

Принята
на Педагогическом совете Учреждения
протокол от «21» 07. 2021г № 6

Утверждена
приказом заведующего МАДОУ
«Детский сад № 35»
от 21.07.2021 № 186-ОД

Дополнительная образовательная программа

«Дельфиненок»

(для детей 4-го года жизни)

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад №35»

(МАДОУ «Детский сад № 35»)

(срок реализации– 9 месяцев)

Автор программы:

Точилина И.О.

Нижний Новгород

2021 г.

Содержание

1.	Пояснительная записка	стр. 3
2.	Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеобразовательной программы	стр. 4
2.1.	Материально-техническое обеспечение	стр. 5
3.	Текущий контроль	стр. 6
4.	Формы промежуточной аттестации	стр. 6
5.	Учебный план	стр. 6
6.	Календарный учебный график	стр. 7
7.	Рабочая программа	стр. 9
8.	Оценочные и методические материалы	стр. 11

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа «Дельфиненок» для детей 4-го года жизни разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Правительства РФ от 15.09.2020 № 1441 «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 16.09.2020 № 500 «Об утверждении примерной формы договора об образовании по дополнительным общеразвивающим программам».
- Программа разработана на основе программы А.А. Чеменевой, Т.В. Столмаковой «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» (2011 год)

Направленность программы физкультурно-оздоровительная.

Каждый человек должен уметь плавать. Плавание способствует оздоровлению, физическому развитию и закаливанию детей, это один из самых полезных видов физических упражнений. Работоспособность мышц у дошкольников не велика, они довольно быстро утомляются при статистических нагрузках. Детям свойственна динамика. Во время плавания чередуются напряжение и расслабление разных мышц, что увеличивает их работоспособность и силу. Систематические занятия плаванием ведут к совершенствованию органов кровообращения и дыхания. Это происходит благодаря ритмичной работе мышц. Улучшается сердечная деятельность, увеличивается жизненная емкость легких. Регулярные занятия плаванием положительно влияют на закаливание детского организма: совершенствуется механизм терморегуляции, повышаются иммунологические свойства.

Чем раньше приучить ребенка к воде, научить его плавать, тем полнее скажется положительное воздействия плавания на всестороннее развитие личности ребенка и развитию всего детского организма.

Актуальность:

В течение последних лет наметилась тенденция к ухудшению состояния здоровья детей: увеличилось количество детей, страдающих хроническими, соматическими и нервно-психическими заболеваниями. Уровень заболеваемости детей в дошкольном возрасте очень высок. Согласно исследованиям специалистов (Т.Я.Чертюк, З.С.Макаровой, 2003г.) 75% болезней взрослых заложены в детстве. Каждый 4-й ребенок дошкольного возраста болеет в течение года более 4-х раз. Количество детей дошкольного возраста с хроническими заболеваниями составляет 17-20%. Только 10% детей приходят в школу абсолютно здоровыми. Первое место в структуре заболеваемости занимают болезни органов дыхания. Ухудшение состояние здоровья детей диктует необходимость разработки программ оздоровления детей дошкольного возраста. Предлагаемая нами программа предполагает обучение плаванию детей с 3-х лет.

Новизна:

Обучение детей плаванию не является новизной. Но бассейны, функционирующие в нашем городе, набирают на обучение плаванию детей только с 7-ми лет. Мы же предоставляем возможность неорганизованным детям посещать бассейн с 3-х лет.

Цели программы:

- обучение дошкольников плаванию
- закаливание и укрепление детского организма
- развитие физических и морально-волевых качеств

Задачи:

1. Адаптировать детей к водному пространству
2. Приобщать малышей к плаванию
3. Способствовать повышению сопротивляемости организма к неблагоприятным факторам внешней среды.
4. Укреплять мышцы тела, нижних конечностей.
5. Формировать «дыхательное удовольствие»
6. Формировать гигиенические навыки.
7. Уточнить представления о правилах поведения на воде.

