

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
города Нягани Детский сад №4 «Веснянка»**

**РАССМОТРЕНО**

на заседании педагогического совета

Протокол № 1

«30» августа 2024 г.

**СОГЛАСОВАНО**

на заседании

Управляющего совета

Протокол № 1

«02» сентября 2024 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

приказом от 29.09.2024 г.

№ 118

**Дополнительная общеразвивающая программа  
платной образовательной услуги  
физкультурно-спортивной  
направленности «Золотая рыбка»**

Возраст воспитанников: 4-5 лет (1 корпус)

Срок реализации: 1 год.

Автор-составитель:  
Матвеева Оксана Александровна,  
инструктор по физической культуре

г. Нягань, 2024

## Раздел 1. Пояснительная записка

Актуальность и новизна	Сохранение и укрепление здоровья детей занимает ведущее место в образовательном пространстве. Оздоровительное действие на организм детей дошкольного возраста оказывает плавание. Образовательный процесс в овладении плавательными навыками требует от детей усидчивости, концентрации внимания на выполнение каждого движения, а дети не любят монотонности и однообразия. Поэтому возникает необходимость поиска наиболее эффективных, нестандартных инновационных подходов к ее решению, создающих условия для расширения круга двигательных навыков и повышения функциональных возможностей организма, творческого самовыражения детей. Решением данной проблемы явилось использование комплекса упражнений аквааэробики. Дети с большой охотой и желанием выполняют упражнения под музыку.
Цель и задачи	Цель: удовлетворение индивидуальных потребностей воспитанников в занятиях физической культурой. Задачи: - формировать культуру здорового образа жизни; - создавать и обеспечивать необходимые условия для физического развития воспитанников; - формировать умения двигаться под музыку, самостоятельно составляя композицию; - развивать физические качества: силу, выносливость, гибкость, ловкость посредством аквааэробики.
Уровень сложности и направленность	Стартовый уровень сложности. Направленность: физкультурно-спортивная.
Категория воспитанников	Воспитанники: 4-5 лет.
Объем и срок освоения программы	Количество занятий для каждой возрастной категории: 62. Срок освоения: 1 год.
Форма обучения, особенности организации образовательной деятельности	Форму обучения: очная. Особенности: использование комплекса упражнений аквааэробики.
Отличительные особенности	1. Выделяется еще один академический час для занятий в бассейне. 2. Воспитанники выполняют упражнения в аэробном режиме под музыкальное сопровождение.
Условия реализации программы	Режим занятий определяется дополнительной общеразвивающей программой в соответствии с возрастными и психолого-педагогическими особенностями воспитанников, санитарными правилами и нормами. Занятия проводятся вне основной образовательной программы дошкольного образования. Продолжительность занятий соответствует требованиям СанПиН.

	После каждого занятия предусмотрен перерыв 10 минут. Строгих условий набора воспитанников в творческие объединения дополнительного образования детей нет. Воспитанники зачисляются по личному заявлению родителей (законных представителей).
Планируемые результаты освоения программы	Ребенок умеет: - выполнять упражнения по акваэробике в соответствии с возрастом; - самостоятельно подбирать элементы для танцевальных композиций в соответствии с возрастом.

