Департамент образования администрации города Нижнего Новгорода

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 88»
(МБДОУ «Детский сад № 88»)

ПРИНЯТО на заседании
Педагогического совета
Протокол № 1 от 01.09.2026

УТВЕРЖДЕНА
приказом заведующего
МБДОУ «Детский сад № 88»
от 01.09.2026 № 108 о.д.

Ольга Павловна Калинина
Подписано цифровой подписью: Ольга Павловна Калинина
Дата: 2026.10.06 16:05:33 +03'00'

Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа
«Морские котики»

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 88»
(для детей 4-5 лет)

Срок реализации программы – 8 месяцев.
Составитель: Красавина О.А.

город Нижний Новгород
2026 год

СОДЕРЖАНИЕ

1	Пояснительная записка	3
2	Организационно-педагогические условия	5
2.1	Материально-техническое обеспечение	6
3	Текущий контроль	6
4	Формы промежуточной аттестации	6
5	Учебный план	7
6	Календарный учебный график	9
7	Рабочая программа	10
8	Оценочные и методические материалы	19

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа «Морские котики» разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012г. №273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Санитарными правилами СП 2.4.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02 июня 2026 года № 18;
- Правилами оказания платных образовательных услуг, утвержденные постановлением Правительства Российской Федерации от 15 сентября 2020 г. № 1441

АКТУАЛЬНОСТЬ

Современная физкультурно-оздоровительная работа – это постоянное движение вперед, пополнение арсенала используемых средств и методов тренировки. А использование спортивного оборудования нового поколения (гантели, утяжелители, нудлы, ласты, перчатки «лягушачьи лапки»,мячи,) помогают разнообразить физические упражнения на воде и сделать их более интересными и занимательными.

В последние годы снижается двигательная активность детей, ослабляется нервно-мышечный аппарат, развиваются дефекты осанки, нарушается координация движений.

Повышению мотивации к физическим упражнениям, совершенствованию координации движений способствует обучение по плаванию – «Морские котики».

Программа «Морские котики» - это комплексы упражнений нетрадиционных направлений плавания (аквапластика, аквааэробика).

Новизна. Программа включает нетрадиционные направления плавания - аквапластика и аквааэробика, освоение которых поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию, профилактике различных заболеваний.

Программа «Морские котики» основана на сочетании ритмичной, эмоциональной музыки и аэробных упражнений на суше и в воде с применение специального снаряжения (гимнастические палки, утяжелители, нудлы, ласты, перчатки «лягушачьи лапки»,мячи), что делает обучение привлекательными. Обучение дает возможность гармонично сочетать упражнения для развития таких качеств, как выносливость, быстрота, координация движений, сила и гибкость.

Практическая значимость программы

На суше на организм человека огромное воздействие оказывает сила гравитации. При занятиях в воде воздействие гравитационного притяжения на тело ослаблено. К тому же вода обладает уникальными свойствами. Чем глубже

погружается тело, тем слабее гравитация. Выталкивание тела (по закону Архимеда о выталкивающей силе воды) порождает замечательное чувство невесомости и плавучести, сокращает вес, позволяет снять нагрузку с опорно- двигательного аппарата, развивая силу мышечного аппарата, а так же позволяет естественным образом держаться руками и ногами на поверхности воды. Выполнение определенных упражнений способствует большей подвижности суставов, увеличивая их гибкость; увеличивает мышечную силу и выносливость, повышая общий мышечный тонус

Специальные упражнения позволяют повысить объем двигательной активности, уровень физической подготовленности детей, знакомят детей с возможностями своего тела, формируют интерес к двигательной деятельности и, как следствие, способствуют сохранению и укреплению здоровья воспитанников дошкольного учреждения.

Акваэробика и Аквапластика создают благоприятные условия не только для физического, но и психомоторного развития дошкольников. Дети с удовольствием выполняют все задания, развивающие активность, самостоятельность, творческий подход и интерес к плаванию. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья посредством реализации современных и адаптированных к условиям дошкольного учреждения оздоровительных технологий позволяет достичь гармоничного физического развития на важном этапе подготовки детей к обучению в школе.