Планируемые результаты освоения детьми программы «Дельфиненок» для детей 4-го года жизни

Модуль 1 «Передвижение, ныряние, дыхание»
Самостоятельное передвижение в воде
Погружение в воду с головой
Пускание пузырей в воду
Модуль 2 «Скольжение, работа ног, плавание с поддерживающими средствами»
Лежание на воде с опорой
Попеременное движение ногами сидя на бортике
Плавание с поддерживающими средствами

2. Организационно - педагогические условия реализации детьми дополнительной образовательной программы «Дельфиненок»

Настоящая программа создана с учетом возрастных и физических особенностей детей 4-го года жизни

Срок реализации программы: 9 месяцев

Наполняемость группы: 7 человек

Форма организации на занятии: групповая

Правильно организованный процесс обучения плаванию оказывает разностороннее развивающее влияние на детей и имеет высокий образовательно-воспитательный эффект. Увеличивается объем

не только двигательных умений и навыков, но и знаний, развиваются физические качества и умственные способности детей, воспитываются нравственные и эстетические чувства, волевые качества, вырабатывается осознанное и ответственное отношение к своим поступкам, к взаимоотношениям со сверстниками.

Программа представлена разделами «Плавание» и «Здоровье». Каждый раздел программы представлен группой задач, решение которых определяет освоение детьми данной предметной области.

Содержание раздела «Плавание» построено на трех составляющих: начальное обучение плаванию, ориентирование в воде, обучение спортивным способам плавания.

Раздел «Здоровье» включает правила безопасного поведения на воде, упражнения и игры, ориентированные на оздоровление и профилактику заболеваний, правила ухода за собой, своим телом, оказание первой помощи при проблемах на воде.

Структура занятия состоит из трех частей:

Занятие делится на три части:

- Подготовительная
- Основная
- Заключительная

Подготовительная часть-приветствие, общеразвивающие упражнения, упражнения на дыхание.

Основная часть закрепление пройденного материала, обучение новым упражнениям, передвижение в воде разными способами, комплекс аквааэробики, специальные игровые упражнения для освоения базовых элементов фигурного плавания, упражнения на дыхание.

Заключительная часть-игры и подведение итогов.

2.1 Материально-техническое обеспечение

№ п/п	Наименование	Количество
Раздевалка		
1	Развивающий коврик	1
2	Массажные дорожки разных видов	3
3	Лавочки	6
Бассейн		
1	Дощечки для плавания	7
2	Обручи тонущие	3
3	Обручи плавающие	3
4	Пластмассовая посуда: тарелки, чашки, тазики	19
5	Цветные шарики d=6 см	70
6	Тонущие игрушки, кольца маленькие 6,5 см, прищепки 7 см, рыбки	10, 40, 31
7	Магнитофон	1
8	Игрушки на присосках	10
9	Ворота	4
10	Гимнастические палки	11
11	Надувные круги	5

12	Ласты	7 пар
----	-------	-------

3. Текущий контроль

Текущий контроль проводится на каждом занятии. Это оценка качества усвоения изученного материала на занятии каждым ребенком. Результат фиксируется в «Журнале учета занятий» согласно критериям:

Критерии	Обозначение
Обучающийся полностью усвоил материал	Зеленый квадрат
Обучающийся частично усвоил материал	Желтый квадрат
Обучающийся не усвоил материал	Красный квадрат

4. Формы промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация – это оценка качества освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной программы. Промежуточная аттестация освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной программы «Дельфиненок» проводится 2 раза в год по итогам завершения каждого модуля. Аттестация проводится в форме наблюдения за выполнением задания. Результат фиксируется в протоколе, который хранится один год в методическом кабинете.

5. Учебный план

Месяц	№ п/п	Виды, формы деятельности	Количество академических часов за учебный год
Модуль 1			
Сентябрь-декабрь	1	Знакомство со свойствами воды	6
	2	Разные виды ходьбы, бега, прыжков в воде	14
	3	Игры на погружение в воду, задержку дыхания, выполнение вдоха и выдоха	15,5
	4	Промежуточная аттестация	0,5
Модуль 2			
Январь-май	1	Игры на погружение в воду, задержку дыхания, выполнение вдоха и выдоха	8
	2	Движение руками в воде	8
	3	Движения прямыми ногами, держась за бортик руками (на груди)	10
	3	Всплывание и лежание на воде	6
	4	Движение ногами в скольжении на груди с предметами в руках	3,5
	5	Промежуточная аттестация	0,5
Итого (академических часов):			72
Длительность одного занятия (академический час)			15 минут (академ. час)
Количество занятий в неделю/объем учебной нагрузки (час, мин)			2/30 минут
Количество занятий в месяц/объем учебной нагрузки (час, мин)			8/ 120 минут
Количество занятий в учебном году/объем учебной нагрузки (час, мин)			72/1080 минут