## Раздел 2. Содержание программы

### Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное	1	1		Наблюдение
2.	Лодочка	1		1	Наблюдение
3.	Буксир	1		1	Наблюдение
4.	Лодочка и Буксир	1		1	Самостоятельная работа
5.	Лодочка и Буксир	1		1	Самостоятельная работа
6.	Водяной калейдоскоп	1		1	Наблюдение
7.	Водные затеи	1		1	Наблюдение
8.	Водяной калейдоскоп и Водные затеи	1		1	Самостоятельная работа
9.	Водяной калейдоскоп и Водные затеи	1		1	Самостоятельная работа
10.	Пружинка	1		1	Наблюдение
11.	Невод	1		1	Наблюдение
12.	Пружинка и Невод	1		1	Самостоятельная работа
13.	Пружинка и Невод	1		1	Самостоятельная работа
14.	Затейники	1		1	Наблюдение
15.	Кто дальше	1		1	Наблюдение
16.	Затейники и Кто дальше	1		1	Самостоятельная работа
17.	Затейники и Кто дальше	1		1	Самостоятельная работа
18.	Аквалангисты	1		1	Наблюдение
19.	Цепочка	1		1	Наблюдение
20.	Аквалангисты и Цепочка	1		1	Самостоятельная работа
21.	Аквалангисты и Цепочка	1		1	Самостоятельная работа
22.	Торпеда	1		1	Наблюдение
23.	Веселые дельфины	1		1	Наблюдение
24.	Торпеда и Веселые дельфины	1		1	Самостоятельная работа
25.	Торпеда и Веселые дельфины	1		1	Самостоятельная работа
26.	Стрелка	1		1	Наблюдение
27.	Поплавок	1		1	Наблюдение
28.	Стрелка и Поплавок	1		1	Самостоятельная работа
29.	Стрелка и Поплавок	1		1	Самостоятельная работа
30.	Догони меня	1		1	Наблюдение
31.	Рыбак и рыбки	1		1	Наблюдение
32.	Догони меня и Рыбак и рыбки	1		1	Самостоятельная работа

33.	Догони меня и Рыбак и рыбки	1		1	Самостоятельная работа
34.	Гуси	1		1	Наблюдение
35.	Найди клад	1		1	Наблюдение
36.	Гуси и Найди клад	1		1	Самостоятельная работа
37.	Гуси и Найди клад	1		1	Самостоятельная работа
38.	Сомбреро	1		1	Наблюдение
39.	Футбол	1		1	Наблюдение
40.	Сомбреро и Футбол	1		1	Самостоятельная работа
41.	Сомбреро и Футбол	1		1	Самостоятельная работа
42.	Щука и рыбки	1		1	Наблюдение
43.	Удочка	1		1	Наблюдение
44.	Щука и рыбки и Удочка	1		1	Самостоятельная работа
45.	Щука и рыбки и Удочка	1		1	Самостоятельная работа
46.	Насос	1		1	Наблюдение
47.	Салки (с мячом)	1		1	Наблюдение
48.	Насос и Салки (с мячом)	1		1	Самостоятельная работа
49.	Насос и Салки (с мячом)	1		1	Самостоятельная работа
50.	Лучший ныряльщик	1		1	Наблюдение
51.	Море волнуется	1		1	Наблюдение
52.	Лучший ныряльщик и Море волнуется	1		1	Самостоятельная работа
53.	Лучший ныряльщик и Море волнуется	1		1	Самостоятельная работа
54.	Веселые ребята	1		1	Наблюдение
55.	Сердитая рыбка	1		1	Наблюдение
56.	Веселые ребята и Сердитая рыбка	1		1	Самостоятельная работа
57.	Веселые ребята и Сердитая рыбка	1		1	Самостоятельная работа
58.	Оса	1		1	Наблюдение
59.	Водолаз	1		1	Наблюдение
60.	Оса и Водолаз	1		1	Самостоятельная работа
61.	Диагностика	1		1	Самостоятельная работа
62.	Диагностика	1		1	Самостоятельная работа

Содержание теоретических и практических занятий отражено в рабочей программе (приложение).

### Календарный учебный график (средней группы № 8)

№ п/п	Число	Месяц	Год	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	24	09	2024	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа	Беседа	1	Вводное	Бассейн	Наблюдение

				17.30-17.50 – II подгруппа 18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа 19.00-19.20 – V подгруппа					
2.	28	09	2024	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа 10.05-10.25 – II подгруппа 10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа 11.20-11.40 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Лодочка	Бассейн	Наблюдение
3.	01	10	2024	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа 17.30-17.50 – II подгруппа 18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа 19.00-19.20 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Буксир	Бассейн	Наблюдение
4.	05	10	2024	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа 10.05-10.25 – II подгруппа 10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа 11.20-11.40 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Лодочка и Буксир	Бассейн	Самостоятельная работа
5.	08	10	2024	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа 17.30-17.50 – II подгруппа 18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа 19.00-19.20 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Лодочка и Буксир	Бассейн	Самостоятельная работа
6.	12	10	2024	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа 10.05-10.25 – II подгруппа 10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа 11.20-11.40 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Водяной калейдоскоп	Бассейн	Наблюдение
7.	15	10	2024	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа 17.30-17.50 – II подгруппа 18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Водные затеи	Бассейн	Наблюдение

