

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
Протокол № 1
от «30» 08 2018 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий Детским садом № 261
ОАО «РЖД»
«30» 08 2018 г.
В.В. Лескова



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
дополнительного образования дошкольников
секции гендерной направленности для мальчиков
«Водное поло»

СРОК РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ: 2018 – 2019 УЧЕБНЫЙ ГОД

Разработчик : Дудакова Н.А., инструктор
по физической культуре

I.Целевой раздел

1. 1. Пояснительная записка. Программа по водному поло составлена с учетом возрастных особенностей детей дошкольного возраста и реализует формирование устойчивого интереса к систематическим занятиям для достижения цели. Данную программу можно рассматривать, как основу для подготовки детей для дальнейшего занятия любыми игровыми видами спорта. Программа направлена на: создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности; на создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей. Оздоровительное, лечебное и гигиеническое значение игры в водное поло в жизни ребёнка, очень велико. Занятия в воде и выполнение различных движений, связанных с преодолением её сопротивления, - важный фактор гармоничного развития любого человека.

Данная программа составлена с учетом особенностей бассейна, его размеров и глубины. Так же программа адаптирована под детей дошкольного возраста. В основу программы входят элементы: игры, передачи, блоки и защита ворот.

1.2 Целью программы - создание условий для формирования у детей дошкольного возраста основ здорового образа жизни, развитие и совершенствование, всех физических качеств, привлечение максимально возможного числа мальчиков к систематическим занятиям водным поло, а также творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности, а именно – умение играть в водное поло, а также повышение интереса к командным видам спорта

Задачи программы:

- познакомить с различными водными видами спорта;
- познакомить с игрой «Водное поло»;
- способствовать формированию техники и тактике в игре водное поло;
- знакомить с общими представлениями и правилами игры в водное поло, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- способствовать развитию двигательных умений и навыков, координационных и кондиционных способностей и развитию физических качеств.

1. 3. Принципы и подходы к реализации рабочей программы:

- систематичность - занятия в секции «Водное поло» дети должны регулярно посещать занятия согласно расписанию, в определенной системе, потому что регулярные занятия оказывают благотворное влияние на здоровье ребенка, чем эпизодические;
- доступность - физическая нагрузка в секции «Водное поло» должна быть доступна детям дошкольного возраста и соответствовать уровням подготовленности;
- активность – материал должен даваться в доступной форме и присутствовать смена деятельности: активная двигательная деятельность и малоподвижная деятельность, необходимо применять как можно больше игр и игровых упражнений, благодаря использованию которых, процессе становится разнообразными и интересным для детей;
- наглядность - для успешного прохождения процесса обучения плаванию, объяснение должно сопровождаться показом упражнений, а также на секции «Водное поло» необходимо использовать наглядные пособия (рисунки, плакаты игрушки и т.д., ролики с демонстрацией игры «Водное поло»);
- последовательность и постепенность - во время секции «Водное поло» дети должны уже иметь навыки плавания и не бояться воды; простые и легкие упражнения должны предшествовать более сложным и трудным упражнениям, поэтому приступать к ним нужно только после хорошего освоения, правильного и уверенного выполнения предыдущих упражнений.

Обучение элементам игры «Водное поло» проходит, как в зале разминке, так и на воде. Такие формы проведения занятий, повышают интерес к ним. В программу секции «Водное поло» так же включены подвижные игры, игровые упражнения, игры на внимание, эстафеты, в которых есть элементы соревнования.

Методы обучения:

- словесные: объяснения, в форме образных выражений и сравнений, рассказ, беседы, команды, распоряжения и указания;
- наглядные: показ изучаемого движения в целостном виде, с разделением на части; анализ его с помощью наглядных пособий, видеосюжетов, жестов;
- практические: предусматривают многократное повторение движений сначала по элементам, а затем полностью; обучение в облегченных или усложненных условиях, изучение движений в игровой и соревновательной деятельности, выполнение контрастных движений.

Средства обучения плаванию

Общеразвивающие и специальные упражнения «суша»:

- комплекс подводящих упражнений;
- сложные элементы «Водного поло».

