

муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
города Калининграда детский сад № 51

РАССМОТРЕНО

на педагогическом совете

Протокол № 5 от «18» июля 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ д/с №51

Ерошевич М.А.

от «18» июля 2024 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа физкультурно - спортивной направленности**

«Осьминожки»

Возраст обучающихся: 5 - 7 лет

Срок реализации программы: 9 месяцев

Автор – составитель: Воронина Олеся Владимировна,
педагог дополнительного образования г. Калининград

г. Калининград, 2024

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа

Занятия плаванием занимают особое место в физическом воспитании, развитии и укреплении здоровья дошкольников. Благотворное влияние плавания на организм ребенка помогает не только стать здоровым, сильным, ловким, выносливым, смелым, но и овладеть навыками, которые могут пригодиться в чрезвычайной ситуации на воде. От всех физических упражнений плавание отличается двумя присущими только ему особенностями: тело человека при плавании находится в особой среде — воде, а движения выполняются в горизонтальном положении и снижается статическая нагрузка на позвоночник. Все это оказывает прекрасное оздоровительное действие на организм ребенка и способствует формированию и укреплению скелета. Активные движения ног в безопорном положении, динамичность и амплитуда движений позволяют увеличить работоспособность и силу мышц и укрепить опорно-двигательный аппарат. Поэтому необходимость дополнительных занятия плаванием с детьми является востребованной.

Основное содержание программы составляют физические упражнения и игры, освоение которых помогает детям научиться плавать способами кроль на груди, кроль на спине. Программа ориентирует на поддержание положительного эмоционального отношения детей к занятиям на всех этапах обучения, - стремлению к тому, чтобы упражнения и игры в воде доставляли им удовольствие и радость, побуждали их к самостоятельности, стремлению научиться хорошо плавать. Детей научат осознавать ценность здорового образа жизни, бережно относиться к своему здоровью, познакомят с элементарными правилами безопасного поведения.

Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа

Главная идея программы – через обучение детей плаванию привлечь их к систематическим занятиям физической культурой и спортом, здоровому образу жизни, а также помочь каждому ребенку раскрыть свой творческий потенциал и найти свой индивидуальный путь к самосовершенствованию.

Обучение основным стилям плавания, а также комбинированному плаванию и нырянию на дальность позволяют ребенку чувствовать себя уверенно в водном пространстве на значительной глубине, а не только на ограниченной глубине бассейна. Также в программе отводится значительное внимание вопросу совершенствования скоростных качеств юных пловцов с использованием соревновательных заплывов на занятиях и во время развлечений.

Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы

Ключевые понятия:

Плавучесть — это способность тела плавать в воде.

Толчок и скольжение — это положения, которые занимает тело пловца при отталкивании от стенки бассейна. Скольжение сопровождается более низким, чем при плавании в обычном режиме, сопротивлением воды.

Гребок, или рабочее движение руки - движение пловца, создающие силу тяги, продвигающую пловца вперед.

Способы плавания: кроль на груди, кроль на спине. Эти способы условно делятся на две группы: способы с попеременными движениями рук и ног (кроль на груди и кроль на спине) и с одновременными движениями рук и ног.

Здоровый Образ Жизни — образ жизни человека, направленный на сохранение здоровья, профилактику болезней и укрепление человеческого организма в целом.

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Осьминожки» имеет физкультурно - спортивную направленность.

Уровень освоения программы

Уровень освоения программы – ознакомительный

Актуальность программы

Актуальность программы заключается в следующем:

- формирует прочный навык плавания у детей, который является важным и жизненно необходимым и способствует укреплению здоровья подрастающего поколения;
- занятия плаванием способствуют оздоровлению, укреплению и закаливанию организма, физическому развитию детей, а также профилактике плоскостопия и ОРВИ;
- овладение навыком плавания является жизненно необходимым для каждого воспитанника и оказывает оздоровительное действие на организм детей дошкольного возраста;
- удовлетворяет социальный заказ родителей (законных представителей) микрорайона Чкаловск, который характеризуется большим спросом на обучение детей плаванию в условиях города.

