

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Петрозаводского городского округа «Детский сад
компенсирующего вида № 108 «Снежинка»

Принята:
на Общем собрание работников
Учреждения
Протокол № 4 от 22.04. 2022г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа физкультурно-спортивной направленности
«Обучение дошкольников плаванию»**

Авторы - составители:
Балабанова Е. В.
Карпушонко О. В.

Срок реализации программы 2 года.

г. Петрозаводск, 2022 г.

Пояснительная записка.

Данная «Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Обучение дошкольников плаванию»» (далее Программа) рассматривается как нормативно-управленческий документ, разработанный в соответствии с нормативными документами: - Федеральным законом от 29.12.2012 № 273 - ФЗ «Об образовании в РФ», - Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4 3598 - 20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)», Постановление от 28 января 2021 года N 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», - Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», - Приказ от 30.09.2020 г. № 533 О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196. Программа разработана с учетом программы Вороновой Е. К. «Программа обучения плаванию в детском саду».

Данная Программа предназначена для обучения дошкольников плаванию, позволяет заинтересовать детей занятиями физической культурой и спортом, указать им пути и способы применения своих умений и навыков, повысить функциональные возможности организма, а также сформировать потребность в здоровом образе жизни.

Направленность Программы.

Программа имеет физкультурно-спортивную направленность.

Актуальность и педагогическая целесообразность Программы.

Данные статистики, факты из медицинской практики говорят о том, что многие дети испытывают двигательный дефицит, который приводит к выраженным функциональным нарушениям в организме: снижение силы и работоспособности скелетной мускулатуры влечет за собой нарушение осанки, координации движений, выносливости, гибкости и силы, плоскостопие, вызывает задержку возрастного развития. Такая проблема существует и в нашем детском саду, особенно снижение двигательной активности детей наблюдается в холодный период времени.

Повышение эффективности физического воспитания детей именно дошкольного возраста чрезвычайно важно, так как в этом возрасте закладываются основы физического развития человека. В связи с этим наряду с основным огромное значение приобретает дополнительное образование дошкольников.

Ценность дополнительного образования состоит в том, что оно усиливает содержательную составляющую образовательной программы учреждения и способствует практическому приложению умений и навыков детей, полученных в детском саду, стимулирует их двигательную активность, познавательную мотивацию, развивает творческий потенциал, навыки адаптации к современному обществу.

Оптимальное сочетание содержания образовательной программы и программы

дополнительного образования достигается благодаря внедрению новых технологий, разнообразию и вариативности средств, форм и методов, обеспечивающих интеграцию частей образовательного пространства дошкольного учреждения.

Педагогическая целесообразность данной образовательной программы обусловлена тем, что плавание является одним из важнейших звеньев в воспитании ребенка, содействует разностороннему физическому развитию, стимулирует деятельность нервной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем, значительно расширяет возможности опорно-двигательного аппарата. Плавание одно из лучших средств закаливания и формирования правильной осанки ребенка.

Новизна Программы.

Большое значение для физического развития детей имеют занятия плаванием в бассейне, что особенно важно для проживающих в северных районах страны, где возможности для занятий плаванием даже в летний период ограничены.

Плавание - одно из важных звеньев в физическом воспитании дошкольников, оно содействует разностороннему физическому развитию, стимулирует деятельность нервной системы, сердечно-сосудистой и дыхательной систем, значительно расширяет возможности опорно-двигательного аппарата. Обучение дошкольников плаванию является одним из лучших средств закаливания и формирования правильной осанки. На занятиях по плаванию закрепляются уже имеющиеся у детей умения и навыки в беге, прыжках, ходьбе, так как упражнения, проводимые в воде, на начальном этапе обучения почти полностью повторяют упражнения и подвижные игры, выполняемые ими в зале.

Занятия плавание оказывают на ребенка благотворное психологическое воздействие: вызывают положительные эмоции. Обучение плаванию, особенно упражнения, связанные с погружением в воду, вызывает у детей необходимость преодолеть чувство страха и неуверенности, поэтому со стороны инструктора по плаванию требуются такт и участие, чтобы не вызвать страх и неприязнь к воде. Правильно организованные занятия способствуют развитию у воспитанников волевых свойств: смелости, решительности, самостоятельности и дисциплинированности. Водные процедуры также прививают стойкие гигиенические навыки, которые постепенно становятся потребностью и привычкой.