Подготовительные упражнения на воде, упражнения, знакомящие детей с водой и ее свойствами:

- передвижение по дну со сменой направлений по звуковому сигналу;
- погружение в воду, с задержкой дыхания и выдохом в воду;
- использование упражнений и не сложных элементов «Водного поло» в играх ;

Упражнения для разучивания техники игры: «Водное поло»:

- удары по мячу;
- передачи мяча;
- защита ворот;
- игры и игровые упражнения способствующие развитию качеств; сила, выносливость.

Основной подход на занятиях «Водное поло» – учить передачам мяча технически правильно, для того чтобы заложить прочную основу для дальнейших занятий, то есть учить детей техничным, экономичным и целесообразным движениям, а значит наиболее полезным для здоровья

1.4. Сроки освоения рабочей программы

Программа рассчитана на 1 год.

1.5. Возрастные особенности детей дошкольного возраста

Мышечная система ребенка дошкольного возраста развита еще довольно слабо. Кроме того, мышцы детей отличаются от мышц, взрослого человека по своему строению, составу и функциям. Мышечные пучки сформированы плохо.

Мышцы ребенка сокращаются медленнее, чем мышцы взрослого, а сами сокращения происходят через меньшие промежутки времени. Поскольку мышцы ребенка более эластичны, при сокращении они более укорачиваются, а при растяжении больше удлиняются.

Этими особенностями мышечной системы объясняется, почему дети быстро утомляются, но их физическое утомление быстро проходит. Поэтому для ребенка нежелательны длительные мышечные напряжения и однообразные статические нагрузки. Занятия в воде для детского организма является адекватной физической нагрузкой, поскольку в цикле движений в воде чередуется напряжение и расслабление мышечных групп последовательно. Занятия на воде благотворно влияют на важнейшие системы жизнеобеспечения ребенка.

II. Содержательный раздел

2.1. Описание образовательной деятельности секции «Водное поло»

Режим дня, включающий дополнительную образовательную деятельность в спортивной секции для мальчиков «Водное поло» предусматривает достаточное пребывание детей на воздухе, полноценное проведение общеобразовательной деятельности, приема пищи, сна, всех других форм, физкультурно-оздоровительной и воспитательной работы.

Организация занятий в секции:

- занятия по «Водному поло» проходят с мальчиками старшего дошкольного возраста;
- занятия осуществляется с учётом физической подготовленности детей и степень усвоения воспитанниками плавательных навыков;
- игра является основной формой обучения в дошкольном возрасте, поэтому на всех проводимых занятиях обязательно присутствуют подвижные игры;
- нагрузка варьируется в зависимости от возраста детей, их физического развития и усвоения ими пройденного материала;
- дополнительная образовательная деятельность в секции «Водное поло» осуществляется только при условии выполнения **санитарных норм температурного режима в бассейне:**

Возрастная группа	Температура воды (°С)	Температура воздуха (°С)	Глубина бассейна (м)*
Старшая	+ 27... +28 ⁰ С	+24... +28 ⁰ С	0,8 м.
Подготовительная к школе	+ 27... +28 ⁰ С	+24... +28 ⁰ С	0,8 м.

* с учётом нарастания глубины чаши бассейна, для детей младшего дошкольного возраста производится отсечение с помощью вспомогательных средств сектора бассейна с глубиной более 0,5 м.

Занятия в секции «Водное поло» делятся на три этапа:

Подготовительный этап. Включает несколько общеразвивающих упражнений для разогревания, разминки и имитирующие подготовительные и подводящие упражнения, способствующие лучшему усвоению элементов спортивной игры «Водное поло»

Основной этап проводится на воде. Выполняются упражнения по овладению техникой игры «Водное поло», повторяется пройденное, проводятся игры на совершенствование усвоенных движений.

Заключительный этап - это игра «Водное поло» с закреплением элементов игры, произвольное плавание (свободное плавание).

Организация соревнований

Возрастная группа	Количество проведения		Длительность	
	Соревнования Между собой	Командные соревнования	Соревнования между собой внутри сада	Командные соревнования Внутри сада
Старшая	1 раз в три месяца	2 раза в год	25-30 мин	до 1 часа
Подготовительная к школе	1 раз в три месяца	2 раза в год	40 мин	до 1 часа

2.2. Календарно - тематическое планирование

Мальчики старшего дошкольного возраста - 64 занятия.
2 раза в неделю.

