

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
ГОРОДСКОГО ОКРУГА
ГОРОДА РАЙЧИХИНСКА АМУРСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное дошкольное образовательное автономное учреждение
детский сад № 29 городского округа города Райчихинска
Амурской области

Принята на заседании
Педагогического совета от
От «30» 08 2023 г.
Протокол № 1

Утверждаю:

Заведующий МДОАУ ДС №29

Стрехина Н.А.

Приказ № 2

2023 г.



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Игры на воде»
Ознакомительный уровень
Возраст обучающихся 6-7 лет
Срок реализации 1 год**

Автор - составитель программы:
Шелег Марина Алексеевна,
воспитатель МДОАУ ДС № 29

г. Райчихинск, 2023

Согласованно старший воспитатель

Берникова Ю. С.

Содержание

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы	
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи... ..	6
1.3. Содержание программы	6
1.4. Планируемые результаты	9
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий	
2.1. Календарный учебный график программы	9
2.2. Условия реализации программы	12
2.3. Формы аттестации	12
2.4. Оценочные материалы	12
2.5. Методические материалы	13
2.6. Рабочая программа воспитания	14
2.7. Календарный план воспитательной работы	16
3. Список литературы	16

1. Комплекс основных характеристик программ

1.1. Пояснительная записка

Программа предназначена для детей старшего дошкольного возраста. В основе занятий лежит приобретение умений, позволяющих комфортно себя чувствовать на воде и, конечно же, получать от этого удовольствие. Осваивая разные виды движений в воде, ребенок учиться ориентироваться, развивать реакцию, коммуникативные качества, управлять собственным телом, принимать самостоятельное решение, развивать силу, ловкость и выносливость. В подвижных играх на воде развиваются способности правильно оценивать пространственные и временные отношения, быстро и правильно реагировать на сложившуюся ситуацию в часто меняющейся обстановке игры.

Направленность программы - физкультурно - спортивная.

Программа разработана на основе нормативных документов

1. Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. ЛЬ 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 27.07.2022. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 24 апреля 2015г. N 729-р, «Разработка предложений о сроках реализации дополнительных общеразвивающих программ»;
4. Постановление Главного государственного санитарного врача 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»;
5. Постановление Правительства Амурской области от 19.05. 2010 г. № 252 «Об организации и обеспечении отдыха и оздоровления детей и молодежи в Амурской области».

6. Устав Муниципального дошкольного образовательного автономного учреждения детского сада № 29 городского округа города Райчихинска Амурской области.

7. Методические рекомендации по организации и реализации учебной работы по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ ГАУ ДПО «АМИРО» от 14.02.2022г.).

Актуальность программы

Необходимость укрепления здоровья воспитанников, привития им гигиенических навыков, проведения закаливающих процедур, обучения плаванию средствами игровых упражнений. Также создания партнерских отношений между педагогом и воспитанниками. Реализация данной программы поможет раскрыть ребёнка, обогатить его внутренний мир, донести до него наиболее важные общественные ценности. Наравне с дисциплиной, упорством и трудолюбием воспитываются такие качества как забота, сопереживание, уважение к окружающим. Влияние физических упражнений и подвижных игр на воде на организм ребёнка необычайно благотворно и разнообразно. Они помогают стать здоровым, сильным, ловким, выносливым, смелым, оказывают прекрасное оздоровительное действие на организм.

Отличительные особенности и новизна программы

Содержание программы направлено на формирование двигательной активности и физических качеств детей. В занятия включены разные виды физических упражнений и подвижные игры, в том числе специальные упражнения для освоения различных видов движения на воде, способствующие развитию дыхания и расслаблению мышц.

Адресат программы - дети старшего дошкольного возраста от 6 – до 7 лет. Старший дошкольный возраст - это период быстрого роста и физического развития организма ребенка. Возраст 6 – 7 лет характеризуется как период существенных изменений в организме ребенка и является определенным этапом созревания организма.