Таким образом, купание, игры в воде, плавание мы рассматриваем как эффективное средство развития ребенка и уделяем этому большое внимание.

Отличительная особенность Программы.

Важной отличительной особенностью программы является использование современной эффективной технологии – одновременной методики обучения всем облегченным, неспортивным и спортивным способам плавания. Ребенок обучается одновременно всем способам плавания, на основе которых происходит выбор избранного способа. Данная программа дает возможность поднять эффективность обучения плаванию. Осваиваются движения всеми способами плавания, начиная с движений руками. Дается возможность индивидуального подхода к каждому ребенку. Детям предоставляется возможность из большего количества упражнений разных способов плавания выбрать те, которые у них легче получаются. Результатом является выбор того способа плавания, который соответствует индивидуальным особенностям ребенка.

Цель Программы: основной целью настоящей Программы является обучение детей дошкольного возраста плаванию, закаливание и укрепление детского организма, обучение каждого ребенка осознано заниматься физическими упражнениями, создание основы для

разностороннего физического развития (развитие и укрепление опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем).

Задачи Программы:

По мере освоения Программы решаются задачи по формированию:

- навыков плавания
- бережного отношения к своему здоровью
- навыков личной гигиены
- умения владеть своим телом в непривычной среде.

В ходе обучения дошкольников плаванию решаются оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи:

- оздоровительные задачи направлены на охрану и укрепление здоровья ребенка, его гармоничное психофизическое развитие, совершенствование опорно-двигательного аппарата, формирование правильной осанки, повышение работоспособности организма, приобщение ребенка к здоровому образу жизни.

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

- воспитательные задачи направлены на воспитание двигательной культуры, нравственно-волевых качеств: смелости, настойчивости, чувства собственного достоинства.

Задачи по обучению плаванию решаются в комплексе и направлены на воспитание разносторонне развитой личности.

Работа с дошкольниками строится на основе субъект – субъектного взаимодействия, что означает:

- убеждение в безграничных возможностях каждого ребенка в самосовершенствовании;
- познание ребенком себя как человека;
- предоставление детям возможностей для развития во всем многообразии индивидуальных качеств в активной творческой деятельности;
- признание ребенка как равноправного партнера взрослого.

Адресность Программы.

С учетом территориального расположения образовательного учреждения и особенностей сетевого взаимодействия с дошкольными образовательными учреждениями дополнительная общеобразовательная программа ориентирована на удовлетворение, как желаний родителей (законных представителей детей), так и детей дошкольного возраста.

Дополнительная общеобразовательная программа физкультурно-спортивной направленности «Обучение дошкольников плаванию» предназначена для детей с 5 до 8 лет, при отсутствии противопоказаний по состоянию здоровья. При обучении плаванию учитываются возрастные и индивидуальные особенности каждого ребенка.

Зачисление воспитанников в группы для занятий по Программе осуществляется в заявительном порядке, в соответствии с договором об оказании платных дополнительных образовательных услуг между родителями и образовательным Учреждением в соответствии с Гражданским кодексом Российской Федерации, Законами Российской Федерации «Об образовании» и «О защите прав потребителей».

Количество детей для занятий в кружках по Программе зависит от количества поданных гражданами заявлений, а также условий, созданных для осуществления образовательного процесса с учетом санитарных норм.

Наполняемость группы детей для занятий в кружках по программе дополнительного образования устанавливается в соответствии с нормативами и составляет 10 -15 человек.

Комплектование групп детей для занятий в кружках по дополнительной общеобразовательной программе «Обучение дошкольников плаванию» осуществляется на основании принципов равенства граждан в праве на получение образования при обязательном обеспечении пропорциональности полового и возрастного составов комплектуемых групп.

Принципы и подходы к формированию Программы.

Программа базируется на следующих принципах:

- Соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка.

- Сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и при этом имеет возможность реализации в массовой практике дошкольного образования).

- Соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяет решать поставленные цели и задачи только на необходимом и достаточном материале, максимально приближаться к разумному «минимуму»).

- Обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию дошкольников.

- Строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей.

- Принцип систематичности – педагогический процесс осуществляется в системе, определяя место всем видам и формам педагогической деятельности.

