****

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ

ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Дети Нептуна»

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Уровень программы: стартовый (ознакомительный)

Возраст обучающихся: 5-7 лет

Срок реализации программы: 1 год

Разработчик программы:

педагог дополнительного образования

Нина Сергеевна Сюзева

с. Богучаны, 2024 г

1. **Комплекс основных характеристик программы**
	1. **Пояснительная записка**

 Дополнительная общеобразовательная программа «Дети Нептуна» разработана на основе Программы дополнительного образования детей «Аквааэробика» Максимова Т., скорректирована под условия МКДОУ детский сад «Солнышко» п. Таёжный. Существующие подходы к плавательной подготовке дошкольников носят главным образом обучающую направленность, для разучивания новых упражнений применяют в основном механическое выполнение того или иного упражнения, игры используются в заключительной части урока, отсутствуют методики с применением сюжетно-ролевых игр.

Аквааэробика - включает элементы плавания и синхронного плавания, водного поло, различных игр и эстафет на воде. В отличие от других видов физических упражнений программа обеспечивает более высокий оздоровительный эффект. Аквааэробика так же, как и плавание, повышает сопротивляемость организма воздействию температурных колебаний, воспитывает стойкость к простудным заболеваниям.

 **Программа разработана в соответствии с нормативными правовыми документами:**

* - Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ (ред. От 30.12.2021) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.03.2022);
* Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. №996-р;
* Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р);
* Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» ( вступ. в силу с 01.03.2023);
* Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03. 09.2019 г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (ред. От 21.04.2023);
* Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.03.2016 г. №ВК-641/09 «Методические рекомендации 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»;
* Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. №09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
* СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утв.постановлением Главного государственного санитарного врача России от 28 января 2021 г.№2;
* Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
* Уставом МБОУ ДОД «Центр роста».

**Направленность программы**

 Программа имеет физкультурно-спортивную направленность и предназначена для совершенствования навыков плавания детей среднего и старшего дошкольного возраста.

**Актуальность**

 Актуальность программы обусловлена поиском новых путей и форм укрепления здоровья детей дошкольного возраста. Это объясняется рядом причин: экологически неблагоприятным образом жизни, повышенным потоком информации и высокой степенью утомляемости. Именно в первые семь лет у детей закладываются основы здоровья, формируется большее количество жизненно важных двигательных навыков и умений, создаются решающие предпосылки для всестороннего гармоничного развития личности. Дошкольники постоянно ощущают потребность в движении, объем которого обуславливается закономерностями роста детского организма, активным взаимодействием его с окружающей средой.

 **Отличительной особенностью** данной программы является использование игровых сюжетов путем включения в программу занятий сюжетно-ролевых игр, которые можно применять в условиях водной среды, позволяющих регулировать уровень нагрузки в процессе занятий, и в то же время будут интересны, понятны и известны детям дошкольного возраста.

 **Новизной данной дополнительной программы** является: комплексное применение элементов аквааэробики в воде при обучении детей плаванию с использованием подвижных и сюжетно-ролевых игр на основе сказочных сюжетов. Дети должны не только получить основные навыки плавания, но и научиться применять их при освоении более сложных координационных движений в воде. Работа направлена не только на обучение детей плаванию по традиционной методике, но и на развитие координационных способностей дошкольников посредством использования акробатических упражнений в воде. Данная программа с использованием подвижных и сюжетно-ролевых игр на основе сказочных сюжетов позволяет сократить период адаптации детей к условиям водной среды и формирования начальных навыков плавания. Построение занятий в игровой форме с высоким уровнем положительных эмоций - это залог успешного обучения и воспитания, закаливающего эффекта и реализации других оздоровительных задач. Дети должны не только получить основные навыки плавания, но и научиться применять их при освоении более сложных координационных движений в воде. Упражнения в игре подобраны таким образом, чтобы была возможность регулировать параметры нагрузки по интенсивности и сложности. Это позволяет предугадать усталость у детей и не терять контроль на занятии в плане дисциплины. Данная программа с использование игр в занятиях плаванием благотворно влияет на психическое состояние детей дошкольного возраста, ведет к снижению эмоционального напряжения ребенка, уменьшению чувства тревожности, лучшей адаптации к непривычной среде. Преимущества сюжетно-ролевой игры перед подвижной игрой с правилами заключается в том, что ее можно использовать на всех этапах обучения двигательным действиям. Данная программа является актуальной на сегодняшний момент, так как составлена с учетом тенденций новых программ, реализующих принцип сотрудничества, предусматривающих внедрение в практику ДОУ личностно-ориентированной модели взаимодействия педагога с детьми. Программа разработана в соответствии с основными задачами по охране здоровья и физическому развитию детей и основным требованиям Госстандарта, предусматривает оптимизацию физического состояния ребенка через организацию двигательной активности и соответствует уровню развития детей младшего дошкольного возраста.