СЕНТЯБРЬ	Занятия 1 - 2	Занятия 3 - 4	Занятия 5 - 6	Занятия 7 - 8
	Задачи			
	<p>Развивать: силу мышц верхнего плечевого пояса; силу мышц спины.</p> <p>Познакомить: с правилами поведения в бассейне; с водными видами спорта.</p> <p>Закрепить навыки различных передвижений в воде с опорой и без</p>			
	Планируемые результаты			
	<p>Развить силу мышц верхнего плечевого пояса, силу мышц спины, укрепить мышечный корсет, познакомить с правилами поведения, познакомить с водными видами спорта, закрепить навыки различных передвижений в воде.</p>			

СЕНТЯБРЬ	Виды деятельности				
	1 - ая вводная часть	Ходьба по кругу, различные передвижения, перестроения в зале разминки			
		Коррекционные упражнения на верхний плечевой пояс Упражнения на укрепление мышц верхнего плечевого пояса			
		1 - 2	3 - 4	5 - 6	7 - 8
	2 – ая часть Основные движения	<p>1. Бег по периметру бассейна</p> <p>2. Прыжки</p> <p>3. Бег со сменой темпа по звуковому сигналу</p> <p>4. Плавание с доской выдох в воду</p>	<p>1. Прыжки</p> <p>2. Бег со сменой темпа по звуковому сигналу</p> <p>3. Плавание с доской выдох в воду</p> <p>4. «Стрелочка»</p>	<p>1. Плавание с доской выдох в воду</p> <p>2. «Стрелочка»</p> <p>3. Плавание без доски</p> <p>4. Передача мяча 2мя руками из-за головы</p>	<p>1. Плавание без доски</p> <p>2. Передача мяча 2мя руками из-за головы</p> <p>3. Прием мяча 2мя руками</p>

	3-я часть	Игра: Волейбол	Игра: Волейбол	Игра: Волейбол	Игра : Водное поло с отработкой передачи мяча 2мя руками и приема мяча 2мя руками
--	-----------	----------------	----------------	----------------	---

ОКТАБРЬ	Занятия 1 - 2	Занятия 3 - 4	Занятия 5 - 6	Занятия 7 - 8
	Задачи			
	Развивать скоростно - силовые навыки и ориентацию в пространстве.			
	Познакомить с правилами игры водное поло.			
	Закрепить правила поведения в бассейне, знания о водных видах спорта, навыки передачи мяча 2-мя руками из-за головы			
	Планируемые результаты			
Развить скоростно - силовые навыки, ориентацию в пространстве, познакомить с правилами игры. Закрепить правила поведения в бассейне. Закрепить знания о водных видах спорта.				

ОКТАБРЬ	Виды деятельности				
	1 - ая вводная часть	Ходьба по кругу, различные передвижения, перестроения в зале разминки			
	Общеразвивающие упражнения	Коррекционные упражнения на верхний плечевой пояс Упражнения на укрепление мышц верхнего плечевого пояса			
		1 - 2	3 - 4	5 - 6	7 - 8
	2 – ая часть Основные движения	1.Бег в бассейне по сигналу выпрыгивание из воды 2.Плавание с доской 3.Плавание без доски 4.Передача мяча в парах 2-мя руками из-за головы	1.Бег в бассейне по сигналу выпрыгивание из воды 2.Плавание без доски 3.Передача мяча в парах 2-мя руками из-за головы	1.Плавание без доски 2.Передача мяча 2-мя руками в кругу 3.Подача мяча в парах	1.Нырание за предметами 2.Передача мяча 2-мя руками в кругу 3.Подача мяча в парах

	3- я часть	Игра: Волейбол Свободное плавание	Игра: Волейбол Свободное плавание	Игра: Волейбол Свободное плавание	Игра: Волейбол Свободное плавание
--	------------	--------------------------------------	--------------------------------------	--------------------------------------	--------------------------------------

НОЯБРЬ	Занятия 1 - 2	Занятия 3 - 4	Занятия 5 - 6	Занятия 7 – 8
	Задачи			
	Развивать умение ориентироваться в пространстве и умение оценивать обстановку.			
	Познакомить с техникой выпрыгивания, с техникой ловли мяча, передача мяча одной рукой.			
	Воспитывать чувство «команды».			
Планируемые результаты				
Развить умение ориентироваться в пространстве, умение оценивать обстановку. Познакомить с техникой выпрыгивания, с техникой ловли мяча и умение применять в игре. Воспитывать чувство «команды».				