В этот период идет интенсивное развитие и совершенствование опорно - двигательной и сердечно - сосудистой систем организма, развитие мелких мышц, развитие и дифференцировка различных отделов центральной нервной системы.

Условия набора обучающихся: принимаются все желающие.

Медицинская сестра бассейна осматривает детей и ведёт контроль за состоянием здоровья каждого ребёнка с обязательной термометрией и проверкой кожного покрова. Обязательно проводится табелирование детей с учетом состояния и самочувствия каждого воспитанника.

Особенности комплектования учебных групп: воспитанники подготовительных групп, являющиеся основным составом объединения.

Состав группы - постоянный.

Объем и срок освоения программы - 1 год обучения - 36 часов

Режим занятий - 1 раз в неделю по 1 академическому часу (30 мин)

Формы обучения - очно.

Уровень программы: ознакомительный. Предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы, развитие мотивации.

Особенности организации образовательного процесса - форма реализации образовательной программы – традиционная.

Организационные формы обучения:

- фронтальные - одновременная работа со всеми детьми;
- коллективные - организация проблемно - поискового или творческого взаимодействия между всеми детьми;
- индивидуально - фронтальные - чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;
- коллективно - групповые - выполнение заданий малыми группами, последующая презентация результатов выполненных заданий и их обобщение;

- в парах - организация работы по парам;
- индивидуальные - индивидуальное выполнение заданий, решение проблем.

1.2. Цель программы

Сформировать физические качества и укрепить здоровье посредством физических упражнений и подвижных игр на воде в бассейне.

Задачи программы

- воспитать стремление к самостоятельности при передвижении и играх на воде;
- сформировать навыки личной гигиены;
- развить физические качества: силу, ловкость, выносливость и координацию.
- познакомить с основными правилами безопасного поведения на воде, на открытых водоемах;
- познакомить с игровыми упражнениями и подвижными играми на воде;
- научить детей самостоятельно спускаться в воду, двигаться по всей площади бассейна, играть в воде;

1.3. Содержание программы

Учебный план

№	Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
1.	Игры на суше	4	2	2	
	1.1. Значение плавания и правила поведения в бассейне.	2	1	1	Начальная диагностика
	1.2. Правила личной гигиены в бассейне.	2	1	1	опрос
2.	Игры с перемещением по дну бассейна с опорой	3	1	2	
	2.1. Вход в воду с помощью	3	1	2	наблюдение

	инструктора.				
3.	Игры с перемещением по дну бассейна без опоры.	3	1	2	
	3.1. Самостоятельный вход в воду.	3	1	2	наблюдение
4.	Игры на погружение в воду у опоры и без опоры	8	2	6	
	4.1. Виды перемещения по дну бассейна.	6	2	4	опрос
	4.2. Виды погружения под воду.	2		2	наблюдение
5.	Перемещения и игровые упражнения по всей площади бассейна	18	2	16	
	5.1. Упражнения на формирование осанки.	5	1	4	наблюдение
	5.2. Упражнения на вращение руками	4	1	3	наблюдение
	5.3. Игровые упражнения на суше и в бассейне	9		9	итоговая диагностика
	Итого	36	8	28	

Содержание учебного плана

1. Игры на суше (4 ч.)

Теория (2 ч.): Правила поведения в бассейне. Значение плавания и правила личной гигиены в бассейне.

Практика (2 ч.): Разминка «Рыбки», игры «Маленькие и большие», «Карусели», дыхательная гимнастика «Насос». Разминка «Рыбки», игры «Мячики», «Кораблики», дыхательное упражнение «Любопытные рыбки».

Формы контроля: начальная диагностика, опрос, начальная диагностика, опрос.

2. Игры с перемещением по дну бассейна с опорой (3 ч.)

Теория (1 ч.): Соблюдение техники безопасности при перемещении по дну бассейна с опорой.

Практика (2 ч.): Игры «Фонтаны», «Поймай лодочку». Игры «Мячики», «Догони меня».