**Цели и задачи программы**

**Цель программы:** Формирование навыков выполнения плавательных действий, связанных с перемещением тела человека в водной среде.

**Задачи программы**

**обучающие:**

• обучение навыкам выполнения плавательных действий, связанных с перемещением тела человека в водной среде;

• формирование преставлений о своем теле, о способах сохранения своего здоровья.

**развивающие:**

* развитие самоконтроля и самооценки при выполнении физических упражнений под музыку;
* развитие выносливости, гибкости, силы, координации движений, чувства равновесия.

**воспитательные:**

• воспитание бережного отношения к своему здоровью;

 • формирование устойчивого интереса к занятиям по плаванию;

 • привитие гигиенических навыков.

* 1. **Содержание программы**

 **Учебный план**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п.п.** | **Название раздела, темы** | **Кол-во часов** | **Форма аттестации/ контроля** |
| **Всего** | **Теория** | **Практика** |
| **1** | Экскурсия в бассейн  | 32 | 2 |  | Беседа |
| **2** | Упражнения на развитие мышечных групп | 2 | 1 | 1 | Наблюдение |
| **3** | Игровые упражнения «Подводная лодка», «Зеркальце», «Поезд в туннель» | 2 |  | 2 | Наблюдение |
| **4** | Мониторинг | 2 |  | 2 | Наблюдение |
| **5** |  Общеразвивающие и профилактические упражнения, звуковой сигнал, команды | 1 | 1 | 2 | Наблюдение |
| **6** |  Зрительные и звуковые ориентиры  | 2 | 1 | 1 | Наблюдение |
| **7** |  Плавательные упражнения | 2 |  | 2 | Наблюдение |
| **8** | Упражнения на развитие физических качеств | 2 | 1 | 1 | Наблюдение |
| **9** |  Общеразвивающие и профилактические упражнения | 2 | 1 | 1 | Наблюдение |
| **10** | Упражнения на развитие мышечных групп, имитация | 2 | 1 | 1 | НаблюдениеТестирование |
| **11** | Игровые упражнения «Пятнашки с поплавками», «Подводные лодки», «Зеркальце»  | 2 | 1 | 1 | Наблюдение |
| **12** | Упражнения на развитие физических качеств, зрительные и звуковые ориентиры | 2 |  | 2 | Наблюдение |
| **13** | Общеразвивающие и профилактические упражнения | 2 |  | 2 | Наблюдение |
| **14** | Плавательные упражнения | 2 |  | 2 | Наблюдение |
| **15** | Игровые упражнения «Подводные лодки», «Зеркальце» | 1 | 1 | 2 | Наблюдение |
| **16** | Упражнения на развитие физических качеств | 2 |  | 2 | Наблюдение |
| **17** | Общеразвиающие и профилактические упражнения  | 2 | 1 | 1 | Наблюдение |
| **18** | Упражнения на развитие мышечных групп | 2 | 1 | 1 | Наблюдение |
| **19** |  Игровые упражнения «Поезд в тоннель», «Пятнашки с поплавками» | 2 | 1 | 1 | Наблюдение |
| **20** | Общеразвивающие и профилактические упражнения | 2 | 1 | 1 | Наблюдение |
| **21** | Упражнения на развитие мышечных групп | 2 | 1 | 1 | Наблюдение |
| **22** | Плавательные упражнения | 2 |  | 2 | наблюдение |
| **23** | Упражнения на развитие физических качеств | 2 | 1 | 1 | наблюдение |
| **24** | Общеразвитвающие и профилактические упражнения | 2 | 1 | 1 | наблюдение |
| **25** | Плавательные упражнения | 2 |  | 2 | наблюдение |
| **26** | Игровые упражнения «Зеркальце», «Поезд в тоннель» | 2 | 1 | 1 | наблюдение |
| **27** | Упражнения на развитие физических качеств | 2 | 1 | 1 | наблюдение |
| **28** | Общеразвивающие и профилактические упражнения | 2 | 1 | 1 | наблюдение |
| **29** | Упражнения на развитие мышечных групп | 2 | 1 | 1 | наблюдение |
| **30** | Игровые упражнения «Подводные лодки» | 2 |  | 2 | наблюдение |
| **31** | Упражнение на развитие физических качеств | 2 |  | 2 | наблюдение |
| **32** | Общеразвивающие и профилактические упражненияч | 2 | 1 | 1 | Наблюдение |
| **33** | Упражнения на развитие мышечных групп | 2 | 1 | 1 | Наблюдение |
| **34** | Плавательные упражнения | 2 |  | 2 | наблюдение |
| **35** | Игровые упражнения «Поезд в тоннель», «Пятнашки с поплавками» | 2 |  | 2 | Наблюдение |
| **36** | Мониторинг | 2 |  | 2 | наблюдение |
| **Итого:** | 72 |  |  |  |