6. Календарный учебный график

№	Тема	Модуль 1																Модуль 2																					
		Сентябрь				Октябрь				Ноябрь				Декабрь				Январь				Февраль				Март					Апрель				Май				
		I	I	III	V	I	II	III	I	V	I	I	III	IV	I	I	III	IV	I	III	I	V	I	II	III	IV	I	II	II	IV	V	I	II	III	IV	I	II		
1	Знакомство со свойствами миводы	2	2																																				
2	Разные виды ходьбы, бега, прыжки в вводе			2	2	2	2	2	2																														
3	Игры на погружение в воду, задержку дыхания, выполнение вдоха и выдоха									2	2	2	2	2	2	2	2																						
	Промежуточная аттестация															0,5																							
4	Игры на погружение в воду, задержку дыхания, выполнение вдоха и выдоха																	2	2	2	2																		

7. Рабочая программа

Месяц	№ занятия	Задачи	Содержание	Оборудование
		Модуль1		
Сентябрь	1-2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ознакомление детей с помещением бассейна 2. Ознакомление со свойствами воды 3. Обучение погружению в воду по шею 	стр.151-152 Игра «Пузырь» стр.122	Игрушки
	3-8	<ol style="list-style-type: none"> 1. Формирование умения самостоятельно раздеваться, вешать одежду, мыться, вытираться, одеваться 2. Обучение детей свободному передвижению в воде 3. Обучение опусканию лица в воду 	стр.152-154 Игра «Дождик» стр.116	Игрушки
Октябрь	9-12	<ol style="list-style-type: none"> 1. Дальнейшее обучение детей передвижениям в воде 2. Обучение выдоху в воду 3. Обучение погружению в воду до уровня носа, глаз 	стр.154-155 Игра «Карусель» стр.116	Игрушки
	13-16	<ol style="list-style-type: none"> 1. Дальнейшее обучение разнообразным передвижениям в воде 2. Обучение выдоху в воду с опусканием глаз в воду 3. Обучение погружению в воду с головой 	стр.156-157 Игра «Мы ребята смелые» стр.127	Игрушки, мячи
Ноябрь	17-20	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжить обучать детей выдыхать в воду, опустив лицо в воду 2. Обучить погружаться в воду с головой, открывая глаза в воде 3. Обучать лежанию на воде с надувным кругом 	стр.157-159	Игрушки, надувные круги
	21-24	<ol style="list-style-type: none"> 1. Дальнейшее обучение детей погружению в воду с головой 2. Дальнейшее обучение выдоху в воду 3. Ознакомление с горизонтальным положением тела в воде 4. Обучение движениям ног способом кроль 	стр.159-161 Игра «Дождик» стр.116	Игрушки, надувные круги, обруч
Декабрь	25-28	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обучение нырянию через обруч 2. Закрепление пройденного материала 	стр.161-162 Игра «Щука и рыбы» стр. 124	Надувные круги, кольца маленькие, обруч
	29-32	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обучение лежанию, держась за опору 	стр. 162-164 Игра «Мору	Надувные круги,

		2. Закрепление пройденного материала Промежуточная аттестация	волнуется» стр.129	теннисные мячики, обручи
		Модуль 2		
Январь	33-36	1. Обучение ориентированию в воде 2. Закрепление пройденного материала	стр.164-165 Игра «Найди клад» стр.123	Надувные круги, пенопластовые доски, обруч
	37-40	1. Обучение лежанию на воде 2. Закрепление пройденного материала	стр. 165-167 Игра «Оса» стр.123	Надувные круги, нарукавники, пенопластовые доски, обруч
Февраль	41-44	1. Обучение скольжению с надувным кругом или нарукавниками 2. Закрепление пройденного материала	стр. 167-168 Игра «Жучок-паучок» стр.27	Надувные круги, пенопластовые доски, нарукавники
	45-47	1. Закрепление пройденного материала	стр.169-170 Игра «Рыбак и рыбки» стр.125	Надувные круги, пенопластовые доски
Март	48-51	1. Обучение скольжению 2. Закрепление пройденного материала	стр.170-172 Игра «Сердитая рыбка» стр.118	Надувные круги, пенопластовые доски
	52-55	1. Обучение гребковым движениям рук, как при плавании способом брасс 2. Закрепление пройденного материала	стр.172-173 Игра «Найди клад» стр.123	Надувные круги, пенопластовые доки, маленькие кольца
Апрель	56-63	1. Закрепление пройденного материала	стр.173-175 Игра «Охотник и утки» стр.126	Надувные круги, пенопластовые доски
Май	64-72	1. Определение уровня приобретения умений и навыков Промежуточная аттестация	стр.175-167 Игра «Море волнуется» стр. 129	Надувные круги, пенопластовые доки, маленькие кольца