Формы контроля: наблюдение, наблюдение, наблюдение.

3. Игры с перемещением по дну бассейна без опоры. (3 ч.)

Теория (1 ч): Виды перемещения по дну бассейна без опоры.

1.4. Прогнозируемые результаты

- будет воспитано стремление к самостоятельности при передвижении и играх на воде;
- будут сформированы навыки личной гигиены;
- будут развиты физические качества: сила, ловкость, выносливость и координация;
- будут знать основные правила безопасного поведения на воде, на открытых водоемах;
- будут знать игровые упражнения и подвижные игры на воде;
- будут уметь самостоятельно спускаться в воду, двигаться по всей площади бассейна, играть в воде.

2. Комплекс организационно – педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

№	Месяц	Чис-ло	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1 полугодие								
1	Сентябрь	15	17.00-17.25	Виртуальная экскурсия	1	Игры на суше. Правила поведения в бассейне	Физк. зал	начальная диагностика
2	Сентябрь	22	17.00-17.25	Игровое занятие	1	Разминка «Рыбки», игры «Маленькие и большие», «Карусели»	Физк. зал	опрос
3	Сентябрь	29	17.00-17.25	Игровое занятие	1	Разминка «Рыбки», игры «Мячики», «Кораблики», дыхательное упражнение «Любопытные рыбки»	Бассейн	опрос
4	Октябрь	6	17.00-17.25	Беседа	1	Соблюдение техники безопасности при перемещении по	Бассейн	наблюдение

						дну бассейна с опорой		
5	Октябрь	13	17.00-17.25	Игровое занятие	1	Игры «Фонтаны», «Поймай лодочку».	Бассейн	наблюдение
6	Октябрь	20	17.00-17.25	Игровое занятие	1	Игры «Мячики», «Догони меня».	Бассейн	наблюдение
7	Октябрь	27	17.00-17.25	Беседа	1	Виды перемещения по дну бассейна без опоры.	Бассейн	наблюдение
8	Ноябрь	3	17.00-17.25	Игровое занятие	1	Игры «Найди себе пару», «Солнышко и дождик».	Бассейн	наблюдение
9	Ноябрь	10	17.00-17.25	Игровое занятие	1	Игры «Карусели», «Море волнуется»	Бассейн	наблюдение
10	Ноябрь	17	17.00-17.25	Беседа	1	Виды перемещений по дну бассейна.	Бассейн	опрос
11	Ноябрь	24	17.00-17.25	Беседа	1	Виды погружения под воду.	Бассейн	опрос
12	Декабрь	1	17.00-17.25	Игровое занятие	1	Игра «Переправа».	Бассейн	опрос
13	Декабрь	8	17.00-17.25	Игровое занятие	1	Игра «Найди свой домик».	Бассейн	опрос
14	Декабрь	15	17.00-17.25	Игровое занятие	1	Игра «Пузырь».	Бассейн	опрос
15	Декабрь	22	17.00-17.25	Игровое занятие	1	Свободные игры с непотопляемыми игрушками.	Бассейн	опрос
16	Декабрь	29	17.00-17.25	Игровое занятие	1	Что мы знаем о плавании	Групповая комната	контрольное занятие
2 полугодие								
17	Январь	5	17.00-17.25	Игровое занятие	1	Свободное купание	Бассейн	наблюдение
18	Январь	12	17.00-17.25	Игровое занятие	1	Свободное купание.	Бассейн	наблюдение
19	Январь	19	17.00-17.25	Беседа	1	Упражнения на формирование осанки.	Бассейн	наблюдение
20	Январь	26	17.00-17.25	Игровое занятие	1	Игры «Цапли», «Волны на море».	Бассейн	наблюдение