Педагогическая целесообразность образовательной программы

Педагогическая целесообразность данной образовательной программы обусловлена:

- доступностью обучения для детей дошкольного возраста;
- возможностью её использования для всестороннего физического развития и укрепления здоровья, воспитания моральных и волевых качеств и, в тоже время, использования его как полезного и эмоционального вида активного отдыха при организации досуга;

- необходимостью получения навыка плавания для каждого обучающегося.

Практическая значимость образовательной программы

Плавание, игры в воде, 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 правильная осанка. В то же время активное движение ног в воде в безопорном положении укрепляет стопы ног ребенка и предупреждает развитие плоскостопия.

Систематические занятия плаванием ведут к совершенствованию органов кровообращения и дыхания. Улучшается сердечная деятельность, подвижность грудной клетки, увеличивается жизненная емкость легких.

Регулярные занятия плаванием положительно влияют на закаливание детского организма. Укрепляется также нервная система, крепче становится сон, улучшается аппетит, повышается общий тонус организма, совершенствуются движения, увеличивается выносливость, улучшается адаптация к разнообразным условиям внешней среды.

Значительное место в программе отводится вопросу обучения комбинированному плаванию и нырянию на дальность. Такие способы плавания позволяют обучить детей чувствовать себя уверенно в водном пространстве на значительной глубине, а не только на ограниченной глубине бассейна.

В программе отводится значительное внимание вопросу совершенствования скоростных качеств юных пловцов с использованием соревновательных заплывов на занятиях и во время развлечений.

Также практическая значимость программы заключается в увеличении числа детей, умеющих плавать и привлечению обучающихся к регулярным занятиям физической культурой и спортом с целью укрепления здоровья, пропаганды здорового образа жизни.

Принципы отбора содержания

Принцип доступности и индивидуализации (предусматривает учёт возрастных особенностей и возможностей ребёнка).

Принцип постепенного повышения требований (заключается в постановке перед ребёнком и выполнении им более трудных новых заданий, в постепенном увеличении объёма и интенсивности нагрузок).

Принцип систематичности (непрерывность и регулярность занятий).

Принцип сознательности и активности (предполагает обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанников к своим действиям).

Принцип повторяемости материала.

Принцип наглядности

Цель программы:

Цель дополнительной общеразвивающей программы: формирование у обучающихся интереса к регулярным занятиям плаванием и укрепление их здоровья.

Основные задачи реализации программы:

Обучающие:

- расширять знания детей о значении занятий плаванием;
- расширять и уточнять представления о водных видах спорта, о физической культуре, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности на воде;
- расширять двигательный опыт обучающихся за счет овладения навыками стилями плавания – кроль на груди, кроль на спине.

Развивающие:

- прививать культурно-гигиенические навыки;
- способствовать осознанию значения плавания (как спортивными способами, так и прикладного) в жизни человека;
- укреплять здоровье, совершенствовать физические и психические качества, необходимые для обучения плаванию.

Воспитательные:

- воспитывать силу воли, смелость, уважение к товарищам;
- способствовать развитию чувства взаимопомощи;
- воспитывать потребность в занятиях физкультурой и плаванием.

Психолого – педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Осьминожки» предназначена для детей 5 – 7 лет. Запись в группы осуществляется на основании заявления родителей и на основании медицинского заключения о состоянии физического здоровья.

Особенности организации образовательного процесса

Программа объединения предусматривает групповые занятия с детьми. Состав групп: минимальное количество - 10 обучающихся, максимальное - 20.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Общее количество часов в год – 68 часов. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 30 минут. Недельная нагрузка на одну группу: 2 часа. Занятия проводятся 2 раза в неделю.

Формы обучения

Форма обучения – очная.

Объем и срок освоения образовательной программы

Срок освоения программы – 9 месяцев. На полное освоение программы требуется 68 часов, включая индивидуальные консультации, участие в соревнованиях

Основные формы и методы

При организации занятий широко используются такие средства, как игровые упражнения, подвижные игры на воде, ОРУ, стихи, задания практического характера, а также наглядный материал в виде рисунков и схем.

В процессе занятий используются различные формы организации детей:

- групповые;
- командные;
- индивидуальные.