НОЯБРЬ	Виды деятельности				
	1 - ая вводная часть	Ходьба, бег ,перестроение из одной в 2 колонны . Передвижение со сменой темпа движения. Остановка по звуковому сигнала			
	Общеразвивающие упражнения	1.Упражнения на верхний плечевой пояс 2.Упражнения на развитие мышц спины 3.Упражнения на ориентацию в пространстве			
		1 - 2	3 - 4	5 - 6	7 - 8
	2 – ая часть Основные движения	1.Передача мяча в парах 2-мя руками из-за головы 2.Техника передачи мяча одной рукой 3.Техника выпрыгивания	1.Передача мяча в парах 2-мя руками из-за головы 2.Передача мяча одной рукой 2.Отработка техники передачи мяча одной рукой 3.Отработка техники выпрыгивания	1.Передача мяча одной рукой 2.Отработка техники передачи мяча одной рукой 3.Отработка техники выпрыгивания 4.Игра водное поло	1.Нырание за предметами 2.Отработка техники передачи мяча одной рукой 3.Отработка техники выпрыгивания 4.Игра водное поло
3- я часть	Игра: Волейбол Свободное плавание	Игра: Волейбол Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	

ДЕКАБРЬ	Занятия 1 - 2	Занятия 3 - 4	Занятия 5 - 6	Занятия 7 - 8
	Задачи			
	Развивать скоростно - силовые навыки и ориентацию в пространстве.			
	Познакомить с правилами игры водное поло, с техникой ловли мяча, передача мяча одной рукой.			
	Закрепить передачу мяча в парах (2-мя руками) на воде.			
	Совершенствовать технику выпрыгивания и технику ловли мяча.			
Воспитывать морально- волевые качества.				
Планируемые результаты				
Развить скоростно-силовые навыки, умение ориентироваться в пространстве. Познакомить с правилами игры Водное поло, с техникой ловли мяча и умение применять в игре. Совершенствовать технику отбивания мяча одной рукой. Воспитывать морально - волевые качества.				

ДЕКАБРЬ	Виды деятельности				
	1 - ая вводная часть	Ходьба ,бег ,перестроение из одной в 2 колонны . Передвижение со сменой темпа движения. Остановка по звуковому сигнала			
	Общеразвивающие упражнения	1.Упражнения на верхний плечевой пояс 2.Упражнения на развитие мышц спины 3.Упражнения на тренировку вестибулярного аппарата			
		1 - 2	3 - 4	5 - 6	7 - 8
	2 – ая часть Основные движения	1.Передача мяча одной рукой 2.Отработка техники передачи мяча одной рукой 3.Отработка техники выпрыгивания 4.Игра водное поло	1.Передача мяча одной рукой 2.Передача мяча 2-мя руками 3. Передача мяча в парах	1.Нырание за предметами 2.Отработка техники передачи мяча одной рукой 3.Отработка техники выпрыгивания 4.Игра водное поло	1.Отработка техники передачи мяча одной рукой 2.Отработка техники выпрыгивания 3.Игра водное

	3- я часть	Игра: Волейбол Свободное плавание	Игра: Волейбол Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
--	------------	--------------------------------------	--------------------------------------	--------------------	--------------------

ФЕВРАЛЬ	Занятия 1 - 2	Занятия 3 - 4	Занятия 5 - 6	Занятия 7 - 8
	Задачи			
	Развивать умения ориентироваться в пространстве и умение оценивать обстановку, и ориентацию в пространстве.			
	Совершенствовать технику выпрыгивания и технику ловли мяча.			
	Обучать технике защиты.			
Воспитывать чувство «Команды» и морально-волевые качества.				
Планируемые результаты				
Развить умение ориентироваться в пространстве, умение оценивать обстановку. Совершенствовать технику выпрыгивания и отбивания мяча. Обучать технике защиты. Воспитывать морально - волевые качества.				