21	Февраль	2	17.00-17.25	Игровое занятие	1	Разминка «Лягушата».	Бас-сейн	наблю-дение
22	Февраль	9	17.00-17.25	Игровое занятие	1	Игры «Поплавок», «Кузнечики».	Бас-сейн	наблю-дение
23	Февраль	16	17.00-17.25	Игровое занятие	1	Игры «Достань игрушку», «Мяч на воде».	Бас-сейн	наблю-дение
24	Март	1	17.00-17.25	Беседа	1	Упражнения на вращение руками.	Бас-сейн	наблю-дение
25	Март	15	17.00-17.25	Игровое занятие	1	Свободное перемещение в воде.	Бас-сейн	наблю-дение
26	Март	22	17.00-17.25	Игровое занятие	1	Игры «Рыбаки и рыбки», «Нырни в обруч».	Бас-сейн	наблю-дение
27	Март	29	17.00-17.25	Игровое занятие	1	Игры «Пятнашки», «Мяч в воздухе».	Бас-сейн	наблю-дение
28	Март	5	17.00-17.25	Игровое занятие	1	Игры «Торпеды», «Крокодилы».	Бас-сейн	наблю-дение
29	Апрель	12	17.00-17.25	Игровое занятие	1	Игры «Хоровод», «Принеси мяч».	Бас-сейн	наблю-дение
30	Апрель	19	17.00-17.25	Контроль-ное занятие	1	Игры «Сердитая рыбка», «Кто быстрее».	Бас-сейн	итоговая диагнос-тика
31	Апрель	26	17.00-17.25	Игровое занятие	1	Игры «Гудок», «Спрячься в воду».	Физк. зал	наблю-дение
32	Май	3	17.00-17.25	Игровое занятие	1	Игры «Плыви игрушка», «Буксир».	Физк. зал	наблю-дение
33	Май	0	17.00-17.25	Игровое занятие	1	Игра «Караси и щука», «Поплавок»	Физк. зал	наблю-дение
34	Май	17	17.00-17.25	Игровое занятие	1	Игры «Пятнашки», «Мяч в воздухе».	Физк. зал	наблю-дение
35	Май	24	17.00-17.25	Игровое занятие	1	Игры «Хоровод», «Принеси мяч»	Физк. зал	наблю-дение
36	Май	31	17.00-17.25	Игровое занятие	1	Игры «Плыви игрушка», «Буксир»	Физк. зал	итого-вая диагнос-тика
Всего 36 занятий								

2.2. Условия реализации программы

Материально – техническое обеспечение – Занятия проводятся в бассейне, соответствующем требованиям технике безопасности, пожарной безопасности, санитарным нормам. Для разминки и упражнений на суше оборудован зал. Имеются сушилки для волос, часы - секундомер, термометр для воды, свисток, коврик резиновый, кабинки для раздевания, душ, скамейки для одевания – раздевания, скамейки для отдыха, шапочки, личные купальные принадлежности.

Информационное обеспечение – аудио, видео, фото, интернет – источники.

Кадровое обеспечение – Воспитатель высшей квалификационной категории, имеющий неполное высшее образование, обладающий большим практическим опытом, знаниями и выполняющий качественно и в полном объеме возложенные на него должностные обязанности.

2.3. Форма аттестации

- **Текущий контроль** включает следующие формы: наблюдение, беседа, игровое занятие, выполнение упражнений на суше.

- **Промежуточная аттестация** - проверяются знания, полученные учащимися при овладении программы за 1-е полугодие и фиксируются в протоколах.

- **Итоговая аттестация** – показывает результат обучения по программе за год.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов – диагностическая карта, открытое занятие, презентация результатов образования по программе для родителей.

2.4. Оценочные материалы

При анализе уровня усвоения программного материала воспитанниками рекомендуется использовать диагностический

инструментарий согласно целевым ориентирам, где усвоение программного материала и развитие других качеств ребенка определяю по трем уровням:

Высокий уровень освоения Программы – воспитанники демонстрируют высокую ответственность и заинтересованность в учебной и творческой деятельности, самостоятельно выполняют задания, отлично знают теоретические основы и великолепно владеют основными навыками личной гигиены при занятии в бассейне. Обладают отлично развитыми физическими качествами: силой, ловкостью, координацией. Понимают и правильно используют правила поведения на воде и открытых водоемах, демонстрируют высокую динамику личностного и творческого развития, высокий уровень общей, нравственной культуры, культуры общения и поведения.