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ

- Совершенствование развитие физических качеств (координации движения, ловкость ,устойчивость, быстрота, сила ,выносливость, гибкость)
- Улучшение двигательного навыков , в том числе навыков плавания
- Обеспечение эффективного оздоровления детского организма и гармоничного психо- эмоционального и психо- физического развития.

Задачи:

- Научить детей конструктивному взаимодействию с водой.
- Учить детей выполнять базовые и продвинутые упражнения на воде.
- Формировать умения дыхания и согласованной работы рук и ног.
- Познакомить детей с Акваэробикой, как способом активного отдыха
- Формировать умение ритмично выполнять основные плавательные движения в заданном темпе, под музыку.

Планируемые результаты:

- Редко болеют простудными и инфекционными заболеваниями
- Отличаются гармоничным психо- физическим развитием
- Обладают хорошо развитой мышечной силой, выносливостью, двигательной координацией
- Проявляют хорошо развитые навыки плавания и выполнение синхронных физических упражнений на воде

Результаты освоения дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы "Морские котики"

Модуль	Планируемые результаты
«Аквапластика»	-умение расслабляться на воде, - свободно передвигаться в воде в различных направлениях с предметом, -выполняет погружение с головой, вдох-выдох и на задержке дыхания, открывает глаза, - выполняет основные базовые элементы плавания (скольжение на груди и на спине), - умеет согласовано выполнять связки и пластические комбинации, -развитие гибкости.
«Аквааэробика»	-умеет двигаться в заданном темпе под музыку, - выполнение связок и элементарных аэробных комбинаций, -обладает двигательной координацией, -проявляет развитые навыки плавания.

2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

Настоящая программа разработана с учётом возрастных и физических особенностей детей 3-6 летнего возраста. Набор носит свободный характер и обусловлен интересами детей и их родителей.

Период реализации программы: 8 месяцев (октябрь - май)

Периодичность обучения: один раз в неделю, во вторую половину дня.

Длительность обучения: 20 мин.

Наполняемость группы: 10 человек.

Формы проведения обучения: тренировка, соревнования, эстафеты, командные подвижные игры, круговые тренировки.

Форма организации: групповая.

Структура занятия по Акваэробикке включает в себя 3 части:

Подготовительная часть – организация детей, создание мотивации,

разминка под музыку, которая подготавливает организм к выполнению основной части тренировки к более сложным упражнениям. Продолжительность 5 минут. Содержание разминки включает в себя строевые и порядковые упражнения, быстрая ходьба, легкий бег, прыжки на месте и в продвижении, игровые ритмические упражнения.

Основная часть - обучение и совершенствование движений на воде, на развитие гибкости, пластики движения, упражнения на развитие ритма, элементы танца, выполнение элементов плавания под музыку. Структура данной части зависит от направленности и цели тренировка, от возможностей детей. Продолжительность составляет 10 минут.

Заключительная часть – Включает восстановление дыхания, упражнениями на релаксацию. Данная часть имеет продолжительность 5 минут.

2.1. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

№	Наименование
1.	Бассейн
2.	Игрушки плавающие, тонущие
3.	Нудлы
4.	Плавательные доски
5.	Ласты
6.	Мячи

3. ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ

Текущий контроль проводится на каждом занятии, это оценка качества усвоения пройденного материала каждым обучающимся. Результат фиксируется в «Журнале учета занятия» согласно критериям:

Критерии	Обозначения
У обучающегося усвоение материала находится в стадии формирования	Красная клетка
Обучающий частично освоил материал	Жёлтая клетка
Обучающийся освоил материал полностью	Зеленая клетка

4. ФОРМЫ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Два раза в год (январь, май) проводится аттестация - это оценка качества освоения дополнительной общеобразовательной программы - дополнительной общеразвивающей программы "Морские котики" по итогам завершения каждого модуля.

Аттестация проводится в форме наблюдения за выполнением упражнений.

Аттестация проводится методом педагогического наблюдения.