ФЕВРАЛЬ	Виды деятельности				
	1 - ая вводная часть	Ходьба, бег, перестроение из одной в 2 колонны. Передвижение со сменой темпа движения. Остановка по звуковому сигналу			
	Общеразвивающие упражнения	1. Упражнения на укрепление верхнего плечевого пояса 2. Упражнения на укрепление мышц спины 3. Упражнения на тренировку вестибулярного аппарата			
		1 - 2	3 - 4	5 - 6	7 - 8
	2 – ая часть Основные движения	1. Нырание за предметами 2. Отработка техники передачи мяча одной рукой 3. Отработка техники выпрыгивания 4. Игра водное поло	1. Отработка техники передачи мяча одной рукой 2. Отработка техники выпрыгивания 3. Игра Водное поло	1. Отработка техники выпрыгивания из воды 2. отбивание мяча одной рукой 3. Отработка технике защиты	1. Отработка техники выпрыгивания из воды 2. отбивание мяча одной рукой 3. отбивание мяча двумя руками 4. Отработка техники защиты

	3- я часть	Игра: Водное поло Свободное плавание	Игра: Водное поло Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
--	------------	---	---	--------------------	--------------------

ЯНВАРЬ	Занятия 1 - 2	Занятия 3 - 4		Занятия 5 - 6	Занятия 7 - 8
	Задачи				
	Развивать умения ориентироваться в пространстве, умение оценивать обстановку, ориентацию в пространстве.				
	Совершенствовать технику выпрыгивания, технику ловли мяча.				
	Обучать технике защиты.				
	Воспитывать чувство «Команды» и морально-волевые качества.				
Планируемые результаты					
Развить умение ориентироваться в пространстве, умение оценивать обстановку. Совершенствовать технику выпрыгивания и отбивания мяча. Обучать технике защиты. Воспитывать морально - волевые качества.					

ЯНВАРЬ	Виды деятельности				
	1 - ая вводная часть	Ходьба ,бег ,перестроение из одной в 2 колонны . Передвижение со сменой темпа движения. Остановка по звуковому сигнала			
	Общеразвивающие упражнения	1.Упражнения на укрепление верхнего плечевого пояса 2.Упражнения на укрепление мышц спины 3.Упражнения на тренировку вестибулярного аппарата.			
		1 - 2	3 - 4	5 - 6	7 - 8
	2 – ая часть Основные движения	К А Н И К У Л Ы	К А Н И К У Л Ы	1.Совершенствование - техники выпрыгивания из воды - отбивание мяча одной рукой 2.Отработка технике защиты	1.Совершенствование - техники выпрыгивания из воды - отбивание мяча одной рукой -отбивание мяча двумя руками 4. Отработка техники защиты
3- я часть	Игра: Водное поло Свободное плавание	Игра: Водное поло Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	

МАРТ	Занятия 1 - 2	Занятия 3 - 4	Занятия 5 - 6	Занятия 7 - 8
	Задачи			
	Развивать чувство «Команды», чувство ответственности за свою команду, умение оценивать обстановку на протяжении всей игры. Совершенствовать технику выпрыгивания, технику защиты, технику игры.			
	Планируемые результаты			
	Развить чувство «Команды», умение оценивать обстановку, предвидеть ситуацию. Совершенствовать технику выпрыгивания и защиты, технику игры . Воспитывать морально- волевые качества. Готовить к межгрупповым соревнованиям.			

МАРТ	Виды деятельности				
	1 - ая вводная часть	Ходьба ,бег ,перестроение из одной в 2 колонны . Передвижение со сменой темпа движения. Остановка по звуковому сигнала			
	Общеразвивающие упражнения	1.Упражнения на укрепление верхнего плечевого пояса 2.Упражнения на укрепление мышц спины 3.Упражнения на тренировку вестибулярного аппарата			
		1 - 2	3 - 4	5 - 6	7 - 8
	2 – ая часть Основные движения	1. Отработка техники выпрыгивания из воды 2. отбивание мяча одной рукой 3.отбивание мяча двумя руками 4. Отработка техники защиты	1. Отработка техники выпрыгивания из воды 2. отбивание мяча одной рукой 3.отбивание мяча двумя руками 4. Отработка техники защиты	1.Отработка в парах отбивание мяча одной рукой 3.отбивание мяча двумя руками 4. Отработка техники защиты	1.Отработка в парах отбивание мяча одной рукой 3.отбивание мяча двумя руками 4. Отработка техники защиты
	3- я часть	Игра: Водное поло Свободное плавание	Игра: Водное поло Свободное плавание	Водное поло	Водное поло

