

**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 20.09.24г.  
№ 118

**Дополнительная общеразвивающая  
программа  
платных образовательных услуг  
физкультурно-спортивной  
направленности «Золотая рыбка»**

Возраст воспитанников: 6-7 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: 6-7 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.	Вальс снежинок	1		1	Наблюдение
3.	Капельки в обручах	1		1	Наблюдение
4.	Вальс снежинок и Капельки в обручах	1		1	Самостоятельная работа
5.	Вальс снежинок и Капельки в обручах	1		1	Самостоятельная работа
6.	Маятник	1		1	Наблюдение
7.	Морской конек	1		1	Наблюдение
8.	Маятник и Морской конек	1		1	Самостоятельная работа
9.	Маятник и Морской конек	1		1	Самостоятельная работа
10.	Солнышко лучистое	1		1	Наблюдение
11.	Водолазы	1		1	Наблюдение
12.	Солнышко лучистое и Водолазы	1		1	Самостоятельная работа
13.	Солнышко лучистое и Водолазы	1		1	Самостоятельная работа
14.	Хоровод	1		1	Наблюдение
15.	Циркачи	1		1	Наблюдение
16.	Хоровод и Циркачи	1		1	Самостоятельная работа
17.	Хоровод и Циркачи	1		1	Самостоятельная работа
18.	Самолеты	1		1	Наблюдение
19.	Русалочки	1		1	Наблюдение
20.	Самолеты и Русалочки	1		1	Самостоятельная работа
21.	Самолеты и Русалочки	1		1	Самостоятельная работа
22.	Утки-нырки	1		1	Наблюдение
23.	Рыбки в океане	1		1	Наблюдение
24.	Утки-нырки и Рыбки в океане	1		1	Самостоятельная работа
25.	Утки-нырки и Рыбки в океане	1		1	Самостоятельная работа
26.	Медуза	1		1	Наблюдение
27.	Звезда	1		1	Наблюдение
28.	Медуза и Звезда	1		1	Самостоятельная работа
29.	Медуза и Звезда	1		1	Самостоятельная работа
30.	У кого больше пузырей?	1		1	Наблюдение
31.	Ваньки-Встаньки	1		1	Наблюдение

32.	У кого больше пузырей? и Ваньки-Встаньки	1		1	Самостоятельная работа
33.	У кого больше пузырей? и Ваньки-Встаньки	1		1	Самостоятельная работа
34.	Качели	1		1	Наблюдение
35.	Сердитая рыбка	1		1	Наблюдение
36.	Качели и Сердитая рыбка	1		1	Самостоятельная работа
37.	Качели и Сердитая рыбка	1		1	Самостоятельная работа
38.	Удочка	1		1	Наблюдение
39.	Мячики	1		1	Наблюдение
40.	Удочка и Мячики	1		1	Самостоятельная работа
41.	Удочка и Мячики	1		1	Самостоятельная работа
42.	Бегом за мечом!	1		1	Наблюдение
43.	Волейбол на воде	1		1	Наблюдение
44.	Бегом за мечом! и Волейбол на воде	1		1	Самостоятельная работа
45.	Бегом за мечом! и Волейбол на воде	1		1	Самостоятельная работа
46.	Моторная лодка	1		1	Наблюдение
47.	Завладей мячом	1		1	Наблюдение
48.	Моторная лодка и Завладей мячом	1		1	Самостоятельная работа
49.	Моторная лодка и Завладей мячом	1		1	Самостоятельная работа
50.	Водное поло	1		1	Наблюдение
51.	Пушбол	1		1	Наблюдение
52.	Водное поло и Пушбол	1		1	Самостоятельная работа
53.	Водное поло и Пушбол	1		1	Самостоятельная работа
54.	Караси и карпы	1		1	Наблюдение
55.	Винт	1		1	Наблюдение
56.	Караси и карпы и Винт	1		1	Самостоятельная работа
57.	Караси и карпы и Винт	1		1	Самостоятельная работа
58.	Буксир	1		1	Наблюдение
59.	Белые медведи	1		1	Наблюдение
60.	Буксир и Белые медведи	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 (подготовительные к школе группы №2)

п/п	Число	Месяц	Год	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
-----	-------	-------	-----	--------------------------	---------------	--------------	--------------	------------------	----------------

1.	25	09	202	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа 18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа	Беседа	1	Вводное	Бассейн	Наблюдение
2.	28	09	2024	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа 16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Вальс снежинок	Бассейн	Наблюдение
3.	02	10	2024	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа 18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Капельки в обручах	Бассейн	Наблюдение
4.	05	10	2024	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа 16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Вальс снежинок и Капельки в обручах	Бассейн	Самостоятельная работа
5.	09	10	2024	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа 18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Вальс снежинок и Капельки в обручах	Бассейн	Самостоятельная работа
6.	12	10	2024	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа 16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Маятник	Бассейн	Наблюдение
7.	16	10	2024	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа 18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Морской конек	Бассейн	Наблюдение
8.	19	10	2024	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Маятник и Морской конек	Бассейн	Самостоятельная работа

