

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 480 г. ЧЕЛЯБИНСКА» (МБДОУ «ДС № 480 г. Челябинска»)
454100, г. Челябинск, Чичерина, 4, б. тел. 794-09-09, 796-88-13, факс 244-40-72

ПРИНЯТО
педагогическим советом
МБДОУ «ДС № 480 г. Челябинска»
протокол № 1 от «___» сентября 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующей МБДОУ «ДС № 480
г. Челябинска»
О.В. Журавлева
приказ № ___ от «___» сентября 2021 г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
"Маленький дельфин"**

Разработчик:
Загретдинова Наиля Зауровна
Инструктор по физическому воспитанию

ПРИНЯТО
педагогическим советом
МБДОУ «ДС № 480 г. Челябинска»
протокол № 1 от «___» сентября 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующей МБДОУ «ДС № 480
г. Челябинска»
_____ О.В. Журавлева
приказ № ____ от «___» сентября 2021 г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
"Маленький дельфин"**

Разработчик:
Загретдинова Наиля Зауровна
Инструктор по физическому воспитанию

Содержание

№	Название раздела	№ страниц
Раздел 1 Комплекс основных характеристик программы		
1.1	Пояснительная записка (включая новизну, актуальность)	3
1.2	Цель и задачи программы	4
1.3	Содержание программы	6
1.4	Планируемый результат	26
Раздел 2 Комплекс организационно-педагогических условий		
2.1	Календарный учебный график	27
2.2	Учебный план	28
2.3	Условия реализации программы	30
2.4	Формы аттестации	31
2.5	Оценочные материалы	31
2.6	Методические материалы	32
2.7	Список литературы	33

Раздел 1 Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Маленький дельфин» физкультурно-спортивной направленности, предназначена для работы с детьми дошкольного возраста (4-7 лет) в МБДОУ «ДС № 480 г. Челябинска».

Одним из важнейших средств воспитания здорового ребенка с самого раннего возраста, несомненно, является физическая культура. Правильная организация занятий по физической культуре способствует гармоничному развитию жизненно необходимых физических качеств детей: ловкости, гибкости, быстроты, силы, выносливости, а также выработке гигиенических навыков.

Плавание в детских образовательных учреждениях приобрело большую популярность, прежде всего потому, что появилась возможность эффективного закаливания детей. Важно обучить детей плаванию, но не следует забывать и о больших оздоровительных возможностях бассейна детского сада. В последние годы среди средств оздоровления детей в ДОУ всё чаще упоминается плавательный бассейн. Занятия плаванием широко пропагандируются как мощное средство укрепления здоровья и закаливания организма детей дошкольного возраста. Каждый человек должен уметь плавать. И чем раньше он научится, тем лучше для него. Купание, игры в воде, плавание оказывают благоприятное воздействие на всестороннее физическое развитие ребёнка. Регулярные занятия плаванием положительно влияют на закаливание детского организма: совершенствуется механизм терморегуляции, повышаются иммунологические свойства, улучшается адаптация к разнообразным условиям внешней среды. Также укрепляется нервная система, крепче становится сон, улучшается аппетит, повышается общий тонус организма, совершенствуются движения, увеличивается выносливость.

Во время занятий плаванием детям прививаются умения и навыки самообслуживания, что очень важно для их всестороннего развития. Умение плавать часто может сохранить не только здоровье, но и жизнь ребёнка.

Новизна.

Реализуя программу, на начальном этапе было выявлено, что адаптация детей к условиям водной среды проходит намного быстрее, если обучение плаванию, начинается с погружения детей под воду (доставание предметов со дна), а не с упражнений на дыхание, как предлагает в своей программе Осокина Т.И.