Средний уровень освоения Программы - воспитанники демонстрируют ответственность и заинтересованность в учебной и творческой деятельности, но не регулярно выполняют самостоятельно задания, хорошо владеют основными навыками личной гигиены, понимают и правильно используют правила поведения на воде и открытых водоемах, демонстрируют динамику личностного и творческого развития.

Низкий уровень освоения Программы – воспитанники демонстрируют низкую культуру поведения и низкий уровень общей культуры, не заинтересованы в образовательной деятельности, не выполняют задания для самостоятельной работы, плохо знают теорию и не владеют знаниями основных правил поведения на воде.

2.5. Методические материалы

Методы - игровые (игры, игровые упражнения, игровые приемы); словесные (беседа, объяснение, рассуждение, рассказ взрослого, чтение и обсуждение художественной литературы, пояснение); наглядные (наблюдение, рассматривание предметов, плакатов, зарисовок, картин,

иллюстраций); практические (исследование).

Технологии: здоровьесберегающие, игровые, личностно – ориентированные, информационно - коммуникативные, интерактивные (разбор ситуаций) и др.

Формы организации занятия, беседы, занятия - презентации, игровые занятия, открытые занятия, решение проблемных ситуаций, чтение художественной литературы.

Дидактические материалы: обручи плавающие (горизонтальные), мячи резиновые разных размеров, надувные круги разных размеров, нарукавники разных размеров, круг спасательный детский, игрушки и предметы с изменяющейся плавучестью, игрушки и предметы – тонущие различных форм и размеров, игрушки и предметы плавающие, дорожки для профилактики плоскостопия, обручи разных размеров, надувные мячи, мелкие пластмассовые игрушки.

Алгоритм учебного занятия:

1. Вводная часть (подготовительная) – организационная. (Суша, вода).
2. Основная часть – обучающая, развивающая. (Вода).
3. Заключительная часть - постепенное снижение нагрузки и повышение эмоциональности занятий. (Вода, суша).
4. Подведение итогов. (Суша)

2.6. Рабочая программа воспитания

Воспитательная работа в ДООУ предлагается ребенку через разные виды деятельности с учетом его актуальных и потенциальных возможностей усвоения этого содержания и совершения им тех или иных действий, с учетом его интересов, мотивов и способностей.

Воспитательная деятельность предусматривает личностно-порождающее взаимодействие взрослых с детьми, предполагающее создание таких ситуаций, в которых каждому ребенку предоставляется возможность выбора деятельности, партнера, средств и пр.; обеспечивается опора на его личный опыт при освоении новых знаний и жизненных навыков.

1. Цель и особенности организуемого воспитательного процесса

Создание благоприятных условий для усвоения детьми дошкольного возраста социально значимых знаний – знаний основных норм и традиций того общества, в котором они живут.

2. Формы и содержание деятельности

- Образовательное предложение для группы детей
- Режимные моменты
- Ключевые дела
- Кружки, секции, клубы, студии
- Экскурсии, экспедиции, походы
- Взаимодействие взрослых и детей
- Взаимодействие с семьей
- Организация предметно-пространственной среды

3. Планируемые результаты:

- Формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- Приобщение детей к общечеловеческим нормам морали, национальным устоям и традициям образовательного учреждения;
- Обеспечение развития личности и её социально-психологической

поддержки, формирование личностных качеств, необходимых для жизни;

- Воспитание внутренней потребности личности в здоровом образе жизни, ответственного отношения к природной и социокультурной среде обитания;

- Поддержка социальных инициатив и достижений воспитанников.

