Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
центр развития ребёнка – детский сад № 29
Красносельского района Санкт-Петербурга

Принята
Педагогическим советом
ГБДОУ ЦРР - детского сада № 29
Красносельского района СПб
(протокол от «20» 08 2026 № 1)

Утверждена
приказом
ГБДОУ ЦРР - детского сада № 29
Красносельского района СПб
от «21» 08 2026 № 53 – ах

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ПО ПЛАВАНИЮ «ОБУЧЕНИЕ ПЛАВАНИЮ»

Возраст воспитанников 6-8 лет
Срок реализации 2 года

Педагог дополнительного образования:
Никонова Ирина Олеговна

Санкт-Петербург
2026

ОГЛАВЛЕНИЕ

	Наименование раздела	**№ стр.**
1.	Пояснительная записка.	3
2.	Задачи, ожидаемые результаты и особенности каждого года обучения	6
3.	Календарно-тематическое планирование первый год обучения	7
4.	Календарно-тематическое планирование второй год обучения	11
5.	Оценочные и методические материалы.	15
5.1.	Учебно-методический комплекс.	15
5.2.	Система контроля результативности обучения	16
6.	Нормативные документы, обеспечивающие реализацию программы	16

1. Пояснительная записка.

Направленность программы	Программа имеет физкультурно-оздоровительную направленность на развитие физических способностей детей. Обучение плаванию - одно из важнейших звеньев в воспитании и развитии ребенка. Благоприятное воздействие плавания на детский организм является общепризнанным. Обучение детей плаванию является образовательной услугой и способствует реализации потребности детей в двигательной активности, закаливанию детского организма и укреплению здоровья детей. Необходимое условие успеха в работе с дошкольниками — это поддержание положительного отношения детей к занятиям. На всех этапах обучения необходимо стремиться к тому, чтобы упражнения и игры в воде доставляли детям удовольствие и радость, побуждали их к самостоятельности и стремлению научиться плавать. Новизна программы связана с пониманием того, что плавание благотворно не только для физического развития ребёнка, но и для формирования его личности. Не всем детям общение с водой доставляет удовольствие и радость, некоторые бояться входить в воду, бояться глубины. Психологами установлено, что главная опасность на воде – не действия в ней, а неправильное поведение, чувство страха и боязнь глубины. Именно поэтому первые шаги в обучении плаванию направлены на то, чтобы помочь ребёнку преодолеть это неприятное и небезобидное чувство. Занятия плаванием развивают такие черты личности, как целеустремлённость, настойчивость, самообладание, решительность, смелость, дисциплинированность, умение действовать в коллективе и проявлять самостоятельность.
Актуальность программы	**Актуальность программы определяется запросами детей и их родителей.** **Сохранения и укрепления здоровья детей занимает ведущее место в образовательном пространстве.** **В связи с этим актуальность** выбранной программы не подлежит сомнению, поскольку проблема сохранения и укрепления здоровья дошкольников, физического совершенствования, овладения физической культурой, как частью общей культуры человека и остается весьма значимой в условиях модернизации российского образования.
Отличительные особенности программы	Отличительные особенности данной программы, от уже существующих, заключается в её тесной связи с игрой и в индивидуальном подходе к особенностям каждого ребёнка. Основную часть программы составляют физические игровые упражнения, освоение которых, помогает каждому ребёнку освоить элементы плавания и осознать ценность здорового образа жизни. Игры и игровые упражнения на суше и в воде ориентируется на поддержание положительного эмоционального отношения детей к занятиям на всех этапах, стремления к тому, чтобы упражнения и игры в