Актуальность – выбранной темы заключается в том, что купание, игры на воде, плавание благоприятны для всестороннего физического развития ребенка. Работоспособность мышц у дошкольников невелика, они довольно быстро утомляются при статических нагрузках. Детям более свойственна динамика. Во время плавания чередуются напряжение и расслабление разных мышц, что

увеличивает их работоспособность и силу. В воде уменьшается статическое напряжение тела, снижается нагрузка на еще не окрепший и податливый детский позвоночник, который в этом случае правильно формируется, вырабатывается хорошая осанка. В то же время активное движение ног в воде вбезопорном положении укрепляет стопы ребенка и предупреждает развитие плоскостопия. Систематические занятия плаванием ведут к совершенствованию органов кровообращения и дыхания. Это происходит благодаря ритмичной работе мышц, необходимости преодолевать сопротивление воды. Улучшается сердечная деятельность, подвижность грудной клетки, увеличивается жизненная емкость легких. Регулярные занятия плаванием положительно влияют на закаливание детского организма. Одновременно с обучением плаванию детям прививаются умения и навыки самообслуживания, что очень важно для всестороннего развития. Плавание благоприятно влияет не только на физическое развитие ребенка, но и на формирование его личности. Не всем детям общение с водой доставляет удовольствие и радость, некоторые боятся входить в воду, боятся глубины. Психологами установлено, что главная опасность на воде – не действия в ней, а чувство страха и боязнь глубины. Именно поэтому первые шаги обучению плаванию направлены на то, чтобы помочь ребенку преодолеть это неприятное и небезобидное чувство. Занятия плаванием развивают такие черты личности, как целеустремленность, настойчивость, самообладание, решительность, смелость, дисциплинированность, умение действовать в коллективе, проявлять самостоятельность.

1.2 Цель и задачи программы.

Цель программы: укрепление и оздоровление дошкольников для разностороннего физического развития, через обучение детей дошкольного возраста плаванию.

Задачи:

- Расширять знания детей о значении занятий плаванием;
- учить различным видам плавания;
- учить движениям руками, ногами;
- учить смене способов элементов плавания.

Задачи 1-ого года обучения (средняя группа)

1. Расширить знания о значении плавания, о влиянии плавания на организм; учить название способов.
2. Совершенствовать навыки в выполнении выдохов в воду.
3. Учить скольжению на груди и на спине с поддерживающими средствами.
4. Учить выполнять упражнения всплытие и лежание на воде без поддерживающих средств.
5. Учить детей переходить из положения «звездочка» в положение «поплавок» и наоборот.
6. Выполнять скольжение на груди и на спине на дальность (метры).

7. Учить делать выдохи в воду во время плавания по элементам и в полной координации всеми способами.

Задачи 2-ого года обучения (старшая - подготовительная группа)

1. Знать об оздоровительном значении плавания.
2. Закрепить знания о правилах безопасности на воде.
3. Учить дыханию с поворотом головы вправо влево.
4. Совершенствовать технику отдельных элементов способов плавания.
5. Совершенствовать согласованию движений рук, ног с различными вариантами дыхания.

1.3.Содержание программы

(для детей 4-5 лет)

1 – 2 занятия.

Задачи: напомнить детям правила поведения в бассейне и на воде; совершенствовать различные виды передвижения в воде; совершенствовать выполнение выдоха, опуская губы (лицо) в воду; совершенствовать умение лежать на воде у поручня и с подвижной опорой; содействовать воспитанию организованности и самостоятельности; способствовать закаливанию организма.

Содержание	1	2	
1.Различные виды передвижений в воде с элементарными движениями рук («бой барабанов», «открываем шторы», «мельница» вперед и назад – попеременное вращение рук).	+	+	2
2.Передвижение в воде спиной вперед. Боком, высоко поднимая колени, в приседе.	+	+	2
3.Выдохи в воду, опуская губы (лицо).	+	+	2
4.Упражнения на лежание и всплывание:			
• «крокодил»;	+	+	2
• лежание на груди у поручня;	+	+	2
• с подвижной опорой;	+	+	2
• с помощью взрослого и самостоятельно (по желанию детей).		+	1
5.Игры – «Сердитая рыбка», «Цапля», «Лягушка», «Пройди сквозь обруч», - по 2-3 игры на занятии.	+	+	2

3 – 6 занятия.

Задачи: продолжать учить самостоятельному лежанию на груди; совершенствовать выполнение выдоха, опуская лицо в воду; учить движениям ног как при плавании способом кроль на груди и на спине; способствовать формированию правильной осанки; содействовать привитию навыков личной гигиены.