**Содержание учебного плана программы**

1. Введение. Экскурсия в бассейн. (2 часа).

*Теория (2 часа).* Знакомство с тренером, техникой безопасности. Знакомство с характеристиками воды: температурой, плотностью, вязкостью, сопротивлением.

1. Упражнения на развитие мышечных групп (2 часа).

*Теория (1 час).* Укрепление мышц верхних, нижних конечностей и мышц туловища.

*Практика (1 час).* Укрепление мышц верхних, нижних конечностей и мышц туловища.

1. Игровые упражнения «Подводные лодки», «Зеркальце», «Поезд в тоннель» (2 часа)

*Практика (2 часа).* Повышение функциональных возможностей организма.

1. Мониторинг (2 часа)

*Практика (2 часа).* Выявление уровня развития физических качеств.

1. Общеразвивающие и профилактические упражнения, звуковой сигнал, команды

*Теория (1 час).* Общеразвивающие и профилактические упражнения.

*Практика (1 час).* Развитие чувства ритма. Повышение жизненной емкости легких.

1. Зрительные и звуковые ориентиры (2 часа)

*Теория* *(1 час)* Зрительные и звуковые ориентиры

*Практика (1 час)* Укрепление мышц верхних, нижних конечностей и мышц туловища.

1. Плавательные упражнения (2 часа).

*Практика (2 часа).* Закрепление плавательных навыков (всплытие и лежание на воде).

1. Упражнения на развитие физических качеств (2 часа)

*Теория (1 час).* Упражнения на развитие физических качеств

*Практика (1 час).* Развитие силовых способностей.

1. Общеразвивающие и профилактические упражнения (2 часа)

*Теория (1 час).* Общеразвивающие и профилактические упражнения.

*Практика (1 час).* Развитие чувства ритма. Повышение жизненной емкости легких.

1. Упражнения на развитие мышечных групп, имитация (2 часа)

*Теория (1 час).* Упражнения на развитие мышечных групп, имитация.

*Практика(1 час).* Укрепление мышц верхних, нижних конечностей и мышц туловища.

1. Игровые упражнения «Пятнашки с поплавками». «Подводные лодки», «Зеркальце» (2 часа).

*Теория (1 час)* Игровые упражнения «Пятнашки с поплавками». «Подводные лодки», «Зеркальце»

*Практика (1 час).* Повышение функциональных возможностей организма.

1. Упражнения на развитие физических качеств, зрительные и звуковые ориентиры (2 часа)

*Практика (2 часа).* Упражнения на развитие физических качеств, зрительные и звуковые ориентиры . Развитие выносливости

1. Общеразвивающие и профилактические упражнения (2 часа)

*Практика (2часа)* Общеразвивающие и профилактические упражнения. Развитие чувства ритма. Повышение жизненной емкости легких.

1. Плавательные упражнения (2 часа)

*Практика (2 часа)* Закрепление плавательных навыков (упражнение «Звезда», «Поплавок»*)*

1. Игровые упражнения «Подводные лодки», «Зеркальце» (2 часа)

*Теория (1 час).* Игровые упражнения «Подводные лодки», «Зеркальце» (2 часа)

*Практика (1 час).* Повышение функциональных возможностей организма.

1. Упражнения на развитие физических качеств (2 часа)

*Практика (2 часа)* Упражнения на развитие физических качеств. Развитие гибкости.