	воде доставляли им удовольствие и радость, побуждали их к самостоятельности и к стремлению научиться плавать.
Адресат программы	Дети дошкольного возраста 6-8 лет
Цель	Обучение и совершенствование умений и навыков детей дошкольного возраста разным способам плавания, закаливания, укрепления и обеспечение всестороннего физического развития детского организма.
Задачи	Обучающие: — Формирование устойчивого интереса к занятиям плаванием. — Формирование двигательных умений и навыков, необходимых для обучения плаванию. — Освоить технические элементы плавания. — Совершенствовать различные виды передвижений в воде. — Сформировать теоретические и практические пространства. — Обучить основным способом плавания «Кроль»; «Брасс», «Дельфин». — Учить правилам безопасного поведения на воде.
	Развивающие: — Выявление интересов, склонностей и способностей детей в двигательной деятельности и реализация их через систему спортивно оздоровительной работы; — Формировать теоретические и практические основы освоения водного пространства.
	Воспитательные: — Воспитание интереса к занятиям плаванием; — Воспитание морально – волевых качеств личности (честности, решительности, целеустремлённости, настойчивости и находчивости и других качеств). — Воспитание умения действовать в коллективе.
	Оздоровительные: — Осознавать ценность здорового образа жизни, бережно относиться к своему здоровью, знакомить с элементарными правилами безопасного поведения на воде. — Укрепление опорно–двигательного аппарата и формирование правильной осанки. (удержание рациональной позы во всех видах деятельности). — Содействие повышению функциональных возможностей вегетативных органов. Активная двигательная деятельность ребёнка способствует укреплению сердечно – сосудистой и дыхательных систем, улучшению обменных процессов в организме.
Условия реализации программы	Сроки реализации программы - 2 года обучения В группы по желанию записывают детей – родители, законные представители и заключают договор. Группы формируются с учётом возрастных особенностей. Занятия посещают дети младшего возраста (6-8 лет)

	В группах не более 10 человек. Занятия проводятся 1 раза в неделю. Продолжительность НОД 45 минут: из них 10-15 минут разминка (сухое плавание) 30-35 минут НОД в воде. Материально техническое обеспечение: в спортивном зале и бассейне имеется необходимый инвентарь для проведения НОД.
Планируемые результаты	К концу 1 года дети могут уметь: • Преодоление водобоязни. • Освоение различных видов движений на воде. • Снижение заболеваемости. • Повышение эмоционально-положительного тонуса в течение длительного времени. • Обучать согласованной работе рук и ног при плавании способом «кроль» на груди и на спине. • Совершенствовать работу ног, как при плавании способом «кроль» • на груди (в движении и упоры). • Развивать силовые возможности. • Способствовать формированию правильной осанки. • Воспитывать чувство коллективизма. • Продолжать формировать правила поведения на воде. К концу 2 года дети могут уметь: • Дети, посещающие занятия, получают дополнительное закаливание • и физическое укрепление организма. • Продолжаем осваивать различные виды движений на воде. • Развитие творческих способностей. • Формирование гибкости, пластичности художественно – эстетического вкуса. • Воспитание коллективизма, посредством выработки навыков синхронного выполнения упражнений, действий в команде. • Совершенствуем умение держаться на воде. • Продолжать обучать согласованной работе рук и ног при плавании способом «кроль» на груди и на спине. • Продолжать совершенствовать работу ног, как при плавании способом «кроль» на груди (в движении и упоры).

2. Задачи, ожидаемые результаты и особенности каждого года обучения.

Возраст	Задачи	Ожидаемые результаты	Особенности каждого года обучения
6-8года	**Задачи первого года обучения:** - Преодоление водобоязни. - Освоение различных видов движений на воде. - Снижение заболеваемости. - Повышение эмоционально-положительного тонуса в течение длительного времени. - Обучать согласованной работе рук и ног при плавании способом «кроль» на груди и на спине. - Совершенствовать работу ног, как при плавании способом «кроль» на груди (в движении и упоры). - Развивать силовые возможности. - Способствовать формированию правильной осанки. - Воспитывать чувство коллективизма. - Продолжать закреплять правила поведения на воде. **Задачи второго года обучения:** - Дети, посещающие занятия, получают дополнительное закаливание и физическое укрепление организма. - Продолжаем осваивать различные виды движений на воде. - Развитие творческих способностей. - Формирование гибкости, пластичности художественно – эстетического вкуса. - Воспитание коллективизма, посредством выработки навыков синхронного выполнения упражнений, действий в команде. - Совершенствуем умение держаться на воде. - Продолжать обучать согласованной работе рук и ног	Умеют проплывать на груди при помощи одновременных гребковых движений руками без выноса рук из воды (как при плавании брассом) и попеременных движений ногами (3-5 метров) для сколиозных групп. Умеют выполнять поперечные движения руками (без выноса рук из воды) в сочетании с работой ног при плавании способом «кроль» (3-5 метров) для групп общего профиля (облегченный кроль). Умеют выполнять многократные выдохи в воду (4-6 раз). Умеют плавать кролем на спине при помощи одних ног, руки вдоль туловища.	Группа детей профильная, имеет постоянный состав. Занятия проводятся по группам. Наполняемость до 10 человек, что позволяет продуктивно вести как групповую, так и индивидуальную работу с детьми. Основной формой работы с детьми является занятие, продолжительность которого соответствует возрастным нормам детей. Формы организации деятельности воспитанников на занятии: фронтальная; в парах; групповая; индивидуально - групповая.