Содержание	3	4	5	6	
1. На суше – и.п. сидя, руки в упоре на предплечьях – попеременные движения ног вверх-вниз с амплитудой 15-20 см.	+	+	+	+	4
2. Передвижения в воде (боком, в приседе – подбородок касается воды, спиной вперед, прыжками на двух, правой и левой), с элементарными движениями рук – на одном занятии выполняется 4-6 видов передвижений.	+	+	+	+	4
3. Выдохи в воду (опуская губы в воду, кто желает – опуская лицо, голову в воду).	+	+	+	+	4
4. Упражнения на лежание и всплывание:					
• с поддерживающими средствами;	+	+	+	+	4
• с помощью взрослого;	+	+	+	+	4
• самостоятельно.	+	+	+	+	4
5. Движение ног как при плавании способом кроль на груди:					
• у поручня (по желанию детей – с плавательной доской).	+	+	+		3
6. Движение ног как при плавании способом кроль на спине у поручня.		+	+	+	3
7. Игры «Насос», «Успей спрятаться», «У кого больше пузырь» – по 2-3 игры на занятии.		+		+	2

7 – 10 занятия.

Задачи: продолжать учить самостоятельному лежанию на груди; совершенствовать выполнение выдоха, опуская лицо в воду; учить движениям ног как при плавании способом кроль на груди и на спине; способствовать формированию правильной осанки; содействовать привитию навыков личной гигиены.

Содержание	7	8	9	10	
1. На суше – и.п. сидя, руки в упоре на предплечьях – попеременные движения ног вверх-вниз с амплитудой 15-20 см.	+				1
И.п. – лежа на животе, руки вытянуты вперед, попеременные движения ног вверх-вниз с амплитудой 15-20 см. (при выполнении упражнений ноги не сгибать, носки оттянуты).		+	+	+	3
2. Ходьба и бег с приседанием до подбородка, опуская лицо в воду – по сигналу; с различными движениями рук.	+	+			2
3. «Большой и малый фонтан».	+	+			2
4. Выдохи в воду (опуская лицо, голову в воду) – выполнять после задания №3,5,6,7 по 3-4 раза.	+	+	+	+	4
5. Лежание на груди с опусканием лица в воду:					
• у поручня;	+	+	+	+	4
• с подвижной опорой;	+	+	+	+	4
• в парах (самостоятельно по желанию).		+	+	+	3
6. «Водолазы», «Кто быстрее соберет», «Достань шайбу» - 1-2 игры на занятии	+	+	+	+	4
7. Движение ног кролем на груди у поручня, лицо в воде (кто желает то же упражнение с плавательной доской).			+	+	2
8. Лежание на спине, с помощью взрослого.			+	+	2

11 – 14 занятия.

Задачи: учить лежать на спине с поддерживающими средствами; повторить упражнения на всплытие и лежание на груди; способствовать воспитанию смелости и решительности; закреплять гигиенические навыки и навыки самообслуживания.

Содержание	11	12	13	14	
1.Изобрази животного (различные виды передвижений) – радостного, испуганного, убегающего от охотника, догоняющего рыбку.	+	+	+	+	4
2.Ходьба в приседе – по сигналу выдох в воду.	+	+			2
3.Упражнения на всплытие и лежание на груди:					
• около бортика;	+				1
• с поддерживающими средствами;	+	+	+	+	4
• в парах и самостоятельно.	+	+	+	+	4
4.«У кого смешнее рожица», «Водолазы» - по 1 игре на занятии.	+	+	+	+	4
5.Лежане на спине:					
• с плавательной доской;		+	+	+	3
• с помощью взрослого (самостоятельно по желанию).		+	+	+	3

15 – 18 занятия.

Задачи: продолжать учить самостоятельному лежанию на груди; совершенствовать выполнение выдоха, опуская лицо в воду; учить движениям ног как при плавании способом кроль на груди и на спине; способствовать формированию правильной осанки; содействовать привитию навыков личной гигиены.

Содержание	15	16	17	18	
1.Виды передвижений по ориентирам в различном темпе.	+	+			2
2.Выдохи в воду («У кого больше пузырей», «кто дольше», выполнение 3-4 выдохов в воду подряд).	+	+	+	+	4
3.Катание в парах: - кто быстрее доведет «баржу»; у кого самая длинная «баржа», у кого самая красивая «баржа».	+	+			2
4.Скольжение на груди с плавательной доской.		+	+	+	3
5.«Звездочка» на груди.	+				1
6.Лежание на спине:					
• с поддерживающими средствами;	+	+			2
• в парах;	+	+	+	+	4
• самостоятельно.	+	+	+	+	4
7.Игры – «Насос», «Успей спрятаться», - по 2-3 игры на занятии.	+		+		2

19 – 22 занятия.