				19.00-19.20 – V подгруппа					
8.	19	10	2024	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа 10.05-10.25 – II подгруппа 10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа 11.20-11.40 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Водяной калейдоскоп и Водные затеи	Бассейн	Самостоятельная работа
9.	22	10	2024	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа 17.30-17.50 – II подгруппа 18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа 19.00-19.20 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Водяной калейдоскоп и Водные затеи	Бассейн	Самостоятельная работа
10.	26	10	2024	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа 10.05-10.25 – II подгруппа 10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа 11.20-11.40 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Пружинка	Бассейн	Наблюдение
11.	29	10	2024	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа 17.30-17.50 – II подгруппа 18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа 19.00-19.20 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Невод	Бассейн	Наблюдение
12.	02	11	2024	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа 10.05-10.25 – II подгруппа 10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа 11.20-11.40 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Пружинка и Невод	Бассейн	Самостоятельная работа
13.	05	11	2024	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа 17.30-17.50 – II подгруппа 18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа 19.00-19.20 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Пружинка и Невод	Бассейн	Самостоятельная работа
14.	09	11	2024	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа	Практическая деятельность	1	Затейники	Бассейн	Наблюдение

				10.05-10.25 – II подгруппа 10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа 11.20-11.40 – V подгруппа					
15.	12	11	2024	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа 17.30-17.50 – II подгруппа 18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа 19.00-19.20 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Кто дальше	Бассейн	Наблюдение
16.	16	11	2024	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа 10.05-10.25 – II подгруппа 10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа 11.20-11.40 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Затейники и Кто дальше	Бассейн	Самостоятельная работа
17.	19	11	2024	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа 17.30-17.50 – II подгруппа 18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа 19.00-19.20 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Затейники и Кто дальше	Бассейн	Самостоятельная работа
18.	23	11	2024	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа 10.05-10.25 – II подгруппа 10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа 11.20-11.40 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Аквалангисты	Бассейн	Наблюдение
19.	26	11	2024	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа 17.30-17.50 – II подгруппа 18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа 19.00-19.20 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Цепочка	Бассейн	Наблюдение
20.	30	11	2024	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа 10.05-10.25 – II подгруппа 10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Аквалангисты и Цепочка	Бассейн	Самостоятельная работа

				11.20-11.40 – V подгруппа					
21.	03	12	2024	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа 17.30-17.50 – II подгруппа 18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа 19.00-19.20 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Аквалангисты и Цепочка	Бассейн	Самостоятельная работа
22.	07	12	2024	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа 10.05-10.25 – II подгруппа 10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа 11.20-11.40 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Торпеда	Бассейн	Наблюдение
23.	10	12	2024	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа 17.30-17.50 – II подгруппа 18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа 19.00-19.20 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Веселые дельфины	Бассейн	Наблюдение
24.	14	12	2024	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа 10.05-10.25 – II подгруппа 10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа 11.20-11.40 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Торпеда и Веселые дельфины	Бассейн	Самостоятельная работа
25.	17	12	2024	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа 17.30-17.50 – II подгруппа 18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа 19.00-19.20 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Торпеда и Веселые дельфины	Бассейн	Самостоятельная работа
26.	21	12	2024	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа 10.05-10.25 – II подгруппа 10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа 11.20-11.40 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Стрелка	Бассейн	Наблюдение