Рекомендуются такие формы занятий:

- занятия тренировочного типа;
- сюжетно - игровое;
- игровые;
- контрольно-проверочное;
- в форме бесед (об истории плавания, безопасность на воде);
- занятия с участием родителей;
- спортивные досуги, развлечения, соревнования.

Методы обучения

Словесные: объяснения, в форме образных выражений и сравнений, рассказ, беседы, команды, распоряжения и указания.

Наглядные: показ изучаемого движения в целостном виде, с разделением на части; анализ его с помощью наглядных пособий, видеосюжетов, жестов.

Практические: предусматривают многократное повторение движений сначала по элементам, а затем полностью; обучение в облегченных или усложненных условиях, изучение движений в игровой и соревновательной деятельности, выполнение контрастных движений.

При организации занятий широко используются такие средства, как игровые упражнения, подвижные игры на воде, ОРУ, стихи, задания практического характера, а также наглядный материал в виде рисунков и схем.

Основные формы образовательной деятельности:

Фронтальная - наиболее часто используется в водной и заключительной и реже – в основной части при выполнении несложных двигательных действий (общеразвивающие, имитационные и специальные упражнения).

Поточная – дети выполняют упражнения в воде поочередно, согласно скоростным навыкам. Эта форма применяется, когда необходимо обеспечить контроль за действиями каждого из них.

Индивидуальная – применяется в целях устранения имеющихся недостатков в овладении техникой плавания или для совершенствования практических навыков движений рук, ног, согласования дыхания, координации плавания в целом.

Часть занятия, длительность	Содержание
Вводная часть (5 минут)	Беседы о технике безопасности, правилах поведения во время образовательной деятельности Разминочные упражнения, имитационные, подводные упражнения
Основная часть ОРУ (20 минут)	Основные виды движений Специальные упражнения и игры, направленные на овладение детьми способов плавания Подвижные игры на закрепление материала
Игровая часть (3 минуты)	Упражнения на расслабление. Самостоятельные игры в воде, купание
Заключительная часть	Подведение итога
Общая длительность	30 минут

Планируемые результаты

Обучающие.

Результатом занятий будет:

- у детей сформированы знания о значении занятий плаванием;
- обучающимися овладеют знаниями о водных видах спорта, о физической культуре, правилах безопасного поведения на воде;
- обучающиеся смогут использовать навыки плавания стилями: кроль на груди, кроль на спине.

Развивающие.

В ходе реализации данной программы у обучающихся отмечается:

- динамика развития основных психофизических качеств: выносливость, быстрота, ловкость, гибкость, сила;
 - раскрытие волевых качеств: решительность, самообладание;
- Обучающие приобретут основы самоконтроля и самостоятельности.

Воспитательные.

Воспитательный результат можно считать достигнутым, если обучающиеся:

- проявляют взаимопомощь и уважение к товарищам, трудолюбие;
- обладают понятиями бережного, заботливого отношения к здоровью и человеческой жизни;
- самостоятельно выполняют упражнения выбранным стилем плавания.

Механизм оценивания образовательных результатов

Педагогическая диагностика визуальная. Текущий контроль обучения осуществляются с использованием метода наблюдения: оцениваются физические и психоэмоциональные способности и возможности ребенка, уровень его физической подготовленности в освоении курса программы.

Итоговый контроль проводится в форме педагогической диагностики (мониторинга) с выполнением контрольно – тестовых заданий и заполнением карты «Оценка техники плавания», а также соревнований с присутствием родителей (законных представителей).

Формы подведения итогов реализации программы

Итоговая оценка качества освоения обучающимися программы «Осьминожки» осуществляется педагогом на основе проведения и участия в соревнованиях по плаванию, педагогической диагностики в форме заполнения карты «Оценка техники плавания» (приложение 1).

Организационно – педагогические условия реализации образовательной программы

- материально-технические условия реализации образовательной программы:

Занятия по обучению детей плаванию проводятся в бассейне, соответствующем санитарным правилам. Площадь зеркала воды 62 м. кв. (длина 11м).