АПРЕЛЬ	Занятия 1 - 2	Занятия 3 - 4	Занятия 5 - 6	Занятия 7 - 8
	Задачи			
	Развивать скоростно-силовые навыки, выносливость, технику взаимодействия с игроками своей команды, умение оценивать обстановку на протяжении всей игры.			
	Обучать перемещение с мячом в руке, передачи мяча в парах.			
	Совершенствовать технику защиты, технику игры.			
Планируемые результаты				
Развить скоростно - силовые навыки ,выносливость .Совершенствовать технику взаимодействия с игроками своей команды и защиты, умение оценивать ситуацию на протяжении всей игры. Обучить перемещение с мячом в руке, передачи мяча в парах. Совершенствовать технику защиты, технику игры. Воспитывать морально - волевые качества. Готовить к межгрупповым соревнованиям.				

АПРЕЛЬ	Виды деятельности				
	1 - ая вводная часть	Ходьба ,бег ,перестроение из одной в 2 колонны . Передвижение со сменой темпа движения. Остановка по звуковому сигнала			
	Общеразвивающие упражнения	1.Упражнения на укрепление верхнего плечевого пояса 2.Упражнения на укрепление мышц спины 3.Упражнения на тренировку вестибулярного аппарата			
		1 - 2	3 - 4	5 - 6	7 - 8
	2 – ая часть Основные движения	1.Отработка в парах отбивание мяча одной рукой 3.отбивание мяча двумя руками 4. Отработка техники защиты	1.Отработка в парах отбивание мяча одной рукой 3.отбивание мяча двумя руками 4. Отработка техники защиты	1.Совершенствование техники игры и отработка отдельных элементов	1.Совершенствование техники игры и отработка отдельных элементов
3- я часть	Игра: Водное поло Свободное плавание	Игра: Водное поло Свободное плавание	Игра :Водное поло	Игра: Водное поло	

М А Й	Занятия 1 - 2	Занятия 3 - 4	Занятия 5 - 6	Занятия 7 - 8
	Задачи			
	Развивать скоростно-силовые навыки, вестибулярный аппарат, технику взаимодействия с игроками своей команды, умение оценивать обстановку на протяжении всей игры, скоростно - силовые навыки.			
	Обучать перемещению с мячом в руке, передаче мяча в парах.			
	Совершенствовать технику защиты, технику игры.			
Планируемые результаты				
Развить скоростно- силовые навыки ,выносливость .Совершенствовать технику взаимодействия с игроками своей команды и защиты, умение оценивать ситуацию на протяжении всей игры. Обучить перемещение с мячом в руке, передачи мяча в парах. Совершенствовать технику защиты, технику игры. Воспитывать морально- волевые качества. Готовить к межгрупповым соревнованиям.				

М А Й	Виды деятельности				
	1 - я вводная часть	Ходьба, бег ,перестроение из одной в 2 колонны . Передвижение со сменой темпа движения. Остановка по звуковому сигнала			
	Общеразвивающие упражнения	1.Упражнения на укрепление верхнего плечевого пояса 2.Упражнения на укрепление мышц спины 3.Упражнения на тренировку вестибулярного аппарата			
		1 - 2	3 - 4	5 - 6	7 - 8
	2 – ая часть Основные движения	1.Совершенствование техники игры и отработка отдельных элементов	1.Совершенствование техники игры и отработка отдельных элементов	1.Проведение открытых итоговых соревнований	1.ДИАГНОСТИКА
	3- я часть	Игра: Водное поло Свободное плавание	Игра: Водное поло Свободное плавание	Вручение сувениров	Свободное плавание

2.3 Обеспечение безопасности ОД по плаванию

До начала организации занятий по водному поло в бассейне детей надо ознакомить с правилами поведения в помещении бассейна и на воде. Все взрослые должны знать меры по оказанию помощи на воде и в любую минуту быть готовыми помочь детям.