27.	24	12	2024	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа 17.30-17.50 – II подгруппа 18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа 19.00-19.20 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Поплавок	Бассейн	Наблюдение
28.	28	12	2024	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа 10.05-10.25 – II подгруппа 10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа 11.20-11.40 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Стрелка и Поплавок	Бассейн	Самостоятельная работа
29.	11	01	2025	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа 10.05-10.25 – II подгруппа 10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа 11.20-11.40 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Стрелка и Поплавок	Бассейн	Самостоятельная работа
30.	14	01	2025	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа 17.30-17.50 – II подгруппа 18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа 19.00-19.20 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Догони меня	Бассейн	Наблюдение
31.	18	01	2025	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа 10.05-10.25 – II подгруппа 10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа 11.20-11.40 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Рыбак и рыбки	Бассейн	Наблюдение
32.	21	01	2025	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа 17.30-17.50 – II подгруппа 18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа 19.00-19.20 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Догони меня и Рыбак и рыбки	Бассейн	Самостоятельная работа
33.	25	01	2025	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа 10.05-10.25 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Догони меня и Рыбак и рыбки	Бассейн	Самостоятельная работа

				10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа 11.20-11.40 – V подгруппа					
34.	28	01	2025	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа 17.30-17.50 – II подгруппа 18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа 19.00-19.20 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Гуси	Бассейн	Наблюдение
35.	01	02	2025	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа 10.05-10.25 – II подгруппа 10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа 11.20-11.40 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Найди клад	Бассейн	Наблюдение
36.	04	02	2025	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа 17.30-17.50 – II подгруппа 18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа 19.00-19.20 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Гуси и Найди клад	Бассейн	Самостоятельная работа
37.	08	02	2025	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа 10.05-10.25 – II подгруппа 10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа 11.20-11.40 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Гуси и Найди клад	Бассейн	Самостоятельная работа
38.	11	02	2025	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа 17.30-17.50 – II подгруппа 18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа 19.00-19.20 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Сомбреро	Бассейн	Наблюдение
39.	15	02	2025	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа 10.05-10.25 – II подгруппа 10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа 11.20-11.40 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Футбол	Бассейн	Наблюдение

40.	18	02	2025	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа 17.30-17.50 – II подгруппа 18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа 19.00-19.20 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Сомbrero и Футбол	Бассейн	Самостоятельная работа
41.	22	02	2025	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа 10.05-10.25 – II подгруппа 10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа 11.20-11.40 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Сомbrero и Футбол	Бассейн	Самостоятельная работа
42.	25	02	2025	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа 17.30-17.50 – II подгруппа 18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа 19.00-19.20 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Щука и рыбки	Бассейн	Наблюдение
43.	01	03	2025	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа 10.05-10.25 – II подгруппа 10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа 11.20-11.40 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Удочка	Бассейн	Наблюдение
44.	04	03	2025	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа 17.30-17.50 – II подгруппа 18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа 19.00-19.20 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Щука и рыбки и Удочка	Бассейн	Самостоятельная работа
45.	11	03	2025	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа 17.30-17.50 – II подгруппа 18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа 19.00-19.20 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Щука и рыбки и Удочка	Бассейн	Самостоятельная работа
46.	15	03	2025	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа 10.05-10.25 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Насос	Бассейн	Наблюдение

				10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа 11.20-11.40 – V подгруппа					
47.	18	03	2025	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа 17.30-17.50 – II подгруппа 18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа 19.00-19.20 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Салки (с мячом)	Бассейн	Наблюдение
48.	22	03	2025	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа 10.05-10.25 – II подгруппа 10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа 11.20-11.40 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Насос и Салки (с мячом)	Бассейн	Самостоятельная работа
49.	25	03	2025	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа 17.30-17.50 – II подгруппа 18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа 19.00-19.20 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Насос и Салки (с мячом)	Бассейн	Самостоятельная работа
50.	29	03	2025	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа 10.05-10.25 – II подгруппа 10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа 11.20-11.40 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Лучший ныряльщик	Бассейн	Наблюдение
51.	01	04	2025	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа 17.30-17.50 – II подгруппа 18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа 19.00-19.20 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Море волнуется	Бассейн	Наблюдение
52.	05	04	2025	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа 10.05-10.25 – II подгруппа 10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа 11.20-11.40 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Лучший ныряльщик и Море волнуется	Бассейн	Самостоятельная работа