1. Общеразвивающие и профилактические упражнения (2 часа).

*Теория (1 час).* Общеразвивающие и профилактические упражнения.

*Практика (1 час).* Развитие чувства ритма. Повышение жизненной емкости легких.

1. Упражнения на развитие мышечных групп (2 часа)

*Теория (1 час).* Упражнения на развитие мышечных групп.

*Практика (1 час)* Укрепление мышц верхних, нижних конечностей и мышц туловища.

1. Игровые упражнения «Поезд в тоннель», «Пятнашки с поплавками» (2 часа)

*Практика (2 часа)* Игровые упражнения «Поезд в тоннель», «Пятнашки с поплавками». Повышение функциональных возможностей организма.

1. Общеразвивающие и профилактические упражнения (2 часа)

*Теория (1 час).* Общеразвивающие и профилактические упражнения.

*Практика (1 час).* Развитие чувства ритма. Повышение жизненной емкости легких.

1. Упражнения на развитие мышечных групп (2 часа)

*Теория (1час).* Упражнения на развитие мышечных групп.

*Практика (1 час).*Укрепление мышц верхних и нижних конечностей и мышц туловища.

1. Плавательные упражнения (2 часа)

*Практика (2 часа).* Закрепление плавательных навыков (скольжение).

1. Упражнения на развитие физических качеств (2 часа)

*Теория (1 час).* Упражнения на развитие физических качеств.

*Практика (1 час).* Развитие силы и координации движений.

1. Общеразвивающие и профилактические упражнения (2 часа)

*Теория (1 час).* Общеразвивающие и профилактические упражнения.

*Практика (1 час).* Развитие чувства ритма. Повышение жизненной емкости легких.

1. Плавательные упражнения (2 часа)

*Практика (2 часа).* Плавательные упражнения. Закрепление плавательных навыков (лежание на воде, скольжение).

1. Игровые упражнения «Зеркальце», «Поезд в тоннель» (2 часа)

*Теория (1 час)* Игровые упражнения «Зеркальце», «Поезд в тоннель».

 *Практика (1 час).* Повышение функциональных возможностей организма.

1. Упражнения на развитие физических качеств (2 часа)

*Теория (1 час).* Упражнения на развитие физических качеств.

*Практика (1 час).* Развитие выносливости и чувства равновесия.

1. Общеразвивающие и профилактические упражнения (2 часа).

*Теория (1 час).* Общеразвивающие и профилактические упражнения.

*Практика (1 час).* Развитие чувства ритма. Повышение жизненной емкости легких.

1. Упражнения на развитие мышечных групп (2 часа)

*Теория (1 час).* Упражнения на развитие мышечных групп.

*Практика (1 час).*Укрепление мышц верхних, нижних конечностей и мышц туловища.

1. Игровые упражнения «Подводные лодки» (2 часа)

*Практика (2 часа).* Игровые упражнения «Подводные лодки» Повышение функциональных возможностей организма.

1. Упражнения на развитие физических качеств (2 часа)

*Практика (2 часа)* Упражнения на развитие физических качеств. Развитие силы и выносливости.

1. Общеразвивающие и профилактические упражнения (2 часа)

*Теория (1 час).* Общеразвивающие и профилактические упражнения.

*Практика (1 час).* Развитие чувства ритма. Повышение жизненной емкости легких.

1. Упражнения на развитие мышечных групп (2 часа)

*Теория (1 час).* Упражнения на развитие мышечных групп.

*Практика (1 час).* Укрепление мышц верхних, нижних конечностей и мышц туловища.

1. Плавательные упражнения (2 часа)

*Практика (2 часа).* Закрепление плавательных навыков (скольжение на груди и спине с работой ног в стиле кроль)

1. Игровые упражнения «Поезд в тоннель», «Пятнашки с поплавками» (2 часа)

*Практика (2 часа).* Повышение функциональных возможностей организма.

1. Мониторинг (2 часа)

*Практика (2 часа).* Мониторинг. Выявление уровня развития физических качеств.

* 1. **Планируемые результаты**

 ***Предметные результаты:***

* обучающиеся овладели навыками выполнения плавательных действий, связанных с перемещением тела человека в водной среде,
* у обучающихся сформированы представления о своем теле, о способах сохранения своего здоровья.