- Разделительные дорожки 2 шт
- Стартовые трамплины навесные, съемные 3 шт
- Конусы 6 шт.
- Ласты 10-20 шт.
- Мячи 10-20 шт.
- Нудлы 10-20 шт.
- Плавательные поддерживающие «колобашки» на каждого ребенка 10-20 шт.
- Плавательные поддерживающие доски на каждого ребенка 10-20 шт.
- Секундомер 1 шт.
- Свисток 1 шт.

- учебно-методическое и информационное обеспечение образовательной программы:

Методические пособия для реализации программы:

- планы - конспекты занятий, соревнований;
- фото, схемы стартовых прыжков;
- схемы способов плавания;
- записи удачных выступлений на соревнованиях;
- альбомы с фотографиями;
- аудиозаписи (фонотека спортивных песен, стихов о спорте, водных видах спорта);
- фото выпускников.

- кадровое обеспечение реализации программы

Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

Формы контроля и оценочные материалы.

В конце года проводится:

- *итоговая диагностика (мониторинг)* с заполнением карты «Оценка техники плавания». Оцениваются знания, умения и навыки обучающихся по 3-х бальной системе (0 баллов «не выполнил», 1 балл – «выполнил с ошибками», 3 балла – выполнил без ошибок»). Педагогическая диагностика позволяет выявить достигнутый на данном этапе уровень освоения программы обучающимися и на этой основе оценить успешность выбранных форм и методов обучения. (Приложение 1).

- *соревнования с присутствием родителей (законных представителей)* – определение уровня освоения обучающимися Программы.

2. СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

(68 часов, 2 часа в неделю)

В занятия включены элементы теоретического и практического раздела учебного плана.

Раздел 1. Теоретическая подготовка (4 часа)

Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Знакомство обучающихся друг с другом.

Теория: знакомство обучающихся с правилами поведения и техникой безопасности в раздевальных помещениях, душевых и в бассейне на занятиях. Определение интересов и способностей участников группы.

Практика: ознакомление с местами проведения занятий. Ознакомление с инвентарем и оборудованием. Спортивная одежда.

По завершении темы предусмотрен устный опрос.

Тема 2. Краткие сведения о значении занятий физкультурой и плаванием для развития и здоровья человека. Знакомство с многообразием водных видов спорта.

Теория: значение физкультуры и плавания для ведения здорового образа жизни. Водные виды спорта. Виды спортивных соревнований. Прикладное значение плавания.

Практика: рассказ педагога.

Тема 3. Преодоление боязни воды

Теория: Передвижения по бассейну в различных направлениях. Обучать детей принимать горизонтальное положение в воде.

Практика: выполнение упражнений.

Тема 4. Обучение задержке дыхания.

Теория. Вдох, задержка дыхания, вдох-выдох, выполнение выдоха на поверхность воды.

Практика: выполнение упражнений.

Раздел 2. Общая и специальная физическая подготовка (10 часов)

Тема 5 – 14.

Теория: подбор необходимых упражнений.

Практика: выполнение комплекса общеразвивающих упражнений, силовых упражнений.

Методы обучения: упражнения, игры.

Форма контроля: практическое занятие/ наблюдение.

Общеразвивающие и специальные физические упражнения способствуют общему физическому развитию, воспитывают ловкость, координацию движений, силу и подвижность в суставах - качества, необходимые для успешного освоения плавания.

Раздел 3. Техническая подготовка (40 часов)

Тема 15 – 54.

Теория: техника вдоха выдоха, техника работы ног, техника гребковых движений пловца, техника согласования дыхания и гребковых движений,

Практика: отработка техники вдоха при плавании ног, при плавании в согласовании с движениями рук и ног.

Методы обучения: упражнения, игры.

Форма контроля: практическое занятие/ наблюдение.