2.7. Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия, событие	Форма проведения	Сроки проведения
1.	«Если хочешь быть здоров»	Тематическая беседа	Сентябрь
2.	«Спортивно-физкультурный досуг»	Развлечение	1 раз в квартал
3.	«День защитника отечества»	Военно-патриотическая игра-соревнование	Февраль
4.	«День здоровья»	Физкультурно-спортивная акция	Апрель
5.	«Лето в гости к нам идет»	Спортивный праздник	Май

Список литературы для педагога

1. Булгакова Н.Ж. Игры у воды, на воде, под водой. / Н.Ж. Булгакова. - М.: Физкультура и спорт, 2000г. – 42с.

2. Воронова Е. К. Программа обучения плаванию в детском саду. /Е.К.Воронова. - СПб: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010г. – 33с.

3. Осокина Т.И. Обучение плаванию в детском саду./ Т.И. Осокина - М.: Просвещение, 2004г.- 12с.

4. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. / Т.И.Осокина - М.: Просвещение, 2003. – 32с.

5. Осокина Т. И. Как научить детей плавать. /Т.И.Осокина - М.: Просвещение, 2005г. – 19с.

6. Рыбак М., Глушкова Г., Поташова Г «Раз, два, три, плыви» методическое пособие для дошкольных образовательных учреждений. /

М.Рыбак , Г.Глушкова , Г. Поташова . - Москва, обруч, 2010г. – 45с.

7. Солодков А.С., Сологуб Е.Б. Возрастная физиология. / А.С. Солодков, Е.Б.Сологуб - СПб: 2001г. – 32с.

8. Чеменева А.А. Система обучения плаванию для детей дошкольного возраста. / А.А. Чеменева - Санкт-Петербург 2011г. – 45с.

Список литературы для родителей

1. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам: Ст. возраст. / Л.Д. Глазырина – М.: Владос, 2007г. -15с.

2. Кистяковская М.Ю. и др. Физическое воспитание детей дошкольного возраста. / М.Ю.Кистяковская - М.: Просвещение, 2010г. – 12с.

3. Маленкова Л.И. Педагоги, родители и дети. / Л.И. Маленкова - М.: Просвещение, 2006г.- 44с.

4. Мухина В.С. Детская психология. / В.С. Мухина – М.: ООО «Апрель-Пресс», ЗАО «ЭКСМО-Пресс», 2008г.- 89с.

5. Ноткина Н.А. Двигательные качества и методика их развития у дошкольников. / Н.А. Ноткина – М.: Просвещение, 2006г.-18с.

6. Фельденкрайз М. Осознание через движение. / М. Фельденкрайз - М.: Педагогика, 2008г. – 41с.

7. Шебеко В.Н. и др. Физическое воспитание дошкольников. / В.Н.Шебеко – М.: Издательский центр «Академия», 2008г. – 24с.

Список литературы для детей

1. Бианки В. Рыбий дом. / В. Бианки. - М.: Детская литература, 1994г. – 8с.

2. Гернет Н. Хорошая вода./ Н.Гернет. – М.: Детская литература, 2001г. – 15с.

3. Гумелевская М. Рассказ о водяной капле. / М Гумелевская – М: Детская литература, 2011г. – 24с.

4. Константиновский М. Почему вода мокрая. / М.

Константиновский. – СПб.: Авинта, 2003г. – 22с.

5. Тамбиев А. Как увидеть морское дно / А. Тамбиев. СПб.: Авинта , 2003г. – 33с.

Результаты обучения по программе дополнительного образования

№	Фамилия, имя ребенка	Знания правил безопасного поведения на воде		Самостоятельный спуск в воду		Передвижение по дну бассейна		Знание подвижных игр на воде		Сила		Ловкость		Координация		Выносливость		Итоговый результат	
		Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К
1																			
2																			
3																			
4																			
5																			
6																			
7																			
8																			
9																			
10																			
11																			
12																			
13																			
14																			
15																			

Н - низкий уровень
 С - средний уровень
 В - высокий уровень

Вывод на начало учебного года:

Вывод на конец учебного года:

-