

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение –  
детский сад «Детство»

г. Екатеринбург, пер. Банникова, д.7, тел./факс +7(343)338-28-67, 338-28-69  
e-mail: secret-detstvo@yandex.ru

УТВЕРЖДАЮ:

Директор  
МБДОУ – детского сада «Детство»  
  
И.В.Иванова  
от «30» августа 2021г.



ПРИНЯТО:

Педагогическим советом  
МБДОУ – детского сада «Детство»

Протокол № 1  
от «30» августа 2021г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА –  
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
физкультурно – спортивной направленности  
«Дельфинчики»**

Возраст обучающихся (5-7 лет)  
(срок реализации 2 года)

РАЗРАБОТАНО:  
рабочей группой  
старших воспитателей  
МБДОУ – детского сада «Детство»

Екатеринбург, 2021 г.

<b>СОДЕРЖАНИЕ</b>		Стр.
1.	Пояснительная записка	3
2.	Цели и задачи программы	6
3.	Содержание программы	7
4.	Планируемые результаты	9
5.	Организационно-педагогические условия	10
5.1.	Условия реализации программы	10
5.2.	Формы аттестации контроля и оценочные материалы	12
	Список литературы	16

## **1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеразвивающая программа дошкольного образования «Дельфинчики» является программой физкультурно-спортивной направленности.

Программа направлена на работу с детьми, владеющими элементарными навыками плавания (умение держаться на воде и проч.), на освоение сложно координированных движений и упражнений на воде и под водой, на обучение составлять групповые фигуры на воде и исполнять групповые композиции.

Дополнительная общеразвивающая программа дошкольного образования «Дельфинчики» разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами:

### **Нормативные документы:**

#### *Федеральный уровень:*

Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 г. №1726-р) (далее – Концепция развития дополнительного образования детей);

Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей» (утвержден президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30.11.2016 г. №11) (далее – Федеральный приоритетный проект).

Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273).

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам).

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации 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.

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ 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» (далее СанПиН)

Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (Вместе с Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)).

Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (Вместе с «методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ,

способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»).

Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

#### *Региональный уровень:*

Постановление правительства Свердловской области от 01.08.2019 г. №461-ПП «О региональном модельном центре дополнительного образования детей Свердловской области»;

Постановление Правительства Свердловской области от 06.08.2019 г. № 503-ПП «О системе персонифицирования финансирования дополнительного образования детей на территории Свердловской области»;

Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года»;

Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 26.06.2019 г. № 70-Д «Об утверждении методических рекомендаций «Правила персонифицирования финансирования дополнительного образования детей на территории Свердловской области».

Устав Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения – детского сада «Детство» от 20.05.2016 г.

Изменения (дополнения) к уставу Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения – детского сада «Детство» от 12.12.2017 г.

#### **Актуальность**

Большое значение для развития физических качеств ребенка занимает плавание. Однако плавательная подготовленность подрастающего поколения в настоящее время остается неудовлетворительной. Все еще более 20 % несчастных случаев на воде приходится на долю детей в возрасте до 14 лет, среди детей в возрасте 10-12 лет не умеют плавать более 40-45%, а среди дошкольников – до 90%. В последние годы увеличивается запрос со стороны родителей на предоставление дополнительных образовательных услуг, на углубление работы по оздоровлению, развитию физических качеств и двигательных способностей детей, на развитие индивидуальных особенностей и склонностей детей, на полноценное проживание ребенком периода дошкольного детства и как результат – успешную подготовку детей к началу обучения в школе.

Плавание представляет собой и одно из важнейших средств физического воспитания, благодаря чему оно входит в содержание программ физического

воспитания дошкольных учреждений. Плавание способствует оздоровлению, физическому развитию и закаливанию детей. Купание, плавание, игры и развлечения на воде – одни из самых полезных физических упражнений, способствующие оздоровлению детей, укрепляющие их нервную систему. Поэтому чем раньше приучить ребенка к воде, научить его плавать, тем полнее скажется положительное воздействие плавания на развитии всего детского организма.