- Принцип учета возрастных и индивидуальных возможностей ребенка – это позволяет сделать педагогический процесс гибким, вариативным и психологически выверенным.

- Принцип учета ведущего вида деятельности.

- Принцип гибкого сочетания различных форм и видов педагогической работы.

- Принцип новизны - ориентация на данный принцип позволяет образовательному учреждению находиться в режиме поиска эффективных педагогических технологий и активно внедрять их в практику работы.

Категория обучающихся. Программа рассчитана на детей от 5 до 7 лет.

Срок реализации программы: 2 учебных года.

Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.

Занятия проводятся в группе (фронтальные занятия), численный состав группы – 10 - 15 человек.

Режим занятий. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 45 минут.

Планируемые результаты освоения программы.

Уровни освоения программы с 5 до 6 лет.

Низкий Ребёнок не уверенно выполняет сложные упражнения. Не замечает ошибок других детей и собственных. Нарушает правила в игре, увлекаясь её процессом. С трудом сдерживая свои желания, слабо контролирует способ выполнения упражнений, не обращает внимание на качество движений. Интерес к физическим упражнениям низкий.

Средний Ребёнок правильно выполняет большинство движений, физических упражнений, но не всегда проявляет должные усилия. Верно оценивает движения сверстников, иногда замечает собственные ошибки. Понимает зависимость между качеством упражнения и результатом. Хорошо справляется с ролью водящего, правила не нарушает, но интереса к самостоятельной организации не проявляет.

Высокий Ребёнок уверенно, точно с большим напряжением и хорошей амплитудой, в заданном темпе и ритме выразительно выполняет упражнения. Способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений. Проявляет самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру. Интерес к физическим упражнениям высокий, стойкий.

Уровни освоения программы с 6 до 7 (8) лет.

Низкий Ребёнок не уверенно выполняет сложные упражнения. Не замечает ошибок других детей и собственных. Нарушает правила в игре. С трудом сдерживает свои желания, слабо контролирует способ выполнения упражнений, не обращает внимания на качество движений. Интерес к физическим упражнениям низкий.

Средний Ребёнок правильно выполняет большинство упражнений, физических упражнений, но не всегда проявляет должные усилия. Верно оценивает движения сверстников, иногда замечает собственные ошибки. Понимает зависимость между качеством выполнения и результатом. Хорошо справляется с ролью водящего, правил не нарушает, но интереса к самостоятельной организации игр не проявляет.

Высокий Ребёнок уверенно, точно с большим напряжением и хорошей амплитудой, в заданном темпе и ритме выразительно выполняет упражнения. Способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений. Проявляет самоконтроль, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру. Интерес к физическим упражнениям высокий, стойкий.

Формы контроля (промежуточная и итоговая аттестация) и оценочные материалы.

Способами определения результативности реализации данной Программы является тестирование сформированности навыков плавания, которое проводится 2 раза в год (октябрь, май) в виде контрольных упражнений на итоговых занятиях.

Формами промежуточной и итоговой аттестации данной Программы являются:

- правильное выполнение контрольных упражнений на итоговых занятиях в течение учебного года;
- открытые занятия для родителей;
- спортивные развлечения и праздники на воде;
- диагностические наблюдения педагога.

Учебный план.

Учебный план дополнительной общеобразовательной программы физкультурно-спортивной направленности «Обучение дошкольников плаванию» составлен из расчета 36 учебных недель. Количество занятий в месяц в среднем составляет – 4 занятия, поэтому в учебном плане за основу расчета занятий в месяц взята эта цифра. Продолжительность одного занятия составляет не более 45 минут.

Учебный план по дополнительной основной общеобразовательной программе физкультурно-спортивной направленности «Обучение дошкольников плаванию»

Образовательная область	Виды деятельности	Учебная деятельность в неделю (месяц, год) в группах											
		1 группа			2 группа			3 группа			4 группа		
		н	м	г	н	м	г	н	м	г	н	м	г
Физическое развитие	Обучение дошкольников плаванию	2	8	72	2	8	72	2	8	72	2	8	72
Итого часов:		60 мин.	4 час.	36 час.	60 мин.	4 часа	36 час.	60 мин.	4 час.	36 часов	60 мин.	4 час.	36 час.