53.	08	04	2025	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа 17.30-17.50 – II подгруппа 18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа 19.00-19.20 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Лучший ныряльщик и Море волнуется	Бассейн	Самостоятельная работа
54.	12	04	2025	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа 10.05-10.25 – II подгруппа 10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа 11.20-11.40 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Веселые ребята	Бассейн	Наблюдение
55.	15	04	2025	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа 17.30-17.50 – II подгруппа 18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа 19.00-19.20 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Сердитая рыбка	Бассейн	Наблюдение
56.	19	04	2025	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа 10.05-10.25 – II подгруппа 10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа 11.20-11.40 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Веселые ребята и Сердитая рыбка	Бассейн	Самостоятельная работа
57.	22	04	2025	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа 17.30-17.50 – II подгруппа 18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа 19.00-19.20 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Веселые ребята и Сердитая рыбка	Бассейн	Самостоятельная работа
58.	26	04	2025	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа 10.05-10.25 – II подгруппа 10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа 11.20-11.40 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Оса	Бассейн	Наблюдение
59.	29	04	2025	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа 17.30-17.50 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Водолаз	Бассейн	Наблюдение

				18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа 19.00-19.20 – V подгруппа					
60.	03	05	2025	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа 10.05-10.25 – II подгруппа 10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа 11.20-11.40 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Оса и Водолаз	Бассейн	Самостоятельная работа
61.	06	05	2025	8 группа: 17.00-17.20 – I подгруппа 17.30-17.50 – II подгруппа 18.00-18.20 – III подгруппа 18.30-18.50 – IV подгруппа 19.00-19.20 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Диагностика	Бассейн	Самостоятельная работа
62.	10	05	2025	8 группа: 09.40 -10.00 – I подгруппа 10.05-10.25 – II подгруппа 10.30-10.50 – III подгруппа 10.55-11.15 – IV подгруппа 11.20-11.40 – V подгруппа	Практическая деятельность	1	Диагностика	Бассейн	Самостоятельная работа

### Раздел 3. Организационно-педагогические условия

<b>Кадровые условия</b>	Количество педагогов, оказывающих услугу: 1 Общий стаж: 26 лет. Педагогический стаж: 18 лет. Категория: высшая
<b>Материально-технические условия</b>	Помещение: бассейн 1. Технические средства: - колонка. 2. Оборудование для занятий: - нудулсы; - мячи; - гимнастические палки; - обручи.
<b>Учебно-методические условия</b>	Нет

### Раздел 4. Оценка качества

Уровень освоения дополнительной общеразвивающей программы отслеживается по диагностике Е.В. Матыгиной.

### Список литературы

1. Чеменева А.А. Система обучения плаванию детей дошкольного возраста. – Санкт-Петербург: Детство-пресс, 2011.
2. [ozgdou28.edumsko.ru/uploads](http://ozgdou28.edumsko.ru/uploads)

## Рабочая программа

## Содержание теоретических и практических занятий (4-5 лет)

№ п/п	Тема	Содержание теоретического занятия	Содержание практического занятия
1	Вводное	Знакомство с правилами безопасного поведения, в бассейне и на воде. Знакомство с элементами аквааэробики.	
2	Лодочка		1. Формировать умение выполнять упражнение «Лодочка» под музыку.
3	Буксир		1. Формировать умение выполнять упражнение «Буксир» под музыку.
4	Лодочка и Буксир		1. Развивать умения выполнять упражнения: «Лодочка» и «Буксир» под музыку. 2. Развивать пластику движений.
5	Лодочка и Буксир		1. Формировать умения соединять в композицию упражнения: «Лодочка» и «Буксир» под музыку, развивать чувства ритма. 2. Развивать творческие способности.
6	Водяной калейдоскоп		1. Формировать умение выполнять упражнение «Водяной калейдоскоп» под музыку.
7	Водные затеи		1. Формировать умение выполнять упражнение «Водные затеи» под музыку.
8	Водяной калейдоскоп и Водные затеи		1. Развивать умения выполнять упражнения: «Водяной калейдоскоп» и «Водные затеи» под музыку. 2. Развивать пластику движений.
9	Водяной калейдоскоп и Водные затеи		1. Формировать умения соединять в композицию упражнения: «Водяной калейдоскоп» и «Водные затеи» под музыку, развивать чувства ритма. 2. Развивать творческие способности.
10	Пружинка		1. Формировать умение выполнять упражнение «Пружинка» под музыку.
11	Невод		1. Формировать умение выполнять упражнение «Невод» под музыку.
12	Пружинка и Невод		1. Развивать умения выполнять упражнения: «Пружинка» и «Невод» под музыку.