Именно в возрасте от 5 до 7 лет актуальной является задача выявления нового пути в обучении детей плаванию. Именно в данном возрасте на начальном этапе обучения важным является включение в обучение элементов фигурного плавания и различных игр. Высокая эмоциональность, музыкальное сопровождение, большое разнообразие интересных упражнений и элементов будет способствовать развитию плавательной подготовленности, развитию физических и психических качеств детей.

**Адресат** – программа рассчитана для детей старшего дошкольного возраста (5-7 лет).

**Возрастные физиологические особенности развития детей дошкольного возраста на занятиях по обучению плаванию в условиях бассейна:** одной из важных задач физического воспитания дошкольников является профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата.

Ведущая роль в амортизации принадлежит мышцам ног, туловища и шеи. Защитная функция позвоночника заключается в предохранении спинного мозга от внешнего воздействия. Основную нагрузку при движении туловища и удержании поз принимают на себя мышцы спины. Усиление опорной функции позвоночника происходит при работе руками. Для мышц шеи и туловища, играющих активную роль в выполнении перечисленных функций, характерно так называемое статическое напряжение. Статический режим работы для мышц является неблагоприятным, так как они не имеют периодов отдыха, что ведет в свою очередь к ухудшению в мышцах кровообращения и питания, в то время как работа, связанная с движениями тела, создает периоды напряжения и расслабления. Поэтому в работу по физическому воспитанию включены упражнения на расслабление. У детей 5-6 лет продолжается процесс окостенения скелета. Ребенок становится более крепким, поэтому он может выполнять различные движения, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость, чему способствует усиленный рост ног.

Фигурное плавание – одно из лучших средств закаливания и формирования правильной осанки ребенка. Особенности влияния плавания на организм ребенка определяются средой, в которой он выполняет движения, так как вода – одно из эффективных средств закаливания, способствующее формированию и развитию гигиенических навыков, коррекции нарушений осанки.

Находясь в воде, ребенок испытывает ощущения, во многом сходные с состоянием невесомости, поэтому упражнения ему легче выполнять в воде, чем на суше. В тоже время вода создает сопротивление и для получения необходимой нагрузки для мышц. Во время занятий по плаванию мышцы конечностей

напрягаются и расслабляются ритмично. Выполнение статических упражнений в воде способствует самовытяжению позвоночника, его естественной разгрузке при одновременном укреплении всех групп мышц. В результате формируется правильная осанка. Также занятия фигурным плаванием формируют у детей умение произвольно управлять своим телом и движениями, развивают умение согласовывать движения с характером и темпом музыки. Занимаясь фигурным плаванием, ребенок реализует свою естественную потребность в двигательной активности.

#### **Режим занятий.**

Занятия проводятся в соответствии с графиком:

в старшей группе (дети 5-6 лет) два раза в неделю, продолжительность 25 минут;

в подготовительной группе (дети 6-7 лет) два раза в неделю, продолжительность 30 минут.

#### **Этапы реализации Программы:**

1 год обучения: начало освоения элементов фигурного плавания

2 год обучения: совершенствование и закрепление навыков фигурного плавания, введение элементов творчества в двигательной сфере.

**Формы занятий:** организованные подгрупповые (8-10 чел.) занятия в бассейне.

## **2. Цель и задачи Программы**

**Цель программы:** повышение уровня технической плавательной и физической подготовленности детей дошкольного возраста. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей в процессе освоения разных видов упражнений в воде под музыку.

#### **Задачи:**

##### *Образовательные:*

- ознакомление детей с основными правилами безопасного поведения на воде (на открытых водоемах, в бассейне);
- развивать представление о водных видах спорта.
- обучение различным способам плавания;
- обучение элементам фигурного плавания

##### *Развивающие:*

- развивать моторные функции и уровень физической подготовленности;
- развивать двигательные качества и способности детей: ловкость, быстроту, гибкость, силу, общую выносливость;
- развивать опорно-двигательную систему организма.