Плавание кролем на груди с помощью ног (вольный стиль):

- с поддержкой и без
- с ускорением
- со сменой темпа
- плавание в ластах

Плавание кролем на груди с работой рук:

- с различным положением рук (вперед, к бедрам)
- держа 1 рукой доску, затем без доски
- держа доску, выполняя 1 рукой гребковые движения (повторять на другую руку)
- работая попеременно обеими руками без доски с выполнением вдоха вперед
- поочередная работа руками, соединяя кисти рук («Печем блинчики»)
- попеременная работа рук кролем («мельница»)

Техника выполнения вдоха в сторону:

- держа одной рукой доску, выполнение вдоха в сторону
- выполнение вдоха с работой одной руки на каждый гребок
- выполнение вдоха с работой одной руки через 1 гребок (1 гребок рукой- вдох, 1 гребок рукой- выдох)
- выполнение вдоха с чередованием рук (вдох на одну руку, выдох на другую)
- выполнение вдоха «на третий гребок»

Плавание в полной координации вольным стилем:

- в спокойном темпе на технику
- с ускорением
- со старта
- плавание в ластах

Техника выполнения стартовых действий с трамплина вольным стилем:

- выполнение «спадов» в воду из положения сидя на бортике
- выполнения скольжения в воде из положения глубокого приседа на бортике
- выполнения скольжения в воде из положения полуприседа на бортике
- выполнение старта пловца

Плавание кролем на спине с помощью ног:

- с поддержкой и без
- с ускорением
- со сменой темпа
- в ластах

Плавание кролем на спине с работой рук:

- с различным положением рук (вверх, к бедрам)

- держа 1 рукой доску, затем без доски
- держа доску, выполняя 1 рукой гребковые движения (повторять на другую руку)
- работая одновременно двумя руками
- работая попеременно обеими руками с доской
- поочередная работа руками, соединяя кисти рук («Печем блинчики»)
- попеременная работа рук кролем («мельница»)

Плавание в полной координации кролем на спине:

- в спокойном темпе на технику
- с ускорением
- со старта
- в ластах

Раздел 4. Игровая подготовка (10 часов)

Тема 55 -64.

Теория: познакомить с правилами игры.

Практика: участие в играх.

Методы обучения: наблюдение, практические упражнения, игры.

Форма контроля: практическое занятие/ наблюдение.

Развлечения в воде

«Кто найдет брошенный на дно предмет?» - ныряние за крупными предметами (кольцами и т.д.)

«Поиск сокровищ» - ныряние за мелкими предметами на дно

«Кто проскользит дальше?»

«Мяч по кругу». Играющие стоят на дне и перебрасывают мяч друг другу

Игры с элементами плавания

«Море волнуется раз» Играющие создают волны движениями рук со словами «Море волнуется- раз.....два...три». Затем по команде тренера: «Пузыри мне покажи», «поплавок покажи», «торпедой проплыви» и т.д. выполняют заданный элемент. Игра повторяется несколько раз

«Невод». Назначается водящий, который проплывая произвольным способом, касается игрока. Они в паре продолжают «ловить неводом» других игроков и т.д. до последнего игрока

Игры – эстафеты. Различные варианты плавательных упражнений в команде с использованием мячей разного размера, нудлов, поддерживающих досок и т.д, эстафетное плавание различными способами и комбинирование их по самостоятельному выбору.

Раздел 5. Контрольные и итоговые задания (4 часа)

Тема 65 - 68.

Теория: инструктаж по технике безопасности во время соревнований, правила поведения на соревнованиях в качестве участника.

Практика: участие соревнованиях по плаванию.

Выполнение контрольно - тестовых упражнений по технике плавания.

Учебный план

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Теоретическая подготовка	4			Устный опрос
	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Знакомство обучающихся друг с другом		1		
	Краткие сведения о значении занятий физкультурой и плаванием для развития и здоровья человека. Знакомство с многообразием водных видов спорта.		1		
	Преодоление боязни воды		1		
	Обучение задержке дыхания		1		
2	Общая и Специальная физическая подготовка	10		10	Наблюдение
3	Техническая подготовка	40		40	Наблюдение
4	Игровая подготовка	10		10	Наблюдение
5	Контрольный и итоговые задания	4		4	Соревнования. Педагогическая диагностика.
	Итого	68	4	64	

Календарный учебный график

№	Режим деятельности	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно – спортивной направленности «Осьминожки»
1.	Начало учебного года	2 сентября
2.	Продолжительность учебного периода	36 учебных недель
3.	Продолжительность учебной недели	5 дней
4.	Периодичность учебных занятий	2 раза в неделю
5.	Количество часов	68 часов
6.	Окончание учебного года	30 мая
7.	Период реализации программы	02.09.2024 - 30.05.2025

Рабочая программа воспитания

Программа воспитания основана на воплощении национального воспитательного идеала, который понимается как высшая цель образования, нравственное (идеальное) представление о человеке.

