.
2. Практический.

№	Раздел/тема	Формы занятий	Приемы и методы	Дидактический материал	Техническое оснащение	Формы подведения итогов
1	Техника безопасности	Объяснение, беседа, показ	Словесно-наглядный, практический	Показ, демонстрация	Бассейн	выполнение задания
2	Разминка на суше	Инструкция, показ	Словесно-наглядный, практический	Показ, демонстрация	Зона около бассейна, установка искусственного солнца, балансборды, сенсорные дорожки, массажные мячи и др. игрушки	Выполнение заданий, открытые занятия
3	Разминка в воде	Инструкция, показ	Словесно-наглядный, практический	Показ, демонстрация	Бассейн с водой 33-34 градуса, поддерживающий инвентарь, тонущие игрушки, плавающие игрушки, мячи различного диаметра, лейки	Выполнение заданий, открытые занятия
4	Практика водных упражнений	Инструкция, показ	Словесно-наглядный, практический	Показ, демонстрация	Бассейн с водой 33-34 градуса, поддерживающий инвентарь, тонущие игрушки, плавающие игрушки, мячи различного диаметра, лейки	Выполнение заданий, открытые занятия
5	Игры в воде	Инструкция, показ	Словесно-наглядный, практический	Показ, демонстрация	Бассейн с водой 33-34 градуса, поддерживающий инвентарь, тонущие игрушки, плавающие игрушки, мячи различного диаметра, лейки	Выполнение заданий, открытые занятия

6	Практика открытых мероприятий	Беседа, инструкция, показ	Словесно-наглядный, практический	Показ, демонстрация	Скамейки для гостей в зоне бассейна, бассейн с водой 33-34 градуса, поддерживающий инвентарь, тонущие игрушки, плавающие игрушки, мячи различного диаметра, лейки	Выполнение заданий, открытые занятия
---	-------------------------------	---------------------------	----------------------------------	---------------------	---	--------------------------------------

Занятие состоит из трёх частей: вводной, основной (разминка на суше + работе в воде) и заключительной.

В вводной части решаются задачи организации обучающихся и их подготовка к последующей работе.

В основной части обучающиеся знакомятся с новым материалом, выполняют упражнения и совершенствуют навыки в освоении комплекса упражнений разминки на суше, комплекса разминки в воде и водных упражнений.

При объяснении нового материала необходимо придерживаться следующего: короткое объяснение – пробный показ – пробное исполнение – краткий анализ исполнения – поточное исполнение – поощрение всех детей.

Основное внимание уделяется мягкой и бережной адаптации к водной среде с учетом личностных особенностей и двигательного опыта ребенка, а также темпу освоения им нового материала.

Важное условие работы с ДОП:

- сохранение темпа занятия;
- чередование статичных и подвижных упражнений и заданий.

Материально-техническое обеспечение программы:

- бассейн с тёплой водой 33-34 градуса;
- зона бассейна, которую возможно использовать для разминки;
- установка искусственного солнца;
- сенсорные дорожки с различными поверхностями;
- несколько балансбордов;
- поддерживающий плавательный инвентарь (доски, плавательные палки, мячи);
- тонущие игрушки;
- плавающие игрушки;
- леечки,
- прочие игрушки.
- аудио и записи (музыка) по темам занятий.

Информационное обеспечение – аудио-, видео-, интернет - источники

Аудио-, видео- источники.