##### *Воспитательные*

- воспитывать бережное отношение к своему здоровью, привычку к закаливанию;
- воспитывать интерес к занятиям физической культурой.
- воспитывать морально-волевые качества (смелость, настойчивость,

чувство собственного достоинства, самостоятельность и организованность);

### 3.Содержание программы

#### 3.1.Учебный план

Год обучения	1 год		2 год	
Название программы	Количество занятий		Количество занятий	
	В месяц	В год	В месяц	В год
«Дельфинчики»	8	7 2	8	7 2

#### 3.2. Учебно-тематический план

##### 1. Год обучения

№	Перечень разделов, тем	Количество занятий
1	Техника безопасности	2
2	Диагностика	4
3	Обучение спортивным способам плавания	36
4	Обучение элементам фигурного плавания	30
5	<b>Итого</b>	<b>72</b>

##### 2 год обучения

№	Перечень разделов, тем	Количество занятий
1	Техника безопасности	2
2	Диагностика	4
3	Обучение спортивны способам плавания	28
4	Обучение элементам фигурного плавания	38
5	<b>Итого</b>	<b>72</b>

#### Содержание учебного плана

Раздел Программы Техника безопасности содержит:

- закрепление правил поведения в бассейне через создание игровых и проблемных ситуаций;

- закрепление представлений об основах правильного поведения на воде (использование схем, моделей, картинок, знаков, просмотр видеофильма).

### Раздел Обучение спортивным способам плавания

- упражнения для специальной подготовки;
- упражнения для ОФП на суше;
- действия с предметами: обручем, мячом, нудлами, различными игрушками (плавающими, тонущими, надувными);
- закрепление умения свободно ориентироваться в чаше бассейна, умело распределяться по всей его длине;
- передвижения по бассейну вдоль границ, по кругу, враспынную;
- передвижения в воде шагом, бегом, прыжками: держась за поручень, на носках, приставными шагами, с различными движениями рук и т.д. Игры на освоение передвижений в воде: "Змейка", "Паровозик", "Карусели", "Лягушата", "Лодочка с веслами", "Цапли" и др.;
- игры для ознакомления со свойствами воды: "Маленькие и большие ножки", "Солнышко и дождик", "Лодочки", "Волны на море" и др.;
- закрепление упражнений способствующих преодолению страха перед водой;
- погружения в воду до уровня пояса, плеч, шеи, подбородка, глаз, с головой, задерживая дыхание, с выдохом в воду, с образованием "пузырей", дуть на воду. Игры для приобретения навыков погружения под воду: "Тишина", "Уточка моют носик" и др.;
- закрепление техники работы ног как при плавании способом "кроль" (из исходного положения сидя, лежа с опорой и без опоры). Игры: "Фонтан", "Моторчики" и др.;
- скольжение на груди, держась за руки преподавателя, за поручень, опираясь на дно (идти на руках, на плавательную доску, без опоры, работая ногами как при плавании способом "кроль"). Игры на освоение навыка скольжения: "Лодочки плывут", "Стрела", "Смелые ребята" и др.
- закрепление элементов плавания способом "брасс" (движение ног при плавании способом "брасс" на груди "лягушка", движения руками "раздвигаем водоросли");
- упражнения на задержку дыхания, выдох порциями;
- закрепление навыка «лежания на воде», умения выполнять сильный выдох после глубоко вдоха;
- закрепление умения в плавании на груди и на спине; развитие физических качеств: ловкости, силы, быстроты;
- обучение элементам спортивного плавания способами «кроль»;
- постепенное усложнение упражнений, с координацией движений рук и ног при плавании спортивными способами.
- закрепление полученных умений по плаванию; выполнение специальных упражнений для расслабления;

- совершенствование техники выполнения элементов спортивного плавания
- способами «брасс» и «кроль на груди»; «кроль на спине»

#### Раздел Программы Фигурное плавание содержит:

- обучение технике выполнения упражнений: "Медуза", "Звездочка на груди", "Поплавок";
- обучение технике выполнения упражнений в воде у опоры и без: "Звездочка на груди", "Поплавок", "Медуза", "Стрела";
- составление рисунков с обручами, в парах, мячами;
- выполнение упражнения "Медуза на груди": с обручем, другими атрибутами, у бортика;
- выполнение упражнения "Медуза на спине" с дополнительными атрибутами;
- выполнение упражнения "Смешанная цепь": у бортика, в центре, по диагонали;
- выполнение упражнения "Цепь с закрепкой и хвостом": у бортика, друг с другом;
- отработка движений танца под музыку;
- игры и развлечения на воде;
- обучение плавному переходу от одного рисунка к другому;
- составление "рисунков на воде" с атрибутами (на суше и на воде)