5 УЧЕБНЫЙ ПЛАН
(4-5 лет)

№	Тема	Кол-во часов
Модуль 1 Аквапластика		
1	«Здравствуй Водичка!»	1
2	«В гостях у Дождика»	1
3	«Веселый катерок»	1
4	«Что такое поплавок?»	1
5	«Смелые, умелые!»	1
6	«Медузы»	1
7	«Мой веселый мяч»	1
8	«В гостях у бегемота»	1
9	«Морские жители»	1
10	«Сказки моря»	1
11	«Что такое поплавок?»	1
12	«Смелые, умелые!»	1
13	«Медузы»	1
14	«Мой веселый мяч»	1
15	«В гостях у бегемота»	1
16	«Морские жители»	1
Модуль 2 Аквааэробика		
1	«Музыкальная шкатулка»	1
2	«Озорные морские котики»	1
3	«Веселые пузыри»	1
4	«Морское путешествие»	1
5	«Белые медвежата»	1
6	«Медвежата на льдине»	1
7	«Музыкальная шкатулка»	1
8	«Озорные морские котики»	1
9	«Веселые пузыри»	1
10	«Торпеды»	1
11	«Забавные рыбки»	1
12	«Танец морских котиков»	1
13	«Цирк»	1
14	«Змейка»	1
15.	«Танец с мячом»	1

16.	«Самые смелые, ловкие , умелые!»	1
Итого:		32
Длительность (академический час)		20 мин
Количество в неделю/ время (минуты)		1/20
Количество в месяц / время (минуты)		4/80 мин.
Количество в учебном году / время (минуты)		32/640

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ «МОРСКИЕ КОТИКИ» 4-5 ЛЕТ.

Модуль «Аквапластика»																**Модуль "Аквааэробика"**																			
IVквартал													Iквартал													IIквартал							
Октябрь				Ноябрь				Декабрь					Январь			Февраль				Март					Апрель				Май			
1	1	1	1																															
				1	1	1	1																											
								1	1	1	1	1																						
													1	1	0,5з+ 0,5П																			
																1	1	1	1															
																				1	1	1	1	1										
																									1	1	1	1						
																													1	1	0,5з+ 0,5П			
Всего занятий за модуль: 15,5/0,5																15,5/0,5																		
Всего занятий: 32																																		

П- промежуточная аттестация; з – занятия.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(4-5 года)

№ занятия	Тема	Задачи	Содержание	Инвентарь	Методическое обеспечение
Модуль «Аквапластика»4-5л					
1.	«Здравствуй Водичка!»	1. Вспомнить правила поведения в бассейне. Правила поведения с водой. 2. Продолжать воспитывать безбоязненное отношение к воде.	«Водичка водичка, умой мое личико!» Игра «Гуси» Сидя на дне бассейна, руки упор сзади«Мост», «Фантан» Лежа на животе «Крокодильчики»	Нудлы	«Плавай как мы!»М.Рыбак Стр36
2.	«В гостях у Дождика»	1. Продолжать учить самостоятельно передвигаться в воде в различных направлениях. 2. Продолжать разучивать вдох-выдох на воду(на предмет), не бояться брызг, не вытирать лицо руками..	Игра «Мотросская шапка» Игра «Солнышко и Дождик!» Передвижение по дну бассейна на руках «Бегимотики», «Бегимотики спят» с погружением лица в воду, пускаем пузыри	Плавающие игрушки	«Плавай как мы!»М.Рыбак Стр36
3.	«Веселый катерок»	1. Продолжать приучать к погружению лица в воду в движении. 2. Учить работать ногами с опорой на руки, в движении	Игра «Собери игрушки» Сидя на дне бассейна, руки упор сзади, работа ног кролем. Поднимаем выше ножки! «Мост» строим мостики! «Веселый катерок!» ходьба на руках по бассейну, пуская пузыри, работая ногами	Плавающие игрушки	«Плавай как мы!»М.Рыбак Стр38