<https://rutube.ru/video/12c4fa7a82e7213036f7f6b36c62cc6b/>

<https://rutube.ru/video/db624689960f6cc8bba81cbcc3dc10d2/>

<https://rutube.ru/video/0e773e1c9d5adf869c65998032284cea/>

Нормативно – правовая база разработки ДОП:

1. ФЗ РФ "Об образовании в Российской Федерации" от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ.
2. Федеральный закон «О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" по вопросам воспитания обучающихся» от 31.07.2020 № 304-ФЗ
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года. Утв. распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р
4. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р.
5. Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам. Приказ Министерства Просвещения России от 27.07.2022 № 629
6. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»
7. Программа преемственности формирования УУД при переходе от дошкольного к начальному образованию, 2018 г
8. Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ // Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816
9. Методические рекомендации «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации». Письмо Минпросвещения России от 30.12.2022 НАБ-3924/06
10. Методические рекомендации «Особенности реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий». – СПб., 2020;
11. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». (срок действия до 01.01.2027).
12. Распоряжение Комитета по образованию от 25.08.2022 № 1676-р «Об утверждении критериев оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и индивидуальными и предпринимателями Санкт-Петербурга».

Литература для педагогов:

1. Дегтярева А.А. Теория и методика плавания – ЛитРес, 2022
2. Булгакова Н.Ж. Игры на воде для обучения и развлечения – ЛитРес, 2018
. Использование нестандартного оборудования в физическом развитии детей дошкольного возраста, методическое пособие – Детство-Пресс, 2023

Литература для родителей и детей:

1. Давыдов В.Ю. Безопасность на воде и оказание помощи пострадавшим – ЛитРес, 2018
2. Фридман Ф.Б. Плавание для малышей – ЛитРес, 2018
3. Диковинный С. Мой друг Аквик Литрес, 2022
4. Истомин А.А. Азбука по плаванию - ЛитРес, 2025

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

В ходе изучения программы педагог осуществляет изучение динамики освоения предметного содержания программы, личностного развития и освоения метапредметных знаний.

Входной контроль проводится в начале реализации программы.

Итоговый контроль - контроль достижений планируемых результатов.

Взаимосвязь задач и ожидаемых результатов

Задачи	Ожидаемые результаты (глагол в будущем времени)	Диагностика
Образовательные:	Предметные:	
Познакомить с комплексом упражнений на суше	Будет уметь выполнять упражнения основного комплекса разминки на суше перед занятием в воде для детей 5-6 лет	1. Высокий уровень (ребенок самостоятельно выполняет задания из комплекса упражнений) 2. Средний уровень (ребенок выполняет упражнения с сопровождением педагога) 3. Низкий уровень (ребенок не готов выполнить задание)
Познакомить с комплексом упражнений в воде	Освоит комплекс основных упражнений для занятий в воде для детей 5-6	
Развивающие:	Метапредметные:	
Дать представление об алгоритме и правилах безопасного поведения в зоне бассейна и в воде	Ребенок будет иметь представление об алгоритме безопасного нахождения в воде и непосредственно рядом с ней.	
Развить уровень крупной моторики	Уровень крупной моторики у ребенка будет выше по сравнению с первоначальным.	
Воспитательные:	Личностные:	
Создать условия для уверенного и свободного передвижения ребенка в водной среде	Ребенок сможет самостоятельно находиться в воде, свободно передвигаться в ней различными способами, доступными ему по возрасту и уровню навыков, получать удовольствие от взаимодействия с водной средой.	

Блок/Тема	Прогнозируемые предметные результаты
1 год обучения	
1. Техника безопасности 2. Разминка на суше 3. Разминка в воде 4. Практика водных упражнений	На суше: освоит комплекс основных упражнений для разминки перед плаванием. - для развития координации, баланса (прохождение полосы препятствий, работа на балансбордах, упражнения на координацию) - сенсомоторные навыки (хождение по сенсорным дорожкам с различным покрытием, обучение элементам массажа и самомассажа) - для развития физической силы (общеукрепляющие упражнения, в том числе с использованием нетяжелых предметов – мячей, пластиковых гантелей и т.д.)