Обеспечение безопасности при организации секции водное поло с детьми дошкольного возраста включает следующие правила:

- дополнительную образовательную деятельность в бассейне проводить в местах, полностью отвечающих всем требованиям безопасности и гигиены;
 - не допускать неорганизованного плавания и действий, которые могут привести к травмам, самовольных прыжков в воду и ныряния;
 - не разрешать детям толкать друг друга и погружать с головой в воду, садиться друг на друга, хватать за руки и за ноги, нырять навстречу друг другу, громко кричать, звать на помощь, когда она не требуется;
- допускать детей к дополнительной образовательной деятельности только с разрешения врача.

III. Организационный раздел

3.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение образовательного процесса

- Акулова О. В., Бабаева Т. И. Комплексная образовательная программа дошкольного образования «Детство». - Детство – Пресс, 2016 год.
- Грядкина Т. С. Образовательная область «Физическое развитие». - Детство – Пресс, 2016 год.
- Алямовская В.Г. Современные подходы к оздоровлению детей в дошкольном образовательном учреждении. Учебно-методическое пособие. - М.: Педагогический университет «Первое сентября», 2005 год.
- Булгакова Н.Ж. Игры у воды, на воде, под водой. – М.: Физкультура и спорт, 2000 год.
- Еремеева Л.Ф. Научите ребёнка плавать. - Детство - Пресс, 2005 год.
- Кардамонова Н.Н. Плавание: лечение и спорт. Серия «Панацея», Ростов на Дону: Феникс, 2001 год.
- Кашапов А.Н. Начальное обучение плаванию. - Ч.П., 2006 год.
- Маханева М.Д. Здоровый ребенок: Рекомендации по работе в детском саду и начальной школе: метод. Пособие. - М.: Физкультура и спорт, 1980 год.
- Осокина Т.И. Как научить детей плавать - М. 1985 год.
- Осокина Т.И. Тимофеева Е.А. Богина Т.Л. Обучение плаванию в детском саду. - М.; Просвещение, 1991 год.
- Сидорова И.В. Как научить ребёнка плавать.- Айрис - Пресс, 2011 год.
- Семёнов Ю.А. Навык плавания каждому. – М.: Физкультура и спорт. 1983 год.
- Тимофеева Е.А. Осокина Т.И. Обучение плаванию в д./с. М. - 2001 год.
- Булгакова Н.Ж. Водные виды спорта М.- 2003 год

3.2. Требования к организации развивающей предметно-пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная (РППС) бассейна оформлена и укомплектована таким образом, чтобы вызвать у воспитанников радость, заинтересованность. Бассейн оснащён необходимым оборудованием и инвентарём, что позволяет решать задачи по формированию основных навыков плавания и обучению игре «Водное поло», воспитания психофизических качеств, воспитания привычки и любви к

пользованию водой, потребности в дальнейших занятиях в спортивных секциях, формирование стойких гигиенических навыков.

РППС бассейна построена с учетом принципов, описанных в ООП ДО:

- содержательно–насыщенная, развивающая;
- трансформируемая;
- полифункциональная;
- вариативная;
- доступная;
- безопасная;
- здоровьесберегающая;
- эстетически привлекательная.

**Перечень
игрового спортивного оборудования в плавательном бассейне**

Наименование	Количество
Нудлсы	2
Игрушки, предметы - плавающие различных форм и размеров	15
Игрушки и предметы - тонущие различных форм и размеров	15
Ворота надувные	2
Мячи для игры водное поло	2
Латы	4
Доски для плавания	15
Лопатки для плавания	10 пар
Мячи резиновые разных размеров	15
Обручи плавающие (горизонтальные)	5
Очки для плавания	15

3.3. Взаимодействие с родителями

Одним из важных принципов технологии реализации программы секции «Водное поло» является совместное с родителями воспитание и развитие дошкольников, вовлечение родителей в образовательный процесс ДОО.

Задачи взаимодействия инструктора по физической культуре с семьями дошкольников

1. Познакомить родителей с особенностями физического развития детей старшего дошкольного возраста.
2. Показать родителям возможности физического развития ребенка в семье, помочь им в освоении методики укрепления здоровья ребенка в семье, приобщения ребенка к здоровому образу жизни.
3. Поддерживать интерес родителей к развитию собственного ребенка, умения оценить особенности его физического развития, видеть его индивидуальность.