#### **4. Планируемые результаты освоения программы**

##### *Образовательные:*

- знает основные правила безопасного поведения на воде (на открытых водоемах, в бассейне);
- имеет представление о водных видах спорта.
- владеет различным способом плавания;
- владеет элементом фигурного плавания

##### *Развивающие:*

- демонстрирует двигательные качества и способности: ловкость, быстроту, гибкость, силу, общую выносливость;
- проявляет двигательную активность и спортивные умения в воде.

##### *Воспитательные*

- проявляет интерес к систематическим занятиям водными видами спорта;
- овладел элементарными нормами и правилами на водоемах и в бассейне (двигательном режиме, закаливании, приформировании полезных
- демонстрирует бережное отношение к своему здоровью, привычку к закаливанию;
- проявляет смелость, настойчивость, самостоятельность и организованность.

## **5. Организационно – педагогические условия**

### **5.1. Условия реализации программы**

#### *Материально-техническое обеспечение*

1. Помещение бассейна детского сада, соответствующее санитарно-гигиеническим и противопожарным требованиям.
2. Раздевалка. В раздевалке имеется мебель: скамейки, шкафы.
3. Техническое оборудование: магнитофон.
4. Оборудование и инвентарь для бассейна:
  - Гимнастическая палка – 10 шт.(спортзал)
  - Доска для плавания – 15шт.
  - Игрушки и предметы плавающие, различных форм и размеров (рыбки, морские обитатели, дельфины) – 10шт.
  - Игрушки и предметы тонущие ( кольца) – 5шт.
  - Ласты – 10 пар.
  - Мяч резиновый – 10шт.
  - Надувные круги разных размеров – 15 шт.
  - Плавающие кольца для игры в водный баскетбол
    - Обручи – 2шт.
    - Поролоновые палки (нудлы) – 20шт
    - Секундомер – 1шт.
    - Судейский свисток – 1шт.
    - Термометр для воды – 1шт.
    - Термометр комнатный – 1шт.

#### *Кадровое обеспечение*

Образовательную деятельность по реализации Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Дельфинчики» для детей 5-7 лет физкультурно-спортивной направленности осуществляют педагоги дополнительного образования, имеющие высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю модулей программы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы (согласно Единому квалификационному справочнику должностей руководителей, специалистов и служащих (раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования»), утвержденному приказом Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 26.08.2010 г. № 761н).

## *Методические материалы*

Для решения поставленных задач используются следующие **методы**:

Наглядные:

- Наглядно-зрительные (показ, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры)
- Наглядно-слуховые приемы (музыка, песни)

Тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора)

Словесные:

- Объяснения, пояснения, указания;
- Подача команд, распоряжений, сигналов;
- Вопросы к детям
- Образный сюжетный рассказ, беседа;
- Словесная инструкция

Практические:

- Повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- Проведение упражнений в игровой форме;
- Проведение упражнений в соревновательной форме

*Структура занятий:* занятия делится на 3 части - подготовительную, основную, заключительную. Все части занятия взаимосвязаны.

Подготовительная часть делится 5-15% общего времени.

Задача этой части сводится к тому, чтобы подготовить организм ребенка к работе.

Основная часть длится 70-85% общего времени. В этой части решаются основные задачи.

Заключительная часть занятия длится 3-7% общего времени. В этой части выполняются упражнения на расслабление, дыхание, предлагаются творческие задания.