4.	«Что такое поплавок?»	1. Совершенствовать вдох и выдох в воду. 2. Продолжить обучение задержке дыхания и погружению в воду. 3. Учить работать ногами с подвижной опорой.	Окунуться. Самостоятельное купание. «Лягушата» Стоя на руках на дне бассейна, опираясь на нудлы, лечь на живот опираясь на нудлы, лежать «Поплавок!».	Нудлы	«Плавай как мы!»М.Рыбак Стр39
5.	«Смелые, умелые!»	1. Совершенствовать погружение под воду с задержкой дыхания. Открывать глаза под водой 2. Закрепить движения ног с подвижной опорой.	Стоя на руках на дне бассейна, опираясь на нудлы, лечь на живот опираясь на нудлы, лежать «Поплавок!». Добавить движение ног (кроль) «Не зевай- быстро обруч занимай»игра с обручами, поднырывать, задержать дыхание, окунуться в обруч и открыть глаза	Нудлы обручи	«Плавай как мы!»М.Рыбак Стр39
6.	«Медузы»	1. Приучать расслаблять тело в воде лежа на животе . 2. Продолжать обучение работы ног с подвижной опорой.	Свободная игра с мячом. «Медузы» лежа на мяче. Танец «Медуз» лежа на мяче работа ног кролем.	Мячи	Обучение плаванию и аквааэробике в группах оздоровительной направленности ДОУ-АРКТИ,2011 Стр78
7.	«Мой веселый мяч»	1. Совершенствовать движения на воде. 2. Закреплять погружение в воду с головой.	Передвижения по бассейну разными способами с мячом. «Нам скользко!» ходьба скольжением по дну бассейна. «Мяч догони»ходьба на руках, ноги вытянуть назад, толкая мяч перед собой	Мячи	Обучение плаванию и аквааэробике в группах оздоровительной направленности

					ДОУ-АРКТИ,2011 Стр78
8.	«В гостях у бегемота»	1. Приучать расслаблять тело в воде лежа на животе, лежать на спине . 2. Продолжать обучение работы ног с подвижной опорой	Свободная игра с мячом. «Медузы» лежа на мяче на груди, ноги в стороны, колени обнять руками. Танец «Медуз» лежа на мяче работа ног кролем.	Плавающие игрушки	Обучение плаванию и аквааэробике в группах оздоровительной направленности ДОУ-АРКТИ,2011 Стр78
9.	«Морские жители»	1. Совершенствовать лежание на воде 2. Продолжить учить передвижениям по дну в различных положениях, работая ногами (кроль) .	Ходьба, бег, прыжки. «Крокодил», «Крабик», «Рак», «Медуза» Передвижение по дну на руках с нудлом . Лежание на груди с нудлом. Плавание на груди с нудлом, работа ног кролем	Нудлы Обруч	«Плавай как мы!»М.Рыбак Стр39
10.	«Сказки моря»	1. Учить лежанию на воде на спине 2. Закрепить плавание с подвижной опорой(нудл). 3. Учить лежанию на воде с подвижной опорой.	Ходьба, бег, прыжки. «Крокодил», «Крабик», «Рак», «Медуза» Передвижение по дну на руках с нудлом на груди,за спиной Лежание на груди с нудлом, на спине(нудл под шеей) Плавание на груди с нудлом, работа ног кролем, на спине.	Мячи	«Плавай как мы!»М.Рыбак Стр39
11.	«Что такое поплавок?»	1. Совершенствовать вдох и выдох в воду. 2. Продолжить обучение задержке дыхания и погружению в воду. 3. Учить работать ногами с подвижной опорой.	Окунуться. Самостоятельное купание. «Лягушата» Стоя на руках на дне бассейна, опираясь на нудлы, лечь на живот опираясь на нудлы, лежать «Поплавок!».	Нудлы	«Плавай как мы!»М.Рыбак Стр39

12.	«Смелые, умелые!»	1. Совершенствовать погружение под воду с задержкой дыхания. Открывать глаза под водой 2. Закрепить движения ног с подвижной опорой.	Стоя на руках на дне бассейна, опираясь на нудлы, лечь на живот опираясь на нудлы, лежать «Поплавок!». Добавить движение ног (кроль) «Не зевай- быстро обруч занимай»игра с обручами, подныривать, задержать дыхание, окунуться в обруч и открыть глаза	Нудлы обручи	«Плавай как мы!»М.Рыбак Стр39
13.	«Медузы»	1. Приучать расслаблять тело в воде лежа на животе . 2. Продолжать обучение работы ног с подвижной опорой.	Свободная игра с мячом. «Медузы» лежа на мяче. Танец «Медуз» лежа на мяче работа ног кролем.	Мячи	Обучение плаванию и аквааэробике в группах оздоровительной направленности ДОУ-АРКТИ,2011 Стр78
14.	«Мой веселый мяч»	1. Совершенствовать движения на воде. 2. Закреплять погружение в воду с головой.	Передвижения по бассейну разными способами с мячом. «Нам скользко!» ходьба скольжением по дну бассейна. «Мяч догони»ходьба на руках, ноги вытянуть назад, толкая мяч перед собой	Мячи	Обучение плаванию и аквааэробике в группах оздоровительной направленности ДОУ-АРКТИ,2011 Стр78