Программа воспитания предусматривает приобщение детей к традиционным ценностям российского общества - жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, служение Отечеству и ответственность за его судьбу, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России

Вся система ценностей российского народа находит отражение в содержании воспитательной работы ДОО, в соответствии с возрастными особенностями детей.

Ценности Родина и природа лежат в основе патриотического направления воспитания. Цель патриотического направления воспитания - содействовать формированию у ребенка личностной позиции наследника традиций и культуры, защитника Отечества и творца (созидателя), ответственного за будущее своей страны.

Ценности милосердие, жизнь, добро лежат в основе духовно-нравственного направления воспитания. Цель духовно-нравственного направления воспитания - формирование способности к духовному развитию, нравственному самосовершенствованию, индивидуально-ответственному поведению.

Ценности человек, семья, дружба, сотрудничество лежат в основе социального направления воспитания. Цель социального направления воспитания - формирование ценностного отношения детей к семье, другому человеку, развитие дружелюбия, умения находить общий язык с другими людьми.

Ценность познание лежит в основе познавательного направления воспитания. Цель познавательного направления воспитания - формирование ценности познания.

Ценности жизнь и здоровье лежат в основе физического и оздоровительного направления воспитания. Цель физического и оздоровительного воспитания - формирование ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, овладение элементарными гигиеническими навыками и правилами безопасности.

Ценность труд лежит в основе трудового направления воспитания. Цель трудового воспитания - формирование ценностного отношения детей к труду, трудолюбию и приобщение ребенка к труду.

Ценности культура и красота лежат в основе эстетического направления воспитания. Цель эстетического направления воспитания - способствовать становлению у ребенка ценностного отношения к красоте.

Цель воспитания – личностное развитие каждого ребёнка с учётом его индивидуальности и создание условий для позитивной социализации детей на основе традиционных ценностей российского общества.

Используемые формы воспитательной работы:

- ситуативная беседа, рассказ, советы, вопросы;
- социальное моделирование, воспитывающая (проблемная) ситуация, составление рассказов из личного опыта;
- чтение художественной литературы с последующим обсуждением и выводами, сочинение рассказов, историй, сказок, заучивание и чтение стихов наизусть;
- разучивание и исполнение песен, театрализация, драматизация, этюды-инсценировки;
- рассматривание и обсуждение картин и книжных иллюстраций, просмотр видеороликов, презентаций, мультфильмов;
- организация выставок (книг, репродукций картин, тематических или авторских, детских поделок и тому подобное),
- экскурсии (в музей, в общеобразовательную организацию и тому подобное), посещение спектаклей, выставок;
- игровые методы (игровая роль, игровая ситуация, игровое действие и другие);
- демонстрация собственной нравственной позиции педагогом, личный пример педагога, приучение к вежливому общению, поощрение (одобрение, тактильный контакт, похвала, поощряющий взгляд).

Методы: словесные (описание, объяснение, разбор, указание, рассказ), наглядные (показ упражнений, использование пособий), практические (соревновательный, игровой, помощь).

Планируемый результат:

- понимающий ценность жизни, владеющий основными способами укрепления здоровья - занятия физической культурой;
- стремящийся к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих;
- проявляющий стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества;
- демонстрирующий потребность в двигательной деятельности.

Календарный план воспитательной работы

№	Название мероприятия, события	Направления воспитательной работы	Форма проведения	Сроки проведения
1	День знаний	Социальное Познавательное	Тематический день	Сентябрь
2	Неделя безопасности	Социальное Познавательное Физкультурное и оздоровительное	Тематическая неделя	Сентябрь
3	День отца в России	Социальное Познавательное Физкультурное и оздоровительное	Спортивные соревнования	Октябрь
4	День народного единства	Патриотическое Физкультурное и оздоровительное	Беседа «В дружбе народов – единство России». Подвижные игры народов России	Ноябрь
5	День Героев Отечества	Патриотическое	Беседа о героях	Декабрь
6	Новый год	Социальное	Праздники для детей	Декабрь
7	День защитника Отечества	Патриотическое Трудовое	Тематическое занятие «Богатыри земли русской». Слушание музыки,	Февраль