*Рекомендации по проведению занятий по плаванию:*

На занятиях двигательный режим детей должен быть рациональным, с учетом возрастных особенностей и обеспечения благоприятных условий статической нагрузки - снижение ее продолжительности и величины;

-освоение упражнений идет быстрее, если дети стоят в шеренге, лицом к инструктору;

-разучивать упражнения целесообразно сначала на месте, потом в движении;

-обязательное ознакомление с характером движений при изучении элементов фигурного плавания;

-использование игровых приемов обучения как ведущих в организации занятий;

-обязательны специальные упражнения: разминка в начале каждого занятия, выполнение упражнений на суше, упражнения на закрепление основных движений в воде;

-на каждом занятии необходимо следить за правильной техникой выполнения движений;

-необходимо поддерживать эмоционально-положительный тонус на протяжении занятия.

Для достижения результатов в фигурном плавании, необходимо развивать плавательные навыки, умение действовать слаженно, проявлять творчество в украшении композиций на воде.

При разучивании композиций используется принцип этапности.

Необходимо помнить, что композиции составляются с учетом умений и навыков детей. Задача инструктора совместно с дошкольниками придумать композицию с учетом особенности музыки, показать на собственном примере правильное выполнение комплекса упражнений и постепенно научить детей выполнять их красиво и непринужденно.

*Игры* проводятся в порядке постепенного увеличения нагрузки на протяжении всех занятий. В процессе закрепления умений и навыков предполагается варьирование сроков при выполнении той или иной задачи. При повторении упражнений, чтобы не было утомительного однообразия, используются задания одного типа, но разного содержания.

## **5.2.Формы аттестации/ контроля и оценочные материалы**

Педагогическая диагностика проводится 2 раза в год в виде тестовых заданий: октябрь, май.

Результаты выполнения тестовых заданий оцениваются по трехбалльной шкале.

3балла – высокий уровень

2 балла – средний уровень

1 балл – низкий уровень.

### **Описание методик педагогической диагностики**

1 год обучения (дети 5-6 лет – старшая группа)

Тестовые задания:

- Погружение в воду с задержкой дыхания.
- Упражнение "Винт".
- Скольжение на груди и на спине.
- Упражнение в парах.
- Упражнение под музыкальное сопровождение.
- Выполнение элементов фигурного плавания

Методика проведения диагностики:

1. *Погружение в воду с задержкой дыхания.*

По сигналу инструктора ребенок погружается в воду с открытыми глазами.

*Оценка:* 3 балла – ребенок смог продержаться под водой 5-6 секунд;

2 балла – ребенок смог продержаться под водой 3-4 секунды;

1 балл – ребенок смог продержаться под водой 1-2 секунды.

2. *Упражнение «Винт».*

В скольжение совершать повороты с груди на спину и на оборот.

*Оценка:* 3 балла – ребенок смог совершить повороты 5 раз;

2 балла – ребенок смог совершить повороты 3-4 раза;

1 балл – ребенок смог совершить повороты 1-2 раза.

3. *Скольжение на груди и на спине.*

Стоя у бортика, руки впереди, кисти рук соединены, присесть, оттолкнуться ногами от бортика одной или двумя ногами от дна и выполнить упражнение "Стрелка" на груди и спине. Тело ребенка должно лежать у поверхности воды, руки и ноги соединены, вытянуты, лицо опущено в воду.

*Оценка:*

3 балла – ребенок проскользил 3-4 метра и более;

2 балла – ребенок проскользил 2 метра;

1 балл – ребенок проскользил 1 метр.

4. *Упражнение в парах.*

По сигналу инструктора дети в парах выполняют упражнения "Медуза в парах", "Смешанная цепочка".

*Оценка*

3 балла – ребенок смог совершить повороты 5 раз;

4 балла – ребенок смог совершить повороты 3-4 раза;

5 1 балл – ребенок смог совершить повороты 1-2 раза.

5. *Упражнение под музыкальное сопровождение.*

Дети выполняют предложенное инструктором упражнение под музыкальное сопровождение.

*Оценка:*

3 балла – ребенок соотносит характер движений (темп, плавность и проч.) с характером музыки;

2 балла – ребенок поддерживает одну из характеристик музыки;

1 балл – ребенок не соотносит характер движений с характером музыки.

6. *Самостоятельное выполнение элементов фигурного плавания*

Предлагается музыкальная композиция, под которую ребенок должен самостоятельно составить и исполнить "рисунок на воде".