***Метапредметные результаты:***

* у обучающихся развиваются самоконтроль и самооценка при выполнении физических упражнений под музыку,
* у обучающихся развивается выносливость, гибкость, сила, координация движений, чувство равновесия.

 ***Личностные результаты:***

* обучающиеся бережно относятся к своему здоровью,
* обучающиеся проявляют устойчивый интерес к занятиям по плаванию,
* обучающиеся владеют гигиеническими навыками.

Показателями успешной реализации программы являются также устойчивое позитивно-эмоциональное отношение ребенка к воде. По окончании обучения дошкольники должны уметь выполнять упражнения в парах. Подныривать под предметами. Выполнять упражнения сериями. Скользить в положении на груди и на спине.

1. **Комплекс организационно-педагогических условий.**
	1. **Календарный учебный график**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Годобучения | Дата началазанятий | Дата окончания занятий | Кол-воучебных недель | Кол-воучебных дней | Кол-воучебных часов | Режимзанятий | Сроки проведения промежуточной аттестации |
| 1. | первый | 05.09. | 22.05.  | 36 | 72 | 72 | 2 раза внеделю по 1 часу | Декабрь, май |

* 1. **Условия реализации программы**

**Материально-техническое обеспечение:**

* разделительные дорожки,
* доски для плавания,
* гибкие палки («нудлы»).
* музыкальный центр (колонка),
* свисток,
* надувные и резиновые мячи,
* гимнастические обручи,
* игрушки,
* длинный шест (2-2.5м) для поддержки и страховки.

**Кадровое обеспечение:**

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим опыт работы с детьми по программе «Дети Нептуна» 0,5 года, Ниной Сергеевной Сюзевой. Образование средне-специальное, пройдена профессиональная подготовка по специальности «инструктор по плаванию детей раннего и дошкольного возраста» в 2022 году.

* 1. **Формы аттестации и оценочные материалы**

Способы определения результативности программы дополнительного образования: результат отслеживается через диагностирование деятельности детей, посещающих занятия, которое проводится в начале учебного года (октябрь) и в конце (май).

**Диагностическая карта плавательных умений и навыков дошкольников**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п.п |  Ф.И ребенка | «Торпеда» | Балл | Кроль на груди | Балл | Кроль на спине | Балл | Плавание произвольным способом | Балл |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Уровень развития основных навыков плавания оценивается с помощью тестирования плавательных умений и навыков детей. В качестве критериев оценки выбран ряд контрольных упражнений по методике Т.И. Казаковцевой (1994). При оценке двигательных навыков детей, вводятся следующие обозначения.

• Высокий уровень – означает правильное выполнение, т. е. навык сформирован, автоматизирован. Ребенок сам выполняет упражнение.

• Средний уровень – говорит о промежуточном положении, т.е. недостаточно правильном выполнении упражнения. Ребенок выполняет с помощью.

•Низкий уровень – указывает на неправильное выполнение движения. Ребенок не выполняет упражнение.

**Параметры подведения итогов**

* уровень компетенций обучающихся (высокий, средний, низкий),
* количество обучающихся, полностью освоивших образовательную программу, освоивших программу в необходимой степени (количество и проценты),
* совпадение прогнозируемых и реальных результатов в образовательном процессе (совпадают полностью, совпадают в основном),
* перечень основных причин невыполнения детьми образовательной программы, перечень факторов, способствующих успешному освоению образовательной программы,
* рекомендация по коррекции образовательной программы, изменению методик образования.
	1. **Методические материалы**

Программа реализуется в очной форме с использованием различных методов обучения:

* Словесный метод- объяснение учебных заданий.

 • Наглядный метод - зрительное восприятие, образное объяснение тренера (кинограммы, рисунки, плакаты, кинофильмы, с представленной техникой плавания)

 • Упражнение - многократное повторение каждого упражнения, разучивание отдельных элементов, соединение в более целостное движение.

**Основные формы обучения**

• Групповая - основная форма при проведении тренировочных занятий.

• Индивидуальная - используется для устранения погрешностей в технике плавания, а также для совершенствования отдельных физических и морально-волевых качеств.

**Основные средства обучения**

•Общеразвивающие упражнения – выполняются на суше и способствуют развитию и воспитанию основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости.

•Подготовительные упражнения – способствуют развитию тех физических качеств, которые необходимы для изучения навыка плавания и овладения отдельными элементами техники.