Учебно-тематический план по Программе (5 – 6 лет) первый год обучения

Тема	Теоретическая часть	Практическая часть	Количество часов
Мониторинг (диагностические наблюдения педагога)	1	1	2
Учить не бояться входить в воду, научить плескаться в ней	1	1	2
Научиться передвигаться в воде по дну бассейна разными способами на различной глубине	1	1	2
Учить погружаться в воду, открывать в ней глаза, передвигаться и ориентироваться под водой	1	2	3
Научить выдоху и вдоху	1	2	3
Научить лежать в воде на груди и спине	1	3	4
Научить скольжению в	1	4	5

воде на груди и спине			
Обучение координационным возможностям в воде: научить движениям ногами (по типу кроля)	1	5	6
Развитие и совершенствование координационных возможностей в воде: обучение сочетаниям движений руками и ногами на задержке дыхания и с выдохом в воду	1	7	8
Мониторинг (правильное выполнение контрольных упражнений на итоговых занятиях)	0	1	1
ИТОГО:	9	27	36

Учебно-тематический план по Программе (6 - 7 лет) второй год обучения

Тема	Теоретическая часть	Практическая часть	Количество часов
Мониторинг (диагностические наблюдения педагога)	1	1	2
Учить не бояться входить в воду, научить плескаться в ней	1	1	2
Научиться передвигаться в воде по дну бассейна разными способами на различной глубине	1	1	2
Учить погружаться в воду, открывать в ней глаза, передвигаться и ориентироваться под водой	1	1	2
Научить выдоху и вдоху	1	1	2
Научить лежать в воде на груди и спине	1	2	3
Научить скольжению в воде на груди и спине	1	3	4
Обучение координационным возможностям в воде: научить движениям	1	3	4

ногами (по типу кроля)			
Развитие и совершенствование координационных возможностей в воде: обучение сочетаниям движений руками и ногами на задержке дыхания и с выдохом в воду	1	4	5
Обучение облегченным способам плавания	1	4	5
Обучение спортивным способам плавания (кроль на груди и спине)	1	3	4
Мониторинг (правильное выполнение контрольных упражнений на итоговых занятиях)	0	1	1
ИТОГО:	11	25	36

Задачи обучения плаванию в первый год:

Гигиеническое воспитание:

- учить самостоятельно готовиться к занятию, мыться под душем, сушиться, аккуратно одеться, дать детям представление о здоровом образе жизни, о значении гигиенических процедур, закаливания, углубление представлений о правилах гигиены (уход за телом, волосами), развивать необходимость в движении для укрепления здоровья.

Развитие двигательных умений и навыков:

- учить свободно передвигаться в воде используя все виды прыжков, ходьбы, бега, учить делать руками гребковые движения, выполнять круговые движения, свободно погружаться в воду открывая при этом глаза и рассматривая предметы, учить всплывать, обхватывая колени, продолжать учить ложиться на воду задерживая дыхание, учить скользить на груди и на спине, отрабатывать движения ногами как при способе «кроль», скольжение с предметом, скольжение с поворотом, учить плавать произвольным способом с работой рук и ног (10 м).

Работа над дыханием:

- учить делать полный выдох в воду (вдох через нос, выдох через нос и рот), начать обучению дыханию с поворотом головы (лицо в сторону - вдох, лицо в воду - выдох).

Воспитание физических качеств сила, быстрота, смелость, выносливость.

Правила поведения быть внимательным при выполнении упражнений, не толкаться в воде, не нырять навстречу друг другу.

Распределение видов упражнений

Предварительно повторяются правила поведения в бассейне, напоминаются сигналы для входа и выхода из воды, для начала и окончания упражнения.

Спуск в воду с последующим погружением. Уходя под воду с головой, открывать глаза, разглядывать под водой предмет.

Передвижения в воде шагом повторение упражнений, проводившиеся в средней группе, дополняются новыми заданиями гимнастический шаг, с задержкой на носке (петушиный шаг), приставной шаг с приседанием, шаг противоходом, шаг продольной и

поперечной «змейкой».

Передвижения в воде бегом повторение упражнений, проводившиеся в средней группе, дополняются новыми заданиями бег в разных построениях, челночный бег (5 раз по 8 метров), в медленном темпе без помощи рук и помогая себе руками, выполняя гребковые движения, спиной вперед, галопом правым и левым боком.