8. Оценочные и методические материалы

Промежуточная аттестация освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной программы «Дельфин» для детей 4-го года жизни проводится 2 раза в год по итогам завершения каждого модуля. Ребенку предлагаются двигательные задания в виде игровых упражнений на воде, выполнение которых анализируется с помощью определенных критериев. Результат заносится в протокол, который хранится в методическом кабинете в течение одного года.

Обозначение	Критерии
Зеленый квадрат	Выполняет двигательное упражнение самостоятельно, технически правильно, без показа образца выполнения, в случае необходимости обращается к взрослому.
Желтый квадрат	Выполняет двигательное упражнение самостоятельно, допуская незначительные технические ошибки; иногда требуется поддержка и показ образца выполнения
Красный квадрат	Не может самостоятельно верно выполнить двигательное упражнение, необходима поддержка и показ образца выполнения.

Обработка результатов промежуточной аттестации: Зеленый квадрат - Программа освоена в полном объеме. Желтый квадрат - Программа частично освоена. Красный квадрат - Освоение программы находится на стадии формирования.



**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 35»
(МАДОУ «Детский сад № 35»)**

ПРОТОКОЛ № 1

промежуточной аттестации по завершению Модуля 1 дополнительной общеобразовательной программы «Дельфиненок» (для детей 4-го года жизни)

Форма проведения: наблюдение Педагогический работник, реализующий дополнительную общеобразовательную программу:

(ФИО)

N п/п	Ф.И. Обучающегося	Выполняет базовые упражнения по плаванию				Результат промежуточной аттестации
		разные виды ходьбы , бега, прыжки в в воде	погружение в воду, задержку дыхания, - выполнение вдоха и выдоха	задержка дыхания	выполнен ие вдоха и выдоха	

Дата проведения промежуточной аттестации: «___» декабря _____ года.

Педагогический работник, реализующий дополнительную общеобразовательную программу:

(ФИО)



**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 35»
(МАДОУ «Детский сад № 35»)**

ПРОТОКОЛ № 2

промежуточной аттестации по завершению Модуля 2 дополнительной общеобразовательной программы «Дельфиненок» (для детей 4-го года жизни)

Форма проведения: наблюдение Педагогический работник, реализующий дополнительную общеобразовательную программу:

(ФИО)

N п/п	Ф.И. Обучающегося	Выполняет базовые упражнения по плаванию				Результат промежуточной аттестации
		движен ие руками в воде	движения прямыми ногами, держась за бортик руками (на груди)	всплыва ние и лежание на воде	движение ногами в скольжени и на груди с предметам и в руках	

Дата проведения промежуточной аттестации: «___» декабря _____ года.

Педагогический работник, реализующий дополнительную общеобразовательную программу:

(ФИО)

Методическое обеспечение

1. Ченева А.А., Столмакова Т.В. Система обучения плаванию детей дошкольного возраста. Учебно-методическое пособие/Под ред.А.А.Ченевой. -СПб.: ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2011.-336 с.

Пропнуровано, пронумеровано и
скреплено печатью в количестве
13 (тринадцать) листов
(цифрами) (прописью)
Заведующий МАДОУ «Детский сад
№35»
М.А. Перепелкина
« 21 / 09 / 2023 » год

МУНИЦИПАЛЬНОЕ
АВТОНОМНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "
ДЕТСКИЙ САД № 35"

Подписан: МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 35"
DN: O=RU, S=Нижегородская область, STREET="Южное шоссе, дом
46", L=город Нижний Новгород, T=заведующий, O=
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 35"
ОГРН=1035204893404, СНИЛС=04753463065, ИНН ЮЛ=5258047078,
ИНН=525708063028, E=mdou35_nn@mail.ru, G=Мария Алексеевна,
SN=Перепелкина, CN=МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ
САД № 35"
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение:
Дата: 2023-09-20 15:04:35