• Подвижные игры в воде – командные, некомандные, сюжетные и бессюжетные («Кто первый», «Кто дальше», «Кто быстрее»

**Этапы реализации программы**

Занятия по плаванию делятся на три этапа: подготовительный, основной и заключительный.

–Подготовительный этап проводится на суше. Он включает несколько общеразвивающих упражнений для разогревания, разминки и имитирующие подготовительные и подводящие упражнения, способствующих лучшему усвоению в воде техники плавательных движений.

–Основной этап проводится в воде. Выполняются упражнения аквааэробики, упражнения по овладению и совершенствованию техники плавания, повторяется пройденное. Проводятся игры на формирование навыков выполнения плавательных действий, связанных с перемещением тела человека в водной среде, подвижные и сюжетно-ролевые игры.

– Заключительный этап имеет своей задачей постепенное снижение физической нагрузки и эмоционального возбуждения организма. Она включает легкие движения, несложные перемещения, статические упражнения на гибкость. Интенсивность движений небольшая. В конце даются упражнения на расслабление и релаксацию. В этой части занятия подводятся его итоги, даются домашние задания, если они необходимы.

**Возраст детей**, участвующих в реализации данной дополнительной образовательной программы от 5 до 7 лет.

**Сроки реализации** дополнительной образовательной программы: 1 год, 72 занятия в год.

Занятия проводятся в бассейне, во второй половине дня.

 **Режим занятий**: 2 часа в неделю, длительностью 30 мин.

**Алгоритм учебного занятия (структура)**

* Организационный этап – подготовка детей к работе на занятии: организация начала занятия, создание психологического настроя на учебную деятельность, активизация внимания.
* Подготовительный этап – подготовка к воспричятию нового содержания, мотивация и принятие школьниками цели учебно-познавательной деятельности: сообщение темы, цели учебного занятия и мотивация учебной деятельности.
* Основной этап – усвоение новых знаний и способов действий; первичная проверка, закрепление знаний и способов, обобщение и систематизация знаний.
* Проверочный этап – выявление пробелов и их коррекция: проверка усвоения знаний предыдущего занятия.
* Контрольный этап – выявление качества и уровня овладения знаниями.
* Итоговый этап – анализ и оценка успешности достижения цели, перспектива последующей работы (ответы на следующие вопросы: как работали обучающиеся на занятии, что нового узнали, какими умениями и навыками овладели).
* Информационный этап – определение перспективы следующих занятий (обеспечение понимания цели, содержания дальнейших занятий).

**Список литературы**

**для обучающихся:**

1. Белиц-Гейман С.В. Мы учимся плавать. М., Просвещение, 1987, 80 с.

**для родителей:**

1. Коновалов Е. Человек в воде. Западно-Сибирское книжное издательство. 1979, 144 с.
2. Литвинов А.А. Федчин В.М. Как научить своего ребенка плавать. Учебно-методическое пособие. Спортивный клуб плавания ЛИФК им.П.Ф.Лесгафта, 32 с.
3. Петрова Н.Л., Баранов В.А. Плавание. Техника обучения детей с раннего возраста. Издательство ФАИР, 2008, 118 с.
4. Сидорова И.В. Как научить ребенка плавать. Практическое пособие. М., АЙРИС-ПРЕСС, 2011, 144 с.
5. Максимова Т. Аквааэробика для всех: подготовка инструкторов М., ООО «Элит», 2006.

**для педагогов:**

1. Васильев В. С. Обучение детей плаванию: учебно-методическое пособие. М., Физкультура и спорт, 1989, 94 с.
2. Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка. Пособие для практических работников дошкольных образовательных учреждений. М., АРКТИ, 2000, 108 с.
3. Маханева М.Д. Здоровый ребенок. Рекомендации по работе в детском саду и начальной школе. Методическое пособие. М., АРКТИ, 2004, 264 с.
4. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет). Пособие для педагогов дошкольных учреждений. М., ВЛАДОС, 2004, 128 с.
5. Пищикова Н.Г. Обучение плаванию детей дошкольного возраста. Занятия, игры, праздники. М., 2008, 41 с.
6. Теория и методика физической культуры в дошкольных образовательных учреждениях Т.И. Казаковцева (1994)
7. А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста», 2022г, 288с.