Задачи: продолжать учить самостоятельному лежанию на груди; совершенствовать выполнение выдоха, опуская лицо в воду; учить движениям ног как при плавании способом кроль на груди и на спине; способствовать формированию правильной осанки; содействовать привитию навыков личной гигиены.

Содержание	19	20	21	22	
1.Виды передвижений в воде – бег, высоко поднимая колени; спиной вперед; прыжки на двух с продвижением вперед; передвижение правым левым боком в приседе.	+	+			2
2.Выполнение выдохи в воду, опуская лицо – 2-3-4 раза подряд.			+	+	2
3.Движение ног как при плавании способом кроль на груди:					
• на груди у поручня, лицо в воде;	+	+	+	+	4
• на спине держась за поручень.		+	+	+	3
4. «Звездочка» на груди, «поплавок».	+	+	+	+	4
5.«Звездочка» на спине (с поддержкой взрослого и самостоятельно).	+	+	+	+	4
6.Выдохи в воду.	+	+			2

23 – 26 занятия.

Задачи: продолжать учить лежанию на спине с поддерживающими средствами и самостоятельно; совершенствовать умение выполнять выдох в воду, опуская лицо обучить движениям ног как при плавании способом кроль на груди с плавательной доской в движении; создать представление о плавании облегченным кролем на груди; содействовать оздоровлению и закаливанию организма занимающихся способствовать воспитанию самостоятельности и активности.

Содержание	23	24	25	26	
1.Виды передвижений в воде (спиной вперед; правым и левым боком в полуприседе – подбородок касается воды высоко поднимая колени прыжки на двух, правой и левой с продвижением вперед) – выполняется по 4-5 передвижений.	+	+	+	+	4
2.«Насос», «У кого больше пузырей»; выдохи в воду, опуская лицо 2-3 раз подряд.	+	+	+	+	4
3.Лежание на спине с помощью взрослого, с поддерживающими средствами и самостоятельно – после 3-4 повторений выполнить задание 2-3-4 раза.	+	+	+		3
4. Движение ног как при плавании способом кроль на груди у поручня и с плавательной доской.	+	+		+	3
5.Показ облегченного способа плавания кролем на груди на задержке дыхания.	+				1

(для детей 5-7 лет).

1– 2 занятия.

Задачи: напомнить правила поведения в плавательном бассейне и на воде; вспомнить самостоятельное лежание на груди и на спине; совершенствовать скольжение на груди и на спине; совершенствовать технику выполнения движений ног как при плавании кролем на груди и на спине; способствовать привитию навыков личной гигиены; содействовать развитию подвижности в суставах.

Содержание	1	2	
1. На суше – сидя в упоре руки сзади, вращение в голеностопных суставах; и.п. – стойка ноги на ширине плеч, попеременные и одновременные вращение рук вперед и назад.	+	+	4
На воде: 1. Различные виды ходьбы (обычная, в приседе, спиной вперед, правым и левым боком) – по сигналу выдох в воду.	+	+	2
2. Многократные выдохи в воду с продвижением вперед – внимание на ритмичность выполнения, из воды не выпрыгивать.	+	+	2
3. Движения ног как при плавании способом кроль на груди у поручня и с плавательной доской.	+	+	2
4. Скольжение на груди с различным положением рук на груди.	+	+	2
5. Скольжение на груди с работой ног кролем.	+	+	2
6. Самостоятельное плавание – произвольным способом до ориентира на задержке дыхания.	+	+	2
7. «Буксир» на спине; скольжение на спине.	+	+	2

3 – 6 занятия.

Задачи: закреплять умение выполнять выдох в воду при плавании на груди при помощи работы ног с поддерживающими средствами; ознакомить с техникой выполнения облегченного кроля на спине; совершенствовать технику плавания на груди и на спине при помощи работы ног; способствовать воспитанию настойчивости и решительности; содействовать развитию скоростно-силовых качеств.