15.	«В гостях у бегемота»	1. Приучать расслаблять тело в воде лежа на животе, лежать на спине . 2. Продолжать обучение работы ног с подвижной опорой	Свободная игра с мячом. «Медузы» лежа на мяче на груди, ноги в стороны, колени обнять руками. Танец «Медуз» лежа на мяче работа ног кролем.	Плавающие игрушки	Обучение плаванию и аквааэробике в группах оздоровительной направленности ДОУ-АРКТИ,2011 Стр78
16.	«Морские жители»	1. Совершенствовать лежание на воде 2. Продолжить учить передвижениям по дну в различных положениях, работая ногами (кроль) .	Ходьба, бег, прыжки. «Крокодил», «Крабик», «Рак», «Медуза» Передвижение по дну на руках с нудлом . Лежание на груди с нудлом. Плавание на груди с нудлом, работа ног кролем	Нудлы Обруч	«Плавай как мы!»М.Рыбак Стр39
Модуль «Аквааэробика»4-5л					
17.	«Музыкальная шкатулка»	1. Продолжать обучение свободно передвигаться по бассейну разными способами. 2. Приучать детей действовать по сигналу, Под музыку.	Передвигаться по бассейну разными способами под музыку. То же на руках . В том же положении опустить голову в воду, сделать выдох. Ритмичные упражнения стоя: «Потягушки»руки веред «Вытянуть ножки»ножки назад «Покажем ножки»поднять ножку из воды «Попрыгушки» на реках «Танец лодочек» ходьба на руках по кругу, по прямой	Нудлы	«Плавай как мы!»М.Рыбак Стр39
18.	«Озорные морские котики»	1. Продолжать учить работе ног кролем в положении лежа на груди, на спине	Поплескаться стоя в кругу «Котики резвятся»	Тонущие игрушки	«Плавай как мы!»М.Рыбак

		2. Упражнять в передвижении по дну бассейна на руках под музыку	Стоя на руках ,упор сзади,лицо вверх. Ритмичные упражнения: «Котики потягиваются»прогнуться назад, опираясь на ладони и стопы. «Котики качаются» вытянуть двигать туловищем со стороны в сторону «Котики хлопают» работа стопами вверх-вниз «Котики ныряют» стоя на руках вниз лицом, погружение под воду, открыть глаза		Стр39
19.	«Веселые пузыри»	1. Совершенствовать погружение под воду с головой, открывать глаза. 2. Совершенствовать многократным выдохам в воду	Передвижения по бассейну с плавательными досками «Лодочки плывут» под музыку Фигуры на воде «Морская звезда», «Стрелочка», «Морская черепаха» «Пускаем пузыри» опустить лицо в воду- выдох. «Посмотрим что под водой!» опустить лицо в воду, открыть глаза.	Плавательные доски	«Плавай как мы!» М.Рыбак стр22
20.	«Морское путешествие»	1. Продолжаем обучать глубокому вдоху и постепенному выдоху. 2. Обучать скольжению на груди без вспомогательных средств.	Взяться руками за палку, которую держит педагог, вытянуть ноги, чтоб они всплыли, педагог тянет детей лежащих на воде. Лежание на груди с различным положением рук. То же в движении, скользить	Нудлы	«Плавай как мы!» М.Рыбак стр23
21.	«Белые медвежата»	1. Продолжать упражнять в скольжении на груди с подвижной опорой	Самостоятельное плавание с досками. «Плаваем на льдинах»	Плавательные доски	«Плавай как мы!» М.Рыбак стр23