*Оценка:*

3 балла – ребенок проявляет активность и творчество, составляет и исполняет "рисунок на воде" в соответствии с музыкой;

2 балла – ребенок составляет "рисунок на воде" из элементов, которые напомнил инструктор;

1 балл – ребенок не принимает помощь инструктора, задание не выполняет.

2 год обучения (дети 6-7 лет – подготовительная группа)

Тестовые задания:

- Плавание кролем на груди.
- Плавание кролем на спине.
- Упражнение в парах - синхронно.
- Упражнение с предметами – синхронно.
- Упражнение под музыкальное сопровождение.
- Самостоятельное выполнение "рисунка на воде".

Методика проведения диагностики:

1. *Плавание кролем на груди .*

Проплыть 8 м в полной координации кролем на груди.

*Оценка:*

3 балла – ребенок смог плыть 7-8метров;

2балла – ребенок смог проплыть5-6 баллов;

1 балл – ребенок смог плыть менее 4метров.

2. *Плавание кролем на спине .*

Проплыть 8 м в полной координации кролем на спине.

*Оценка:*

4 балла – ребенок смог плыть 7-8метров;

2балла – ребенок смог проплыть5-6 баллов;

1 балл – ребенок смог плыть менее 4метров.

3. *Упражнение в парах - синхронно.*

По сигналу инструктора ребенок в парах выполняет упражнения "Медуза в парах", "Смешанная цепочка".

*Оценка:*

3балла – ребенок выполняет упражнения самостоятельно;

2балла- ребенок вполняет упражнение с поддержкой инструктора

3балла – ребенок выполняет упражнения с поддержкой надувных предметов.

4. *Упражнение с предметами – синхронно*

Инвентарь: гимнастические палки, мяч, обруч, поролоновые палки.

По сигналу инструктора ребенок выполняет упражнения "Звезда", "Медуза"

на груди.

*Оценка:*

3 балла – ребенок лежит на спине 5-6 секунд;

1 балла – ребенок лежит на спине 3-4 секунды; 1 балл – ребенок лежит на спине 1-2 секунды.

5. *Упражнение под музыкальное сопровождение.*

Дети выполняют предложенное инструктором упражнение под музыкальное сопровождение.

*Оценка:*

3 балла – ребенок соотносит характер движений (темп, плавность и проч.) с характером музыки;

2 балла – ребенок поддерживает одну из характеристик музыки;

1 балл – ребенок не соотносит характер движений с характером музыки.

6. *Самостоятельное выполнение "рисунка на воде".*

Предлагается музыкальная композиция, под которую ребенок должен самостоятельно составить и исполнить "рисунок на воде".

*Оценка:*

3 балла – ребенок проявляет активность и творчество, составляет и исполняет "рисунок на воде" в соответствии с музыкой;

2 балла – ребенок составляет "рисунок на воде" из элементов, которые напомнил инструктор с помощью вспомогательных предметов;

1 балл – ребенок не принимает помощь инструктора, задание не выполняет.

### **Формы подведения итогов реализации Программы:**

Показательные выступления

- (отчетный показ танцевальных композиций);
- открытые занятия для родителей в каждой возрастной группе;
- спортивные развлечения и праздник на воде.

## Список литературы

1. Воронова Е. К. Программа обучения плаванию в детском саду. – СПб.: "ДЕТСТВО- ПРЕСС", 2010–80с.
2. Жданкина Е.Ф. Игры и развлечения на воде, применяемые при обучении синхронному плаванию - ГОУ ВПО УГТУ – УПИ, 2006.
3. Маханева М.Д., Баранова Г.В. Фигурное плавание в детском саду. Методическое пособие. – М.: ТЦ Сфера, 2009.–64с
4. Чеменева А.А., Столмакова Т.В. Система обучения – СПб.: ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2011.–336с.
5. Яблонская С.В., Циклис С.А. Физкультура и плавание в детском саду. – М., ТЦ Сфера, 2008.–112с. (Здоровый малыш).

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575843

Владелец Иванова Ирина Витальевна

Действителен с 30.08.2021 по 30.08.2022