Содержание	3	4	5	6	
1.Выдохи в воду с продвижением вперед в приседе – руки на коленях;	+	+			2
- выполнять гребковые движения руками как при плавании способом кроля на груди.			+	+	2
2. Движения ног как при плавании способом кроль на груди у поручня и с плавательной доской на задержке дыхания.	+	+	+	+	4
3. Скольжение на груди с различным положением рук на груди.			+	+	2
4.Плавание облегченным способом на груди до ориентира (на задержке дыхания).	+	+			2
5.Самостоятельное плавание – произвольным способом до ориентира.			+	+	2
6.Показ техники облегченного способа на спине.	+				1
7. Плавание на спине при помощи работы ног кролем с поддерживающими средствами;	+	+	+	+	4
• в парах;			+	+	2
• самостоятельно (по желанию детей)			+	+	2
8.«Водное поло» - по упрощенным правилам, «Ловишка с обручем» - по 1 игре на занятии.		+		+	2

7 – 10 занятия.

Задачи: совершенствовать выдохи в воду при плавании на груди при помощи работы ног с поддерживающими средствами; закреплять умение плавать на спине при помощи работы ног кролем; совершенствовать согласование ног и рук при плавании на спине; способствовать воспитанию самостоятельности и активности; содействовать закаливанию организма детей.

Содержание	7	8	9	10	
1.Передвижение по ванне различными способами (ходьба, бег, прыжки, с падением, подныриванием) – по сигналу выдох в воду.	+	+			2
2. Многократные выдохи в воду, стоя на месте.	+	+	+	+	4
3. Скольжение на груди с работой ног кролем: с плавательной доской;	+	+			2
• то же в согласовании с дыханием;	+	+	+	+	4
• то же, одна рука вдоль тела.		+	+	+	3
4.Плавание на спине с поддерживающими средствами при помощи работы ног кролем;			+	+	2
• «Буксир» на спине;				+	1
• плавание на спине облегченным способом (руки выполняют винтообразные движения около бедра).				+	1
5.Самостоятельное плавание – произвольным способом до ориентира на задержки дыхания.	+	+	+		3

11 – 14 занятия.

Задачи: обучить согласованию работы рук, ног и дыхания при плавании облегченными способами на груди; совершенствовать технику плавания кролем на спине без выноса рук из воды; способствовать воспитанию настойчивости и решительности; содействовать закаливанию организма детей.

Содержание	11	12	13	14	
1.Многократные выдохи в воду с продвижением вперед в приседе;	+				1
• то же с движениями рук как при плавании способом брасс;		+	+	+	3
• то же с движениями рук как при плавании облегченным кролем на груди.		+	+	+	3
2. «Звездочка» на груди и на спине.	+				1
3. Скольжение на груди с различным положением рук и работой ног кролем.	+	+			2
4.Плавание облегченным способом кроль на груди на задержке дыхания;	+	+	+	+	4
• то же в согласовании с дыханием.			+	+	2
5.Плавание при помощи движений рук брассом, ноги – кроль на задержке дыхания;	+	+	+	+	4
• то же в согласовании с дыханием.			+	+	2
6.Плавание на спине кролем без выноса рук из воды.	+	+	+		3

15 – 18 занятия.

Задачи: закреплять умение плавать на груди облегченными способами в полной координации; ознакомить с техникой плавания кролем на спине; способствовать развитию координационных способностей; содействовать повышению сопротивляемости организма к пониженным температурным факторам внешней среды.

Содержание	15	16	17	18	
1.Многократные выдохи в воду с продвижением вперед в приседе;	+				1
• то же с движениями рук как при плавании способом брасс;		+	+	+	3
то же с движениями рук как при плавании облегченным кролем на груди.		+	+	+	3
2. «Звездочка» на груди и на спине.	+				1
3. Скольжение на груди с различным положением рук и работой ног кролем.	+	+			2
4.Плавание облегченным способом кроль на груди на задержке дыхания;	+	+	+	+	4
то же в согласовании с дыханием.			+	+	2
5.Плавание при помощи движений рук брассом, ноги – кроль на задержке дыхания;	+	+	+	+	4
• то же в согласовании с дыханием.			+	+	2
6.Плавание на спине кролем без выноса рук из воды.	+	+	+		3

19 – 22 занятия.

Задачи: совершенствовать умение плавать на груди; совершенствовать плавание на спине; ознакомить с техникой ныряния под водой; способствовать развитию подвижности плечевых суставов.