		2. Развивать координацию движений.	лежа на груди , скольжение с разным положением рук, ноги кроль. «Ловим рыбку!» игра с тонущими игрушками.		
22.	«Медвежата на льдине»	1. Упражнять детей в лежании и скольжении на спине 2. Развивать смелость и ловкость.	Самостоятельное плавание с досками. «Плаваем на льдинах»лежа на животе, на спине с разным положением рук, ноги кроль. «Поймай рыбку!» игра с рыбкой на палке.	Плавающие игрушки	«Плавай как мы!» М.Рыбак стр21
23.	«Музыкальная шкатулка»	1. Продолжать обучение свободно передвигаться по бассейну разными способами 2. Приучать детей действовать по сигналу, Под музыку.	Передвигаться по бассейну разными способами под музыку. Ритмичные упражнения с нудлами «Звезда», «Черепаха», «Стредочка», «Конек»	Нудлы	Обучение плаванию и аквааэробике в группах оздоровительной направленности ДОУ-АРКТИ,2011 Стр79
24.	«Озорные морские котики»	1. Совершенствовать вытягивать ноги назад в положении лежа и опускать голову в воду 2. Стимулировать различные виды передвижений в воде под музыку	Самостоятельное плавание с мячем «Котики резвятся» Ритмичные упражнения: «Котики потягиваются»стоя стоя упражнения с мячом под музыку. «Котики охотятся» вытянуть ноги назад, скольжение не груди с мячом «Котики ныряют» проплыть в обруч с мячом	Мячи Обруч	«Плавай как мы!» М.Рыбак стр48
25.	«Веселые пузыри»	1. Совершенствовать выполнение выдохов в воду, погружение под воду с головой, открывать глаза. 2. Совершенствовать технику работы ног кроль	Окунуться, поплескаться. Скольжение на груди с досками, с выдохом в воду. «Торпеда»с работой ног кролем «Веселые пузыри»нырни в обруч,	Плавательные доски Обручи	«Плавай как мы!» М.Рыбак стр

			пускаем пузыри в обруч лежащий на воде, подныриваем в центор.		
26.	«Торпеды»	1. Продолжаем обучать глубокому вдоху и постепенному выдоху. 2. Воспитывать организованность, умение выполнять задания педагога.	Передвижение по бассейну с заданиями. «Торпеды» скольжение по сигналу на груди, с движением ног. Игра «Морской бой»	Плавающие доски	«Плавай как мы!» М.Рыбак стр52
27.	«Забавные рыбки»	1. Продолжать упражнять в умении делать вдох и выдох в воду с движением рук 2. Развивать координацию движений.	Вращать руками одновременно вперед, назад, попеременно вперед, назад. То же в движении, ходить по бассейну и вращать руками. То же с погружением лица в воду, с выдохом в воду. То же с подвижной опорой(доска) «Поймай рыбку!» игра с рыбкой на палке.	Плавательные доски	«Плавай как мы!» М.Рыбак стр53
28.	«Танец морских котиков»	1. Продолжать упражнять детей в самостоятельном передвижении в воде в разных направлениях, в сочетании с дыханием 2. Способствовать сопротивляемости организма неблагоприятным воздействиям внешней среды.	Окунуться, поплескаться. Нудлы в руках, потянуться вверх-вдох ,опуститься под воду Качаемся из стороны в стороны Нудлы под руками на груди, обнять колени, вдох-выдох в воду. Нудлы на головой, лежаие на спине	Нудлы	«Плавай как мы!» М.Рыбак стр52
29.	«Цирк»	1. Совершенствовать различные виды передвижения с воде. 2. Способствовать воспитанию организованности и самостоятельности	Игра с игрушками тонущими, доставать со дна. « Проплыви в обруч» скольжение на груди без опоры Поплавок «Морская звезда» лежа лицом в низ, руки и ноги в стороны. «Стрелочка», то же руки вместе,	Тонущие игрушки Обруч	«Плавай как мы!» М.Рыбак стр53