	при плавании способом «кроль» на груди и на спине. - Продолжать совершенствовать работу ног, как при плавании способом «кроль» на груди (в движении и упоры).		

3. Календарно-тематическое планирование первый год

Название раздела, темы	**Содержание**	**Теория**	**Практика**
«Наши правила»	Ознакомить детей с помещением бассейна. Правилами поведения в бассейне. Ходьба парами, группой, держась за руки умыться, полить воду на лицо погружаться до подбородка. Свободное плавание.	Рассказать правила поведения в бассейне.	Игровые упражнения: «Наши правила»; «Цапли».
«Лодочки»	Учить падать на воду, передвижение по дну боком, класть лицо в воду, задержав дыхание, ходить парами движение ног, кроль на груди. Свободное плавание.	Рассказать технику выполнения игровых упражнений.	Игровые упражнения: «Лодочки»; «Фонтан».
«Скользим по воде»	Обучать ходьба с гребковыми движениями рук, руки за спину, поливать воду на голову, погружаться до уровня носа. Свободное плавание.	Рассказать технику выполнения упражнение «Волны на море»	Игровые упражнения: «Скользим по воде»; «Волны на море»
«Юные пловцы»	Формируем навык продвигаться в воде, прыгая «Как зайчики» выдох в воду по сигналу работа ног на спине упор о д но бассейна. Свободное плавание.	Рассказать технику выполнения игровых упражнений.	Игровые упражнения: «Юные пловцы»; «Бегом за мячом».
«Лучше всех плыву»	Учить вбегать в воду, окунувшись, ходьба спиной вперед, прыжки из воды, передвигаться по дну различными способами. Свободное плавание.	Рассказать технику прыжков из воды, передвигаться по дну различными способами.	Игровые упражнения: «Лучше всех плыву»; «Нос утонул»; «Мы веселые ребята».
«Переправа»	Упражнять в ходьбе и беге, с гребковыми движениями рук	Рассказать технику	Игровые упражнения:

	упражнение «Покажи пятки» попытка упражнения «Поплавок», «Медуза» игра «Поезд в туннель»	выполнения игровых упражнений.	«Переправа»; «Поезд в туннель».
«Подводные лодки»	Обучать бегу по дну бассейна в различных направлениях, ходьбе спиной вперед с гребковыми движениями рук, передвигаться – «Крокодилы», игра «Футбол в воде». Свободное плавание.	Рассказать технику ходьбы спиной вперед с гребковыми движениями рук.	Игровые упражнения: «Подводные лодки»; «Кто выше».
«Морские котики»	Совершенствовать вход в воду, падая на нее, передвижение по дну назад, класть лицо в воду в ладоши брызгать друг друга, движения ног кроль на груди. Свободное плавание.	Рассказать технику выполнения игровых упражнений.	Игровые упражнения: «Морские котики»; «Волны на море»
«Катера»	Учит входить в воду, падая на нее, передвижение по дну назад, класть лицо в воду в ладоши, брызгать друг друга. Свободное плавание	Рассказать правила передвижение по дну назад.	Игровые упражнения: «Катера»; «Волны на море».
«Спрячемся под воду»	Совершенствуем скольжение на груди и на спине, движения ног с опорой, выдохи в воду с поворотом головы в лежании на груди в наклоне вперед работа рук кролем. Свободное плавание.	Рассказать технику выполнения игровых упражнений.	Игровые упражнения: «Спрячемся под воду»; «Качели», «Торпеда».
«Повторим, что умеем»	Обучать падать на воду передвижение по дну боком, класть лицо в воду, задержав дыхание, ходить парами, движение ног кроль на груди. Свободное плавание.	Рассказать технику выполнения падения на воду.	Игровые упражнения: «Повторим, что умеем»; «Фонтан».
«Настоящие рыбки»	Учить входить в воду, падая на нее, передвижение по дну назад, класть лицо в воду в ладоши, брызгать друг друга, движения ног кроль на груди. Свободное плавание.	Рассказать технику выполнения игровых упражнений.	Игровые упражнения: «Настоящие рыбки»; «Волны на море».
«Лежи, держись, скользи»	Совершенствовать навык продвижения в воде, прыгая «Как зайчики», выдох в воду по сигналу, работа ног на спине упор о дно	Рассказать правила техники продвижения в воде, прыгая	Игровые упражнения: «Лежи, держись, скользи»; «Бегом за мячом»,