Содержание	19	20	21	22	
1. «Звездочка» на груди и на спине.	+				1
2. Скольжение на груди с различным положением рук и работой ног кролем.	+	+			2
3.Плавание облегченным способом кроль на груди на задержке дыхания;	+	+	+	+	4
то же в согласовании с дыханием.			+	+	2
4.Плавание при помощи движений рук брассом, ноги – кроль на задержке дыхания;	+	+	+	+	4
• то же в согласовании с дыханием.			+	+	2
5.Плавание на спине кролем без выноса рук из воды.	+	+	+		3

23 – 26 занятия.

Задачи: совершенствовать технику плавать на груди без выноса рук; совершенствовать технику плавание на спине без выноса рук; закреплять технику ныряния под водой; способствовать развитию скоростно-силовых возможностей.

Содержание	23	24	25	26	
1. Выдохи в воду.	+				1
2.Плавание на груди без выноса рук.	+	+	+	+	4
3.Плавание на спине без выноса рук.			+	+	2
4.Ныряние под водой.	+	+	+	+	4
5.Игры в воде.	+	+	+	+	4

1.4 Планируемые результаты:

Средняя группа.

В средней группе дети уже достаточно освоились в воде. Начинается новый этап: приобретение навыков плавания, таких как ныряние, лежание, скольжение, прыжки в воду, контролируемое дыхание, которые помогают чувствовать себя в воде достаточно надежно. Обучение нацелено на формирование умения находиться в воде в безопасном положении. Двигательные навыки, приобретенные в младшем возрасте, закрепляются. Упражнения усложняются, начинается применение плавательных и физических упражнений в воде. Повышаются требования к самостоятельности, организованности.

К концу года дети должны уметь:

- держаться на поверхности воды: всплывать, лежать, скользить;
- выполнять выдохи в воду в горизонтальном положении тела;
- выполнять движения ногами, как при плавании способом «кроль» на груди и спине с подвижной опорой (плавательная доска);
- пытаться выполнить упражнения «Звездочка», «Медуза», «Поплавок».

Старшая и подготовительная группы.

К старшей группе дети хорошо передвигаются в воде. Продолжается закрепление основных навыков плавания.

К концу года дети должны уметь:

- погружать лицо и голову в воду, открывать глаза в воде;
- нырять в обруч, доставать предметы со дна бассейна;
- выполнять серии выдохов в воду (упражнение на задержку дыхания «Кто дольше»);
- скользить на груди и спине с плавательной доской;
- продвигаться с плавательной доской с работой ног на груди и спине;
- выполнять упражнения «Поплавок», «Медуза», «Звездочка» на спине.

В подготовительной к школе группе завершается обучение в детском саду.

К концу года дети должны уметь:

- выполнять многократные выдохи в воду;
- нырять в обруч, поднимать со дна предметы открывать глаза в воде;
- скользить на груди и на спине с работой ног способом «кроль» без опоры (руки «стрелочкой»);
- пытаться согласовывать движения рук и ног, дыхания, как при плавании способом «кроль» на груди (спине), «брасс».

2.Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1 Календарный учебный график

Этапы образовательного процесса	1 год обучения	2 год обучения

2.2 Учебный план

№ п/п	Название раздела	Количество часов	Формы аттестации/ контроля
		4-5 лет (модуль - 1)	

2.3 Условия реализации программы.

Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Маленький дельфин» физкультурно-спортивной направленности осуществляется в бассейне, в соответствии СанПиНи включает следующее:

- ежедневная смена воды;
- текущая и генеральная дезинфекция помещений и инвентаря;
- дезинфекция чаши бассейна при каждом спуске воды;
- анализ качества воды и дезинфекции помещений и оборудования контролируется санэпидстанцией.

Санитарные нормы температурного режима в бассейне

t воздуха в раздевалке	t воздуха в бассейне	t воды
26 – 27	29 – 31	29 – 32

Помещение бассейна оборудовано необходимыми приборами, позволяющими контролировать и поддерживать температуру воды, воздуха, влажность в соответствии с гигиеническими требованиями.

Материально-техническое и дидактическое оснащение

1. Плакаты, наглядное пособие, картотека.