			2. Развивать пластику движений.
13	Пружинка и Невод		1. Формировать умения соединять в композицию упражнения: «Пружинка» и «Невод» под музыку, развивать чувства ритма. 2. Развивать творческие способности.
14	Затейники		1. Формировать умение выполнять упражнение «Затейники» под музыку.
15	Кто дальше		1. Формировать умение выполнять упражнение «Кто дальше» под музыку.
16	Затейники и Кто дальше		1. Развивать умения выполнять упражнения: «Затейники» и «Кто дальше» под музыку. 2. Развивать пластику движений.
17	Затейники и Кто дальше		1. Формировать умения соединять в композицию упражнения: «Затейники» и «Кто дальше» под музыку, развивать чувства ритма. 2. Развивать творческие способности.
18	Аквалангисты		1. Формировать умение выполнять упражнение «Аквалангисты» под музыку.
19	Цепочка		1. Формировать умение выполнять упражнение «Цепочка» под музыку.
20	Аквалангисты и Цепочка		1. Развивать умения выполнять упражнения: «Аквалангисты» и «Цепочка» под музыку. 2. Развивать пластику движений.
21	Аквалангисты и Цепочка		1. Формировать умения соединять в композицию упражнения: «Аквалангисты» и «Цепочка» под музыку, развивать чувства ритма. 2. Развивать творческие способности.
22	Торпеда		1. Формировать умение выполнять упражнение «Торпеда» под музыку.
23	Веселые дельфины		1. Формировать умение выполнять упражнение «Веселые дельфины» под музыку.
24	Торпеда и Веселые дельфины		1. Развивать умения выполнять упражнения: «Торпеда» и «Веселые дельфины» под музыку. 2. Развивать пластику движений.
25	Торпеда и Веселые дельфины		1. Формировать умения соединять в композицию упражнения: «Торпеда» и «Веселые дельфины» под музыку, развивать чувства

			ритма 2. Развивать творческие способности.
26	Стрелка		1. Формировать умение выполнять упражнение «Стрелка» под музыку.
27	Поплавок		1. Формировать умение выполнять упражнение «Поплавок» под музыку.
28	Стрелка и Поплавок		1. Развивать умения выполнять упражнения: «Стрелка» и «Поплавок» под музыку. 2. Развивать пластику движений.
29.	Стрелка и Поплавок		1. Формировать умения соединять в композицию упражнения «Стрелка» и «Поплавок» под музыку, развивать чувства ритма. 2. Развивать творческие способности.
30.	Догони меня		1. Формировать умение выполнять упражнение «Догони меня» под музыку.
31.	Рыбак и рыбки		1. Формировать умение выполнять упражнение «Рыбак и рыбки» под музыку.
32.	Догони меня и Рыбак и рыбки		1. Развивать умения выполнять упражнения: «Догони меня» и «Рыбак и рыбки» под музыку. 2. Развивать пластику движений.
33.	Догони меня и Рыбак и рыбки		1. Формировать умения соединять в композицию упражнения: «Догони меня» и «Рыбак и рыбки» под музыку, развивать чувства ритма. 2. Развивать творческие способности.
34.	Гуси		1. Формировать умение выполнять упражнение «Гуси» под музыку.
35.	Найди клад		1. Формировать умение выполнять упражнение «Найди клад» под музыку.
36.	Гуси и Найди клад		1. Развивать умения выполнять упражнения: «Гуси» и «Найди клад» под музыку. 2. Развивать пластику движений.
37.	Гуси и Найди клад		1. Формировать умения соединять в композицию упражнения: «Гуси» и «Найди клад» под музыку, развивать чувства ритма. 2. Развивать творческие способности.
38.	Сомбреро		1. Формировать умение выполнять упражнение «Сомбреро» под