5. Игры в воде 6. Практика открытых мероприятий	В воде: освоит комплекс упражнений в воде для возраста 5-6 года - безопасный и спокойный вход в воду - упражнения с опорой на поручень – прыжки вверх, перемещение вдоль поручня, выдох в воду, погружение/частичное погружение лица в воду, работа ног - свободное перемещение в воде в различных направлениях и различными способами (ходьба, бег, прыжки) без опоры на поручень - плавание на животе и на спине с использованием поддерживающих устройств (палки для плавания, плавательные доски, мячи и т.д.) - погружения/частичные погружения в воду за предметом - прыжки с поддержкой/частичной страховкой/самостоятельные с плотика или бортика
--	---

Методический инструментальный мониторинг

Диагностика освоения программы проводится 2 раза в год посредством использования тематического тестового задания.

Входной контроль проходит в октябре, проводится в виде тематического тестового задания.

Итоговый контроль проводится в мае в виде тематического тестового задания, в форме открытого занятия.

Описание тематического тестового задания – см. Приложение №1

Описание тематического тестового задания для проведения итоговой диагностики по программе «Капелька»

Итоговая диагностика освоения программы проводится в форме: открытого занятия
Текущая диагностика освоения программы проводится 1 раз в год посредством использования тематического тестового задания.

Тематическое тестовое задание состоит из 3 блоков:

- Координация, баланс: плавание на животе и на спине с использованием поддерживающего устройства (нудла, плавательной палки)
- Скольжение: плавание на животе при помощи плавательной досочки
- Погружения с задержкой дыхания.

Блок 1.

Координация, баланс: плавание на животе и на спине с использованием поддерживающего устройства (нудла, плавательной палки). Задание «Лодочка».

Исходное положение: длинный нудл сгибается пополам, продевается под руками ребенка. Ребенок придерживает концы нудла ручками.

Высокий уровень: ребенок может перевести тело в горизонтальное положение и свободно, без помощи педагога, перемещаться по бассейну в заданном направлении, совершая плавательные движения ногами. Возможно перемещение как на животе, так и на спине.

Средний уровень: ребенок может оторвать ноги от дна и самостоятельно удерживать равновесие на нудле при вертикальном положении тела. Перемещаться в горизонтальном положении при помощи плавательных движений ног может со страховкой педагога.

Низкий уровень: ребенок может самостоятельно перемещаться с нудлом шагом по мелкой части бассейна с опорой на дно. Удерживает равновесие в вертикальном положении без опоры на дно со страховкой педагога.

Блок 2.

Скольжение: плавание на животе при помощи плавательной досочки. Задание «Баржа»

Исходное положение: ребенок стоит на дне, плавательная досочка в руках.

Высокий уровень: ребенок кладет вытянутые ручки на досочку и может самостоятельно, без помощи педагога перемещаться, отталкиваясь ото дна и совершая плавательные движения ногами хотя бы на непродолжительные расстояния.

Средний уровень: ребенок может обнять досочку руками и удерживать равновесие на месте без опоры на дно. Перемещаться по бассейну может быстрым шагом/бегом с досочкой в вытянутых руках, самостоятельно, без страховки педагога. Перемещаться в горизонтальном положении с досочкой в руках и совершая плавательные движения ногами может со страховкой педагога.

Низкий уровень: ребенок может перемещаться по бассейну шагом с досочкой в руках со страховкой педагога.

Блок 3.

Погружения с задержкой дыхания. Задание «Рыбалка»

Исходное положение: ребенок стоит на дне в мелкой части бассейна рядом с лесенкой. На лесенке под водой на различной глубине разложены тонущие игрушки (рыбки, морские ежи, морские коньки и т.д.)

Высокий уровень: ребенок может самостоятельно задержать дыхание и погрузиться под воду или погрузить лицо в воду до линии волос, поднять игрушку.

Средний уровень: ребенок может самостоятельно задержать дыхание и частично погрузиться под воду (до линии рта или носа), поднять игрушку.

Низкий уровень: ребенок может самостоятельно задержать дыхание и достать игрушку с небольшой глубины, не погружаясь под воду.