Направления взаимодействия педагога с родителями:

- педагогический мониторинг;
- педагогическая поддержка;
- педагогическое образование родителей;
- совместная деятельность педагогов и родителей.

Содержание	Сроки проведения
Анкетирование родителей.	Сентябрь

Консультация в родительские уголки групп «Оздоровительный эффект плавания на организм ребенка»	
Выступление на групповых родительских собраниях «Годовые задачи секции» Индивидуальное консультирование родителей, имеющих детей с ОВЗ.	Октябрь
Выпуск информационного буклета для родителей «О пользе воды и занятий на воде для детей».	Ноябрь
Привлечение родителей к изготовлению нестандартного оборудования для занятий в секции	Декабрь
Совместная подготовка родителей и педагога к празднику на воде	Январь
Открытый показ занятия «Водное поло» для родителей	Февраль
Привлечение родителей к организации и проведению вводно – спортивного праздника «Водные истории» (старший дошкольный возраст)	Март
Организация соревнований между собой	Апрель
Открытые соревнования между командами	Май

IV. Приложение

4. 1. Педагогическая диагностика (мониторинг детского развития)

В соответствии с ФГОС ДО, с целью оценки педагогических действий и дальнейшего их планирования проводится педагогическая диагностика (мониторинг).

Полученные в ходе педагогической диагностики её результаты могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

- индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- оптимизации работы с группой детей.

Педагогическая диагностика осуществляется с помощью тестирования оценка коммуникативных качеств(работа ребенка в коллективе), оценка правильности выполнения элементов Водного пола(передачи, блоки, броски)

Оценка приобретенных умений игры водное поло проводится два раза в год. Допустимо проводить оценку и по мере решения каждой конкретной задачи обучения.

Передвижение в воде	Поднимание со дна предметов с открыванием глаз под водой.
	Плавание на груди с работой рук, с работой ног.
	Продвижение с плавательной доской на спине с работой ног.
Броски мяча двумя руками из-за головы	Попадания мяча в ворота с различного расстояния
Техники владения мячом	Игра Водное поло двумя командами

При оценке двигательных навыков детей, вводятся следующие обозначения.

2 - правильное выполнение, т. е. навык сформирован, автоматизирован. Ребенок сам выполняет упражнение.

1 - говорит о промежуточном положении, т.е. недостаточно правильном выполнении упражнения. Ребенок выполняет с помощью.

0 - указывает на неправильное выполнение движения. Ребенок не выполняет упражнение

4.2. Аннотация к рабочей программе по дополнительному образованию – секции «Водное поло»

Секция «Водное поло» плаванию в старшей и подготовительной группе осуществляется с учетом особенностей бассейна и адаптирована с учётом возрастных особенностей дошкольников.

Цель рабочей программы - является создание условий, в которой возможно формирование у детей дошкольного возраста, основ здорового образа жизни, развитие и совершенствование, всех физических качеств, привлечение максимального возможного числа мальчиков к систематическим занятиям водным поло, а также творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности, а именно – умение играть в водное поло, а также повышение интереса к командным видам спорта.

Задачи программы:

- приобщать ребенка к здоровому образу жизни;
- укреплять здоровье ребенка;
- совершенствовать опорно-двигательный аппарат;
- формировать правильную осанку.
- формировать двигательные умения и навыки;
- формировать знания о здоровом образе жизни;
- формировать знания о водных видах спорта;
- воспитывать двигательную культуру;
- воспитывать нравственно волевые качества, такие как смелость, настойчивость, уверенность в себе;
- воспитывать чувство заботы о своем здоровье.

В рабочей программе описаны принципы построения, методы и средства организации образовательной деятельности при обучении плаванию.

Рабочая программа разработана для детей старшего дошкольного возраста и рассчитана на 1 год обучения включает перспективное планирование по обучению дошкольников водному поло.

Программа рассматривает условия необходимые для обеспечения безопасности во время проведения занятий секции, даёт описание материально-технического обеспечения программы и способов взаимодействия с родителями воспитанников.