			музыку.
39.	Футбол		1. Формировать умение выполнять упражнение «Футбол» под музыку.
40.	Сомбреро и Футбол		1.Развивать умения выполнять упражнения: «Сомбреро» и «Футбол» под музыку. 2. Развивать пластику движений.
41.	Сомбреро и Футбол		1. Формировать умения соединять в композицию упражнения: «Сомбреро» и «Футбол» под музыку, развивать чувства ритма. 2. Развивать творческие способности.
42.	Щука и рыбки		1. Формировать умение выполнять упражнение «Щука и рыбки» под музыку.
43.	Удочка		1. Формировать умение выполнять упражнение «Удочка» под музыку.
44.	Щука и рыбки и Удочка		1.Развивать умения выполнять упражнения: «Щука и рыбки» и «Удочка» под музыку. 2. Развивать пластику движений.
45.	Щука и рыбки и Удочка		1. Формировать умения соединять в композицию упражнения: «Щука и рыбки» и «Удочка» под музыку, развивать чувства ритма. 2. Развивать творческие способности.
46.	Насос		1. Формировать умение выполнять упражнение «Насос» под музыку.
47.	Салки (с мячом)		1. Формировать умение выполнять упражнение «Салки (с мячом)» под музыку.
48.	Насос и Салки (с мячом)		1.Развивать умения выполнять упражнения: «Насос» и «Салки (с мячом)» под музыку. 2. Развивать пластику движений.
49.	Насос и Салки (с мячом)		1. Формировать умения соединять в композицию упражнения: «Насос» и «Салки (с мячом)» под музыку, развивать чувства ритма. 2. Развивать творческие способности.
50.	Лучший ныряльщик		1. Формировать умение выполнять упражнение «Лучший ныряльщик» под музыку.
51.	Море волнуется		1. Формировать умение выполнять упражнение «Море волнуется» под музыку.
52.	Лучший ныряльщик и Море волнуется		1.Развивать умения выполнять упражнения: «Лучший ныряльщик» и «Море волнуется» под музыку.

			2. Развивать пластику движений.
53.	Лучший ныряльщик и Море волнуется		1. Формировать умения соединять в композицию упражнения: «Лучший ныряльщик» и «Море волнуется» под музыку, развивать чувства ритма. 2. Развивать творческие способности.
54.	Веселые ребята		1. Формировать умение выполнять упражнение «Веселые ребята» под музыку.
55.	Сердитая рыбка		1. Формировать умение выполнять упражнение «Сердитая рыбка» под музыку.
56.	Веселые ребята и Сердитая рыбка		1. Развивать умения выполнять упражнения: «Веселые ребята» и «Сердитая рыбка» под музыку.
57.	Веселые ребята и Сердитая рыбка		1. Формировать умения соединять в композицию упражнения: «Веселые ребята» и «Сердитая рыбка» под музыку, развивать чувства ритма. 2. Развивать творческие способности.
58.	Оса		1. Формировать умение выполнять упражнение «Оса» под музыку.
59.	Водолазы		1. Формировать умение выполнять упражнение «Водолазы» под музыку.
60.	Оса и Водолазы		1. Развивать умения выполнять упражнения: «Оса» и «Водолазы» под музыку.
61.	Диагностика		1. Выявить уровень освоения упражнений по акваэробике.
62.	Диагностика		1. Выявить уровень освоения упражнений по акваэробике.

### Диагностика

**Цель:** выявление уровня освоения упражнений по акваэробике.

**Критерии:**

- **высокий** – ребенок выполняет самостоятельно изученные упражнения по акваэробике, умеет соединять упражнения в композиции;
- **средний** – ребенок выполняет изученные упражнения по акваэробике и соединяет упражнения в композиции с помощью педагога;
- **низкий** – ребенок не выполняет изученные упражнения по акваэробике, не может соединить упражнения в композиции.

№	Фамилия, имя ребенка	Упражнения по акваэробике	Соединение упражнений в композицию