	бассейна, упражнение «Остуди чай». Свободное плавание.	«Как зайчики»	«Коробочка»
«Мельница»	Обучать стоя, работа рук на груди, на спине, плавание с задержкой дыхания, скольжение на груди и на спине с движениями рук. Свободное плавание.	Рассказать технику выполнения игровых упражнений.	Игровые упражнения: «Мельница»; «Пятнашки».
«Тюленята»	Обучать брызгаться, окунаясь в воду, по сигналу задерживать дыхание, движения ног с опорой, погружение с головой. Свободное плавание.	Рассказать правила техники, как окунаясь в воду, по сигналу задерживать дыхание.	Игровые упражнения: «Тюленята»; «Карасик и щука»
«Поскользим»	Учить входу в воду парами, погружение вводу с выдохом парами, погружение с открыванием глаз, движение ног с опорой. Свободное плавание.	Рассказать технику выполнения игровых упражнений.	Игровые упражнения: «Поскользим»; «Переправа»; «У кого больше пузырей».
«Водомеры»	Совершенствуем вход парами погружение вводу с выдохом парами погружение с открыванием глаз движение ног с опорой упражнение «У кого больше пузырей» Свободное плавание.	Рассказать правила упражнения «У кого больше пузырей»	Игровые упражнения: «Водомеры»; «Переправа».
«Погрузимся в подводный мир»	Учить входить в воду, падая на нее; передвижение по дну назад, класть лицо в воду в ладоши, брызгать друг друга, движения ног кроль на груди. Свободное плавание.	Рассказать технику выполнения игровых упражнений.	Игровые упражнения: «Погрузимся в подводный мир»; «Волны на море».
«Киты»	Обучать самостоятельно входить в воду, упражнение «Насос», упражнение «Достань игрушку» лежание на груди с выдохом выдохи в воду. Свободное плавание.	Рассказать правила выполнения упражнений «Насос»; «Достань игрушку».	Игровые упражнения: «Киты»; «Байдарки», «Хоровод».
«Попловочки»	Совершенствовать скольжение на груди и на спине,	Рассказать технику	Игровые упражнения:

	движения ног с опорой, выдохи в воду с поворотом головы в лежании на груди, в наклоне вперед работа рук кролем. Свободное плавание.	выполнения игровых упражнений.	«Попловочки»; «Качели», «Торпеда».
«Как же быстро я плыву»	Учить вбегать и окунаться, выдохи в воду с погружением парами, движения ног с опорой, поиск предметов в воде, открывая глаза. Свободное плавание.	Рассказать технику поиск предметов в воде.	Игровые упражнения: «Как же быстро я плыву»; «Покажи пятки», «Невод».
«Кто плывёт лучше»	Развиваем навык самостоятельно входить в воду, упражнение «Насос», упражнение «Достань игрушку», лежание на груди с выдохом, выдохи в воду. Свободное плавание.	Рассказать технику выполнения игровых упражнений.	Игровые упражнения: Кто плывёт лучше»; «Байдарки»; «Хоровод».
«Рыбаки и рыбки»	Учить окунаться самостоятельно, упражнение «Насос» с поворотом головы, работа ног с опорой и без подныривание в обруч. Свободное плавание.	Рассказать правила техники выполнения упражнения «Насос».	Игровые упражнения: «Рыбаки и рыбки»; «Пролезь в круг», «Карусели».
«На груди и на спине»	Совершенствовать ходьбу и бег, с гребковыми движениями рук упражнение «Покажи пятки» попытка упражнения «Поплавок», «Медуза» Свободное плавание.	Рассказать технику выполнения игровых упражнений.	Игровые упражнения: «На груди и на спине»; «Поезд в туннель».
«Я плыву!»	Закреплять навык ходьбы и бега, с гребковыми движениями рук, упражнение «Покажи пятки» попытка упражнения «Поплавок», «Медуза». Свободное плавание.	Рассказать технику упражнения «Поплавок», «Медуза».	Игровые упражнения: «Я плыву!»; «Поезд в туннель».
«Дельфины и киты»	Совершенствуем стоя, работу рук на груди, на спине, плавание с задержкой дыхания, скольжение на груди и на спине с движениями рук. Свободное плавание.	Рассказать технику выполнения игровых упражнений.	Игровые упражнения: «Дельфины и киты»; игра «Пятнашки».
«Кораблики»	Учить приседать, погружаясь в воду стоя, движения руками «Мельница», выполнять движения ног	Рассказать правила техники упражнений «Поплавок»;	Игровые упражнения: «Кораблики»; «Невод».

	с помощью упражнения «Поплавок» и упражнения «Стрела». Свободное плавание.	«Стрела»	
«Следим за работой рук»	Обучить движениям рук в плавании на груди. Работа ног без опоры на спине, выдохи в воду при погружении и лежании на груди. Свободное плавание.	Рассказать технику выполнения игровых упражнений.	Игровые упражнения: «Следим за работой рук»; «Коробочка», «Караси и щука».

4. Календарно-тематическое планирование второй год

Название раздела, темы	**Содержание**	**Теория**	**Практика**
«Вспомним правила»	Ознакомить детей с помещением бассейна. Правилами поведения в бассейне. Научить безбоязненно заходить в воду, держаться на воде.	Рассказать правила поведения в бассейне. Рассказать о свойствах воды,	Игровые упражнения: «Вспомним правила»
«Кто как плавает?»	Совершенствовать работу ног на спине без опоры скольжение на груди без опоры упражнение на дыхание Свободное плавание.	Рассказать технику выполнения игровых упражнений.	Игровые упражнения: «Кто как плавает?»; «Карусели».
«Кто быстрее»	Упражнять работу ног на спине без опоры скольжение на груди без опоры упражнение на дыхание игра «Карусели», «Сердитая рыбка» Свободное плавание.	Рассказать правила скольжение на груди без опоры	Игровые упражнения: «Кто быстрее»; «Сердитая рыбка».
«Ноги как хвосты»	Совершенствовать работу ног на спине с опорой и без, упражнение на дыхание, спад в воду. Свободное плавание.	Рассказать технику выполнения игровых упражнений.	Игровые упражнения: «Ноги как хвосты»; «Поймай воду».
«Байдарки»	Совершенствуем работу ног на груди без опоры, движение рук на спине, прыжок в воду с бортика.	Рассказать технику выполнения прыжок в воду с бортика.	Игровые упражнения: «Байдарки»;