№	Наименование	Количество
1	Разделительная дорожка 7 м.	1
3	Термометр комнатный	1
4	Обручи для горизонтального проныривания	6
5	Термометр для воды	1
6	Судейский свисток	1
7	Плавательные доски	13
8	Игрушки и предметы плавающие, различных форм	10
9	Игрушки и предмеры тонущие, различных форм и размеров	20
10	Круги надувные, различных форм	9
11	Нарукавники	9
12	Мячи резиновые, разных размеров	9
13	Мячи надувные	2
14	Плавающие надувные, резиновые, пластмассовые игрушки отражающие принадлежность к жизни на воде (рыбки, уточки, дельфинчики и т.д.) или к определенной деятельности (лодки, кораблики и т.д.)	15
15	Палка для катания и лежание на груди и спине	1
16	Наглядное пособие, картотека	2

2.4 Формы аттестации.

Формы аттестации дополнительной общеразвивающей программы «Маленький дельфин» является текущий контроль достижений, входная, промежуточная и итоговая аттестация воспитанников.

В начале учебного года входная аттестация, в середине учебного года – промежуточная аттестация, в конце учебного года – итоговая аттестация. Текущий контроль достижений проводится без прекращения процесса обучения в течение всего учебного года для всех дошкольников.

В качестве критериев оценки выбран ряд контрольных упражнений для каждой возрастной группы.

Оценка педагогического процесса связана с уровнем овладения каждым ребенком необходимыми навыками и умениями по заданным критериям:

низкий уровень – ребёнок не может выполнить все параметры оценки;

средний уровень – ребёнок с помощью взрослого выполняет некоторые параметры оценки;

высокий уровень – ребёнок выполняет самостоятельно и с частичной помощью взрослого все параметры оценки.

Протокол мониторинга заполняются дважды в год (в ноябре и мае).

2.5 Оценочные материалы.

Средняя группа

№	Фамилия, Имя ребенка	Погружение в воду на задержке дыхания		Выдох в воду		Лежание на груди		Лежание на спине		Плавание с доской при помощи движений ног способом кроль на груди	
		н	к	н	к	н	к	н	к	н	к

Старшая группа

№	Фамилия, Имя ребенка	Погружение в воду на задержке дыхания		вдох-выдох (многократно)		Скольжение на груди и на спине		Умение плавать под водой		Упражнение «Торпеда» на груди и на спине.	
		н	к	н	к	н	к	н	к	н	к

2.6 Методические материалы.

Методы организации деятельности:

объяснительно-иллюстративный, наглядный, словесный, практический, игровой

Методы воспитания:

положительный пример, беседа, метод взаимопомощи.

Методы стимулирования:

одобрение, награждение, участие в праздниках.

Формы работы с родителями:

родительские собрания, анкетирование, беседы, консультации, интернет – ресурсы
блог инструктора физической культуры.

2.7 Список литературы для педагогов, для учащихся и родителей.

1. 1.И.А.Большакова «Маленький дельфин» Нетрадиционная методика обучения плаванию детей дошкольного возраста Москва: Аркти, 2005
2. М. Рыбак, Г. Глушкова, Г.Поташова «Раз, два, три, плыви» методическое пособие для дошкольных образовательных учреждений. Москва, обрuch, 2010г.
3. А.А. Чеменева, Т.В.Столмакова «Система обучения плаванию для детей дошкольного возраста» Санкт-Петербург 2011г.
4. Т.И. Осокина, Е.А.Тимофеева, Т.Л.Богина «Обучения плавания в детском саду» Москва: Просвещение, 1991г.
5. Петрова Н.Л., Баранов В.А. 2008г. «Плавание, техника обучения детей с раннего возраста» -
6. Воронова Е. К. Программа обучения плаванию в детском саду. - СПб: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2003.
7. Булгакова Н.Ж. Игры у воды, на воде, под водой.- М.: Физкультура и спорт, 2000.
8. Васильев В.С. Обучение детей плаванию. – М.: Физкультура и спорт, 1989
9. Горбунов В.В. Вода дарит здоровье. – М., Советский спорт,1990
- 10.Озолин Н.Г. Молодому коллеге. – М.: Физкультура и спорт, 1998
- 11.И.Л.Ганчар Плавание – теория и методика преподавания,1998 г.
- 12.Л.П.Макаренко Плавайте на здоровье,1998 г
1. А.Д. Котляров, Г.Л. Котлярова, Методика обучения плаванию, 2004г.