			ноги вместе. «Морская черепаха»обнять колени «Морской конек» взяться за лодыжки сзади,		
30.	«Змейка»	1. Воспитывать чувство коллективизма 2. Развивать смелость, активность чувство товарищества	Передвижения разными способами. «Гонки катеров» скольжение на груди, с движением ног кроль. На спине. Игра «Сокровища» собрать тонущие игрушки со дна бассейна. «Змейка» катание на кругах, держась друг за друга	Круги Тонущие игрушки	«Плавай как мы!» М.Рыбак стр52
31.	«Танец с мячом»	1.Спобствовать формированию правильной осанки. 2.Развивать ловкость и координацию движений, владеть предметом	Стоя, упражнения с мячом «Догони мяч» скольжение, толкая мяч перед собой. С мячом в руках. «Звезда», «Медуза», «Стрела», «Черепаха» с мячом. Свободное плавание с мячом	Мячи	«Плавай как мы!» М.Рыбак стр53
32.	«Самые смелые, ловкие , умелые!»	1. Диагностика умений преодоления водобоязни, передвижения, погружения в воду, выдох в воду. 2. Способствовать закаливанию организма	«Звездочка» на груди «Отдых на воде» на спине «Торпеды» скольжение на груди, спине с подвижной опорой 5 выдохов в воду, «Достань сокровища» погружение с головой. Свободное плавание любым способом с подвижной опорой	Игрушки тонущие	Обучение плаванию и аквааэробике в группах оздоровительной направленности ДОУ-АРКТИ,2011 Стр29

8.ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Два раза в год (январь, май) проводится аттестация – это оценка качества освоения дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы "Морские котики" по итогам завершения. Аттестация проводится в форме наблюдения за выполнением задания. Результат фиксируется в протоколе.

Аттестация проводится методом педагогического наблюдения по итогам завершения учебного года

Характеристика	Обозначение
Красная клетка	необходима поддержка, поддержка деятельности со стороны взрослого
Жёлтая клетка	требуется незначительная помощь взрослого
Зеленая клетка	выполняет задание самостоятельно, без помощи взрослого

Обработка результатов аттестации:

Красный уровень - Программа находится на стадии формирования.

Жёлтый уровень - Программа частично усвоена.

Зелёный уровень - Программа усвоена в полном объёме.

Результат фиксируется в протоколе.

Диагностическая карта

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 88»

Протокол №1

Промежуточной аттестации по завершению модуля «Аквапластика»

дополнительной общеобразовательной программы - дополнительной общеразвивающей программы "Морские котики" (для детей 4-5 лет)

Форма проведения: наблюдение

№	Ф.И. ребёнка	Критерии усвоения программного материала						Примечания (выводы и рекомендации)
		Умеет расслабляться на воде	Свободно передвигается в воде в разных направлениях предметами	Выполняет погружение с головой, вдох-выдох в воду (3-5 раз) и на задержке дыхания, открывает глаза	Выполняет основные базовые элементы плавания (скольжение на груди)	Умеет согласованно выполнять связки и пластичные комбинации	Развитие гибкости	
1								
2								

Дата проведения_____года

Педагогический работник, реализующий дополнительную общеобразовательную программу - дополнительную общеразвивающую программу

_____

(ФИО)

Диагностическая карта

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 88»

Протокол №2

Промежуточной аттестации по завершению модуля «Аквааэробика»

дополнительной общеобразовательной программы - дополнительной общеразвивающей программы "Морские котики" (для детей 4-5 лет)

Форма проведения: наблюдение

№	Ф.И. ребёнка	Критерии усвоения программного материала				Примечания (выводы и рекомендации)
		Умение двигаться в заданном темпе под музыку	Выполнение связок и элементарных аэробных комбинаций	Обладает двигательной координацией	Проявляет развитые навыки плавания	
1						
2						

Дата проведения_____года

Педагогический работник реализующий дополнительную общеобразовательную программу - дополнительную общеразвивающую программу

_____

(ФИО)

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

1. Арзамасцева Л.С. Микляева Н.В. Морозова Л.Д. Птицын И.В. Романова О.Ю. Семенчук М.Г. Черепанова О.О. Обучение плаванию и аквааэробике в группах оздоровительной направленности ДОУ-АРКТИ,2011
2. «Плавай как мы!»М.Рыбак Москва, Обруч 2014