	Свободное плавание.		«Медуза».
«Юные подводники»	Совершенствуем скольжение на груди, работа ногами на груди и спине у бортика. упражнение на дыхание прыжки в воду с бортика. Свободное плавание.	Рассказать технику выполнения игровых упражнений.	Игровые упражнения: «Юные подводники»; «Волны на море».
«Стрела»	Совершенствуем работу ног в скольжении на груди, прыжок вниз головой. Свободное плавание.	Рассказать технику выполнения упражнение «Поплавок», «Медуза», «Звезда»	Игровые упражнения: «Стрела»; «Море волнуется»; «Поплавок», «Медуза», «Звезда»
«Мы весёлые ребята»	Упражняем в лежании на груди с опорой и без скольжение на спине с опорой и без, скольжение на груди с опорой и без. Свободное плавание.	Рассказать технику выполнения игровых упражнений.	Игровые упражнения: «Мы весёлые ребята»; «Веселые подводники».
«Море волнуется»	Развиваем плавание на груди с движениями рук, упражнение на дыхание, работа ног с опорой и без, свободные игры с мячом. Свободное плавание.	Рассказать правила техники работы ног с опорой и без.	Игровые упражнения: «Море волнуется».
«Пятнашки»	Совершенствуем работу ног с опорой и без. Закрепляем плавание на спине с различными положениями рук упражнение на дыхание движение ног Свободное плавание.	Рассказать технику выполнения игровых упражнений.	Игровые упражнения: «Пятнашки»; «Дровосек в воде».
«На груди и на спине»	Совершенствуем плавание на груди с различными положениями рук, свободные игры с мячом, упражнение на дыхание движение ног Свободное плавание.	Рассказать технику плавания на груди с различными положениями рук.	Игровые упражнения: «На груди и на спине»; «Дождик лей».
«В гости к Нептуну»	Упражнение на дыхание плавание, координируя движения, свободные игры с игрушками Свободное плавание.	Рассказать технику выполнения игровых упражнений.	Игровые упражнения: «В гости к Нептуну».
«Мы ребята любим	Закрепление навыков в плавание на спине с различным	Рассказать технику плавания на спине	Игровые

плавать»	положением рук, упражнение на дыхание, движение ног, прыжки в воду Свободное плавание.	с различным положением рук.	упражнения: «Мы ребята любим плавать»; «Водное поле».
«Бесстрашные моряки»	Продолжать обучение в скольжение на спине с работой ног прыжки в воду упражнение на дыхание Свободное плавание.	Рассказать технику выполнения игровых упражнений.	Игровые упражнения: «Бесстрашные моряки»; «Мы ребята смелые».
«Утки»	Упражнять в скольжении на груди и на спине с работой ног Свободное плавание.	Рассказать правила скольжении, на груди и на спине с работой ног	Игровые упражнения: «Утки»; «Медуза»; «Звезда»; «Поплавок».
«Юные спортсмены»	Закреплять плавание на груди в координации упражнение на дыхание прыжки в воду. Свободное плавание.	Рассказать технику выполнения игровых упражнений.	Игровые упражнения: «Юные спортсмены»; «Море волнуется».
«Водные приключения»	Обучать игре «Водное поло» свободные передвижения Свободное плавание. Обучение новой игре Эстафета. Свободное плавание.	Рассказать правила игры - Эстафета.	Игровые упражнения: «Водные приключения»
«На буксире»	Упражнять в скольжение на спине с работой рук, прыжки в воду, упражнение на дыхание. Свободное плавание.	Рассказать технику выполнения игровых упражнений.	Игровые упражнения: «На буксире»; «Водолазы».
«Проплыви лучше всех»	Совершенствовать скольжение на спине с работой рук; Упражняем прыжки в воду упражнение на дыхание Свободное плавание.	Рассказать технику скольжение на спине с работой рук.	Игровые упражнения: «Проплыви лучше всех»; «Водолазы».
«Настоящее соревнование»	Совершенствовать в плавание на спине в координации упражнение на дыхание Свободное плавание.	Рассказать технику выполнения игровых	Игровые упражнения: «Настоящее

