

муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 257 Тракторозаводского района Волгограда»

Введено в действие  
приказом заведующего  
МОУ Детского сада № 257  
от «30» 09 2024 г. № 84

Заведующий  
МОУ Детского сада № 257  
Глебовский М.Д. Плесовских  
«30» 09 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО  
на заседании  
Педагогического совета  
МОУ Детского сада №25 7  
протокол № 3  
от «30» 09 2024 г.

Дополнительная общеобразовательная  
общеобразовательная программа

«Вдохновение»  
художественной направленности  
для детей старшего дошкольного возраста 5-6 лет

Разработчик:  
Булкин Иван Николаевич,  
педагог дополнительного образования

Волгоград 2024

## Пояснительная записка

Влияние физических упражнений и подвижных игр на воде на организм ребенка необычайно благотворно и разнообразно. Они помогают стать здоровым, сильным, ловким, выносливым, смелым, оказывают прекрасное оздоровительное действие на организм ребенка, а волны и течения воды имеют своеобразный, массирующий эффект.

Ребёнок, как и взрослый, познаёт мир в процессе деятельности, с помощью игры знакомится с новыми ощущениями, представлениями и понятиями, расширяют круг представлений, развивают наблюдательность, сообразительность, умение анализировать, сопоставлять и обобщать виденное, на основе чего делать выводы из наблюдаемых явлений в окружающей среде. В подвижных играх на воде развиваются способности правильно оценивать пространственные и временные отношения, быстро и правильно реагировать на сложившуюся ситуацию в часто меняющейся обстановке игры.

Актуальность данной темы в том, что занятия в бассейне позволяют не только укрепить здоровье воспитанников, привить им гигиенические навыки, проводить закаливающие процедуры, но и дать представления детей о плавании средствами игровых упражнений. Это способствует созданию партнёрских отношений между педагогом и воспитанниками. Помогает раскрыть ребёнка, обогатить его внутренний мир, донести до него наиболее важные общественные ценности, ведь наравне с дисциплиной, упорством и трудолюбием воспитываются такие качества как забота, сопереживание, уважение к окружающим. Развивается двигательная активность и физические качества детей.

Программа предназначена для детей старшего дошкольного возраста. В основе занятий лежит приобретение умений, позволяющих комфортно себя чувствовать на воде и, конечно же, получать от этого удовольствие. Осваивая разные виды движений в воде, ребенок учиться ориентироваться, развивать реакцию, коммуникативные качества, управлять собственным телом, принимать самостоятельное решение, развивать силу, ловкость и выносливость. В занятия включены разные виды физических упражнений и подвижные игры, в том числе специальные упражнения для освоения различных видов движения на воде, способствующие развитию дыхания и расслаблению мышц.

Содержание программы соответствует возрастным возможностям детей, с усложнением. Работа с воспитанниками планируется один раз в неделю во второй половине дня в течение 25 минут.

**Цель:** развитие физических и художественно-эстетических качеств в двигательной игровой деятельности посредством использования физических упражнений и подвижных игр на воде в бассейне.

### **Задачи:**

1. Продолжать знакомить детей с основными правилами безопасного поведения на воде, на открытых водоемах.
2. Познакомить с игровыми упражнениями и подвижными играми на воде.
3. Развить физические качества: силу, ловкость, выносливость и координацию.
4. Научить детей самостоятельно спускаться в воду, двигаться по всей площади бассейна, играть в воде.
5. Продолжать формировать навыки личной гигиены.
6. Воспитывать стремление к самостоятельности при передвижении и играх на воде.

**Возраст воспитанников:** 5-6 лет

**Срок реализации:** 1 год

**Режим занятий:** занятия проводятся 1 раз в неделю, по 25 минут.

Год обучения	Количество занятий в неделю	Количество занятий в месяц	Количество занятий в год	Количество воспитанников
2024-- 2025	1	4	28	20

### **Принципы построения программы:**

- Доступность - основывается на простых общеразвивающих упражнениях и подвижных играх.
- Эффективность - воздействие на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную систему занимающихся.
- Наглядности - создание у детей полного представления о разучиваемых движениях и способствованию лучшему их усвоению.

В соответствии с ФГОС Программа опирается на научные принципы ее построения, что учитывается при организации образовательного процесса.

#### **Расписание и формы занятий:**

<b>День недели</b>	<b>Время</b>
Вторник	15.30-15.55

- коллективные занятия

#### **Целевые ориентиры:**

1. Дети познакомятся с правилами безопасного поведения на воде и открытых водоемах.

Познакомятся с игровыми упражнениями, художественно-ритмическими движениями и подвижными играми на воде.

Повысится показатель физических качеств, как, ловкость, сила, выносливость и координация.

Дети научатся самостоятельно спускаться в воду, двигаться по бассейну, играть в воде, преодолеют чувство страха перед водой.

Появится устойчивый интерес к занятиям физической культуры, эмоциональное и двигательное раскрепощение в воде, проявление чувства радости и удовольствия от движения.

Дети, посещающие занятия в бассейне, получают дополнительное закаливание и физическое укрепление организма.

## Результаты обучения по программе дополнительного образования

№	Фами-лия, имя ребен-ка	Знания правил безопас-ного поведе-ния на воде		Самос-тоя-тель-ный спуск в воду		Пере-дви-жение по дну бассей-на		Знание под-виж-ных игр на воде		Си-ла		Лов-кость		Коор-дина-ция		Вы-нос-ли-вость		Ито-го-вый ре-зульт-ат	
		Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К
1																			
2																			
3																			
4																			
5																			
6																			
7																			
8																			
9																			
10																			
11																			
12																			
13																			
14																			
15																			
16																			
17																			
18																			
19																			
20																			

Н - низкий уровень  
С - средний уровень  
В - высокий уровень

**Вывод на начало учебного**

**года:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Вывод на конец учебного года:**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### Учебно - тематический план

№	Тема занятия	Количество занятий
1	Игры на суше	2
2	Игры с перемещением по дну бассейна с опорой	2
3	Игры с перемещением по дну бассейна без опоры	3
4	Игры на погружение в воду у опоры и без опоры	7
5	Перемещения и игровые упражнения по всей площади бассейна	14
	ИТОГО	28

#### Литература:

1. Булгакова, Н. Ж. Игры у воды, на воде, под водой
2. Осокина «Развивающее обучение на занятиях по плаванию в детском саду»
3. Интернет - ресурсы «Игры на воде» для дошкольников.