Передвижения прыжками повторение упражнений, проводившиеся в средней группе, дополняются новыми заданиями прыжки с ноги на ногу, выбрасывая ноги вперед, прыжки из обруча в обруч, которые лежат на воде (необходимо вынырнуть в другом обруче).

Погружения в воду повторение упражнений, проводившиеся в средней группе, дополняются новыми заданиями погружение в воду с головой (задержка дыхания на 2,4,8,16,20,32 счета), собирать предметы, разбросанные по дну бассейна, ныряние.

Скольжение на животе повторение упражнений, проводившиеся в средней группе, дополняются новыми заданиями скольжение на груди без и с работой ног, с круговыми движениями рук (отдельно каждой рукой, попеременно, разнонаправленные и однонаправленные движения рук), с опорой о поручень, плавательную доску и без опоры, с поворотом головы для вдоха и с задержкой дыхания. Согласовывать движения рук и ног, а затем и дыхание при плавании кролем на груди.

Скольжение на спине с опорой о плавательную доску, с поддержкой головы шестом или без опоры, лежать на спине руки вдоль туловища, руки вверх, скользить на спине, отталкиваясь от бортика, скользить с работой ног, скользить, сочетая работу рук, ног и дыхания.

Игры «Вратарь», «Буксир», «Плавучие стрелы», «Сомбреро», «Общее дыхание», «Медуза», «Рекорд», «Торпеда», «Дружные ребята», «Поезд и тоннель», «Передай предмет под водой», «Водолазы», «Насос», «Спасатели», «Сосчитай пальцы», «Винт» и другие.

Задачи обучения плаванию на втором году:

В обучении детей ставятся дополнительные задачи - это освоение спортивных способов плавания, изучение техники движения кролем на груди и на спине.

Гигиеническое воспитание:

- продолжать четко выполнять все правила личной гигиены, принимать душ перед занятием, мыть тело быстро и тщательно, помогая товарищам. После занятия быстро одеться, высушить волосы.

Развитие двигательных умений и навыков:

- продолжать учить свободно передвигаться в воде, сочетая разновидности ходьбы, бега, прыжков, усложняя их, увеличивая нагрузку (в соответствии с Программой);

- учить стартовому прыжку;

- продолжать учить скользить по воде без помощи рук и ног с задержкой дыхания, с работой ног, на спине и груди;

- учить скользить на груди, левая (правая) рука впереди, правая (левая) прижата к туловищу, обе прижаты к туловищу, обе вытянуты над головой;

- учить скользить на спине, руки вытянуты за головой - перевернуться на грудь;

- учить согласованно работать руками и ногами, плавать с задержкой дыхания;

- учить плавать способом «кроль» на груди и спине; отрабатывать ритмичное дыхание коротким энергичным вдохом и более длительным полным выдохом.

Воспитание физических качеств продолжать воспитывать силу, выносливость, ловкость.

Правила поведения знать все правила поведения на воде и сознательно их выполнять.

Распределение видов упражнений

Предварительно повторяются правила поведения в бассейне (в воде и на суше), напоминаются сигналы для входа и выхода из воды, для начала и окончания упражнений.

Спуск в воду с последующим погружением. Уходя под воду с головой, открывать глаза, разглядывать под водой предмет.

Передвижения в воде шагом, бегом, прыжками все виды с ведением элементов соревнования.