		упражнений.	соревнование»
«Баржа»	Закреплять в скольжение на спине с работой ног, прыжки в воду, упражнение на дыхание. Свободное плавание.	Рассказать правила техники скольжение на спине с работой ног.	Игровые упражнения: «Баржа»; «Мы ребята смелые» «Щука».
«Морские коньки»	Повторять упражнение на дыхание плавание, координируя движения свободное плавание игра Свободное плавание.	Рассказать технику выполнения игровых упражнений.	Игровые упражнения: «Морские коньки»; «Невод», «Караси и карпы».
«Я умею плавать»	Совершенствовать скольжение на груди и на спине на дальность проплывания, свободные передвижения в воде. Свободное плавание.	Рассказать правила техники скольжение на груди и на спине на дальность проплывания.	Игровые упражнения: «Я умею плавать»; «Пятнашки».
«Маленькие подводники»	Совершенствовать в плавание на груди, плавание на спине (контрольные нормативы), игры с мячом. Свободное плавание.	Рассказать технику выполнения игровых упражнений.	Игровые упражнения: «Маленькие подводники».
«Покажи, что умеешь»	Закреплять навыки плавания на груди в координации. упражнение на дыхание «Прыжки в воду» Свободное плавание.	Рассказать правила плавания на груди в координации.	Игровые упражнения: «Покажи, что умеешь»; «Море волнуется».
«Сердитая рыбка»	Закреплять навыки групповых игр на воде. Свободные игры по выбору. Свободное плавание.	Рассказать технику выполнения игровых упражнений.	Игровые упражнения: «Сердитая рыбка»; «Море волнуется».
«Медвежонок Умка и рыбки»	Закреплять умение в скольжение на груди и на спине с гребковыми движениями рук, выдохи в воду с поворотом головы, Свободное плавание.	Рассказать правила техники в скольжении на груди и на спине с гребковыми	Игровые упражнения: «Медвежонок Умка и рыбки».

		движениями рук	
«День Нептуна»	Подведение итогов обучения плаванию. Свободное плавание.	Рассказать технику выполнения игровых упражнений.	Игровые упражнения: «День Нептуна».

5. Оценочные и методические материалы.

5.1. Учебно-методический комплекс.

Педагогические методики и технологии	**Дидактические материалы**	**Информационные источники**
Словесные методы: рассказ, описание, объяснение, пояснение, беседа, анализ, объяснение ошибок, указания. **Наглядные методы:** показ, практические, соревновательные, игровые. **Медико-гигиенические технологии** - контроль и помощь в обеспечении надлежащих гигиенических условий **Технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности** – главная задача, это сохранение здоровья, сохранение жизни и интеграция в общую систему здоровьесберегающих технологий. **Игровая технология** - организация педагогического процесса в форме различных педагогических игр. **Личностно-ориентированные технологии** – максимальное развитие (а не формирование заранее заданных) индивидуальных познавательных способностей ребенка на основе использования имеющегося у него	1. Булгакова Н.Ж. «Игры у воды на воде под водой» Москва, Физкультура и спорт 2000. 2. Еремеева Л.Ф. «Научите ребёнка платать» Программа обучения плаванию детей дошкольного и младшего школьного возраста. Методическое пособие, Санкт-Петербург, Детство Пресс, 2005. 3. Мрыхин Р. П. «Я учусь плавать» Феникс 4. Рыбак М., Грушева Г., Потапова Г., «Раз, два, три, плыви» Методическое пособие для дошкольных образовательных учреждений. М., Обруч, 2010. 5. Рыбак М.В. «Занятия 6. в бассейне с дошкольниками» Творческий центр «Сфера», Москва, 2012 7. Чеменева А.А., Столмакова Т.В. «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста», Санкт-Петербург, Детство Пресс, 2011	• nsportal.ru • maam.ru • https://infourok.ru/metodika-obucheniya-plavaniyu-v-dou-1711026.html

опыта жизнедеятельности. **Физкультурно-оздоровительные технологии** – направлены на физическое развитие и укрепление здоровья ребёнка.		

5.2 Система контроля результативности обучения.

Формы и средства выявления, фиксации и предъявления результатов обучения	**Периодичность проведения контроля результативности обучения**
Открытые занятия	2 раза в год

6. Нормативные документы, обеспечивающие реализацию программы

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 N 678-р;
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 N 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";
4. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 N 652н "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых";
5. Постановление Главного государственного санитарного врача России от 02 июня 2026 г. №19 ""Об утверждении СП 2.4.2.4283-26 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"";
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 N 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 2 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания";
7. Распоряжение «Об утверждении критериев оценки качества дополнительных общеобразовательных программ, реализуемых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и индивидуальными предпринимателями Санкт-Петербурга» от 25.08.2022 г. №1676-р.

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"
ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА - ДЕТСКИЙ САД № 29 КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Поташко Ирина Анатольевна, заведующая
26.10.26 09:52 (MSK) Сертификат 00D2083435ED83CCB9FD105712B39B2917