			заучивание стихов. Мастерские по изготовлению открыток папам (брату, дедушке). Вручение поздравительных открыток	
8	Масленица	Социальное Эстетическое Физкультурное и оздоровительное	Народные гулянья	Февраль
9	Международный женский день	Социальное Трудовое Этико-эстетическое	Мастер – классы с мамами	Март
10	Всемирный день театра	Эстетическое	Постановка спектакля	Март
11	День космонавтики	Патриотическое Социальное	Тематическая неделя	Апрель
12	Праздник Весны и Труда	Трудовое Социальное Познавательное	Беседы о труде людей. Загадки, пословицы, поговорки о труде. Слушание музыки, заучивание стихотворений	Май
13	День Победы	Патриотическое Социальное Познавательное	Оформление окон детского сада. Проект «Поговори с ребёнком о войне, отыщи слова, найди время»	Май
14	Выпускные утренники	Социальное Познавательное	Торжественные праздничные мероприятия для детей, родителей, сотрудников	Май
15	Спартакиада	Физическое и оздоровительное	Соревнование	Май
16	День защиты детей	Социальное	Развлекательная программа	Июнь
17	День России	Социальное	Праздник	Июнь

		Познавательное		
18	День семьи, любви и верности	Социальное	Квест - игра	Июль
19	День физкультурника	Физическое и оздоровительное	Спортивный праздник	Август
20	День государственного флага Российской Федерации	Патриотическое	Беседы	Август

Список литературы:

Нормативные правовые акты

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.

2. Распоряжение Правительства РФ об утверждении «Концепции развития дополнительного образования детей» от 04 сентября 2014 г. № 1726.

3. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении санитарных правил СП2.4. 3648 — 20 «Санитарно — эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи».

5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 г. № 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».

Для педагога дополнительного образования:

1. Булгакова Н.Ж. Игры у воды, на воде, под водой. – М., Физкультура и спорт, 2000

2. Белиц-Гейман С.В. «Мы учимся плавать». – М., Просвещение, 2002

3. Вильке К. «Плавание для начинающих». - М., Физкультура и спорт, 2012.

4. Т.И. Осокина «Как научить детей плавать» М.,1985

5. Л.Ф.Еремеева «Научите ребенка плавать» методическое пособие, СПб: «Детство-Пресс», 2005

6. Н.Ж. Булгакова «Плавание» М: ФиС, 1999

7. В.В. Горбунов «Вода дарит здоровье» М.: «Советский спорт», 1990

8. Л.П. Макаренко «Плавайте на здоровье» М.: «Физкультура и спорт»,1988

9. Х. Лейнус «Игры для детей различного возраста. Плавание».

Интернет-ресурсы:

Плавание: www.swimming.ru - ведущий сайт о спортивном плавании в России. Новости, протоколы соревнований, статьи.

Плавание в СССР: www.ussr-swimming.ru - все о спортивном плавании времен СССР: спортсмены, биографии, фото, видео, артефакты великой ушедшей эпохи <http://www.russwimming.ru/>

Видео по плаванию: www.swim-video.ru большая подборка видеофайлов по технике плавания с известными спортсменами, записи соревнований

www.swimsport.ru - ежедневные новости водных видов спорта - плавание, прыжки в воду, водное поло, синхронное плавание.

Анимация стилей плавания: www.virtual-swim.com - Подробнейшая возможность рассмотреть со всех сторон технику плавания в виде анимированных 3Д роликов.

Оценка техники плавания

№	ФИ ребёнка	Вольный стиль (кроль на груди)	Кроль на спине

1. Вольный стиль (кроль на груди):

«выполнил 11 м» - 3 балла,

«с ошибками, остановками» - 1 балл,

«не выполнил» - 0 баллов.

2. Кроль на спине:

«выполнил» - 3 балла,

«с ошибками, остановками» - 1 балл,

«не выполнил» - 0 баллов.