Скольжение на груди и на спине упражнения «стрела», «торпеда», скольжение на груди - левая (правая) рука впереди, правая (левая) прижата к туловищу, обе руки прижаты к туловищу, скольжение на спине - левая (правая) рука впереди, правая (левая) прижата к туловищу, обе руки вытянуты за головой, скольжение на спине - руки вытянуты за головой, перевернуться на грудь (влево или вправо). Держась за опору согнутыми руками, работать ногами, как при плавании способом «кроль» на груди, опуская голову в воду (выдох) и поднимая её (вдох). Держась прямыми руками за опору, работать ногами, как при плавании способом «кроль», голову для вдоха поворачивать влево (вправо). Держась одной рукой за опору, другую прижать к туловищу, голову для вдоха поворачивать в сторону прижатой руки (смена положения рук). Выполнение вдоха и выдоха при скольжении на груди с различным положением рук, правая (левая) прижата к туловищу, обе прижаты к туловищу, ноги работают, как при плавании способом «кроль». Выполнение вдоха и выдоха при скольжении на спине (на счет 1-2 - вдох, 3-4 - выдох) при различном положении рук обе прижаты к туловищу, правая (левая) впереди, обе спереди, ноги работают, как при плавании способом «кроль». Скольжение на груди с задержкой дыхания, левая (правая) рука впереди, правая (левая) выполняет гребковые движения. Скольжение на груди, правая (левая) рука впереди, гребок левой (правой) рукой, повернуть голову налево (направо) - вдох, опустить голову в воду - выдох, то же с работой ног. Скольжение на спине, руки прижать к туловищу, затем, подняв их вверх, опустить на уровне плеч в воду и выполнить гребок, то же с работой ног. Скольжение на спине, правая (левая) рука вытянута за головой, левая (правая) рука выполняет гребок, то же с работой ног. Плавание способом «кроль» на груди с задержкой дыхания, плавание способом «кроль» на груди, ритмично дыша.

Игры «Море волнуется», «Футбол», «Достань клад», «Винт», «Волчок», «Медуза», «На буксире», «Морские звёзды», «Дельфин» и другие.

Игры-эстафеты «Спасатели», «Тюлени», «Передай мяч», «Рыбка» и другие.

Методическое обеспечение Программы.

При реализации программы инструктор по плаванию использует следующие методы и приемы:

- Показ, разучивание, имитация упражнений;
- Использование средств наглядности; исправление ошибок;
- Подвижные игры на суше и в воде и другие игровые приемы;
- Индивидуальная страховка и помощь;
- Круговая тренировка;
- Оценка (самооценка) двигательных действий;
- Соревновательный эффект;
- Контрольные задания.
- Наглядность - плакаты «Правила поведения на воде», «Правила поведения в бассейне».
- Презентации, иллюстрирующие различные способы и стили плавания.
- Картотека игр и упражнений на воде для каждой возрастной группы.
- Комплексы дыхательных упражнений, пальчиковых игр.
- Комплексы упражнений гидроаэробики.
- ИКТ.

Материально-техническое обеспечение Программы.

1. Плавательные доски.

2. Игрушки, предметы, плавающие разных форм и размеров.
3. Игрушки и предметы, тонущие разных форм и размеров.
4. Нарукавники.
5. Очки для плавания.
6. Нудлы (палки для плавания).
7. Мячи разных размеров.
8. Обручи плавающие и с грузом.
9. Поплавки цветные (флажки).
10. ТСО

Программно-методическое обеспечение по Программе.

Образовательная область	Программы технологии, методическая литература
Физическое развитие	Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни 1.Новикова И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. М.: Мозайка – Синтез, 2010. Обучение дошкольников плаванию 1.Воронова Е. К. Программа обучения плаванию в детском саду. С-Пб «Детство-пресс», 2003 г. 2.Козырева О. В. лечебная физкультура для дошкольников (при нарушениях ОДА): Пособие для инструкторов лечебной физкультуры, родителей. М., Просвещение, 2006 г. 3.Пищикова Н. Г. Обучение плаванию детей дошкольного возраста. Занятия, игры, праздники. М., «Скрипторий» 2003г. 4.Халеский Г. А. Коррекция нарушения осанки у школьников. Методические рекомендации, С-Пб «Детство-пресс», 2001 г. 5.Чеменева А. А., Столмакова Т. В. Система обучения плаванию детей дошкольного возраста. С-Пб «Детство-пресс», 2011 г. 6.Ветличенко В. Как научиться плавать – методическое пособие по обучению плаванию, практические рекомендации по соблюдению мер безопасности на воде. М.: «Терра – спорт», 2000. 7.Большакова И. Маленький дельфин. Нетрадиционная методика обучению плаванию детей дошкольного возраста. М.: АРКТИ, 2005.

Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения программы.

Отслеживание результатов освоения Программы обеспечивается педагогической диагностикой по уровням развития. Данная диагностика проводится два раза в год в октябре и мае в течение двух недель.

Кадровое обеспечение Программы.

Программа может быть реализована инструктором по физической культуре (инструктором по плаванию), имеющим специальное образование и прошедшим предварительную подготовку (курсы повышения квалификации).