				16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа					
9.	23	10	2024	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа 18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Маятник и Морской конек	Бассейн	Самостоятельная работа
10.	26	10	2024	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа 16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Солнышко лучистое	Бассейн	Наблюдение
11.	30	10	2024	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа 18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Водолазы	Бассейн	Наблюдение
12.	02	11	2024	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа 16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Солнышко лучистое и Водолазы	Бассейн	Самостоятельная работа
13.	06	11	2024	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа 18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Солнышко лучистое и Водолазы	Бассейн	Самостоятельная работа
14.	09	11	2024	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа 16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Хоровод	Бассейн	Наблюдение
15.	13	11	2024	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа 18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Циркачи	Бассейн	Наблюдение

16.	16	11	2024	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа 16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Хоровод и Циркачи	Бассейн	Самостоятельная работа
17.	20	11	2024	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа 18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Хоровод и Циркачи	Бассейн	Самостоятельная работа
18.	23	11	2024	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа 16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Самолеты	Бассейн	Наблюдение
19.	27	11	2024	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа 18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Русалочки	Бассейн	Наблюдение
20.	30	11	2024	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа 16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Самолеты и Русалочки	Бассейн	Самостоятельная работа
21.	04	12	2024	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа 18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Самолеты и Русалочки	Бассейн	Самостоятельная работа
22.	07	12	2024	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа 16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Утки-нырки	Бассейн	Наблюдение
23.	11	12	2024	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Рыбки в океане	Бассейн	Наблюдение

				18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа					
24.	14	12	2024	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа 16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Утки-нырки и Рыбки в океане	Бассейн	Самостоятельная работа
25.	18	12	2024	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа 18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Утки-нырки и Рыбки в океане	Бассейн	Самостоятельная работа
26.	21	12	2024	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа 16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Медуза	Бассейн	Наблюдение
27.	25	12	2024	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа 18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Звезда	Бассейн	Наблюдение
28.	28	12	2024	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа 16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Медуза и Звезда	Бассейн	Самостоятельная работа
29.	11	01	2025	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа 16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Медуза и Звезда	Бассейн	Самостоятельная работа
30.	15	01	2025	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа 18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	У кого больше пузырей?	Бассейн	Наблюдение

31.	18	01	2025	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа 16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Ваньки-Встаньки	Бассейн	Наблюдение
32.	22	01	2025	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа 18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	У кого больше пузырей? и Ваньки- Встаньки	Бассейн	Самостоятельная работа
33.	25	01	2025	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа 16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	У кого больше пузырей? и Ваньки- Встаньки	Бассейн	Самостоятельная работа
34.	29	01	2025	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа 18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Качели	Бассейн	Наблюдение
35.	01	02	2025	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа 16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Сердитая рыбка	Бассейн	Наблюдение
36.	05	02	2025	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа 18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Качели и Сердитая рыбка	Бассейн	Самостоятельная работа
37.	08	02	2025	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа 16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Качели и Сердитая рыбка	Бассейн	Самостоятельная работа
38.	12	02	2025	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Удочка	Бассейн	Наблюдение

				18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа					
39.	15	02	2025	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа 16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Мячики	Бассейн	Наблюдение
40.	19	02	2025	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа 18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Удочка и Мячики	Бассейн	Самостоятельная работа
41.	22	02	2025	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа 16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Удочка и Мячики	Бассейн	Самостоятельная работа
42.	26	02	2025	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа 18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Бегом за мечом!	Бассейн	Наблюдение
43.	01	03	2025	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа 16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Волейбол на воде	Бассейн	Наблюдение
44.	05	03	2025	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа 18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Бегом за мечом! и Волейбол на воде	Бассейн	Самостоятельная работа
45.	12	03	2025	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа 18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Бегом за мечом! и Волейбол на воде	Бассейн	Самостоятельная работа

46.	15	03	2025	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа 16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Моторная лодка	Бассейн	Наблюдение
47.	19	03	2025	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа 18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Завладей мячом	Бассейн	Наблюдение
48.	22	03	2025	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа 16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Моторная лодка и Завладей мячом	Бассейн	Самостоятельная работа
49.	26	03	2025	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа 18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Моторная лодка и Завладей мячом	Бассейн	Самостоятельная работа
50.	29	03	2025	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа 16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Водное поло	Бассейн	Наблюдение
51.	02	04	2025	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа 18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Пушбол	Бассейн	Наблюдение
52.	05	04	2025	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа 16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Водное поло и Пушбол	Бассейн	Самостоятельная работа
53.	09	04	2025	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Водное поло и Пушбол	Бассейн	Самостоятельная работа

				18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа					
54.	12	04	2025	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа 16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Караси и карпы	Бассейн	Наблюдение
55.	16	04	2025	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа 18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Винт	Бассейн	Наблюдение
56.	19	04	2025	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа 16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Караси и карпы и Винт	Бассейн	Самостоятельная работа
57.	23	04	2025	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа 18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Караси и карпы и Винт	Бассейн	Самостоятельная работа
58.	26	04	2025	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа 16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Буксир	Бассейн	Наблюдение
59.	03	05	2025	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа 16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Белые медведи	Бассейн	Наблюдение
60.	07	05	2025	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа 18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Буксир и Белые медведи	Бассейн	Самостоятельная работа

61.	10	05	2025	2 группа: 15.45-16.15 – I подгруппа 16.20-16.50 – II подгруппа 16.55-17.25 – III подгруппа 17.30-18.00 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Диагностика	Бассейн	Самостоятельная работа
62.	14	05	2025	2 группа: 17.00-17.30 – I подгруппа 17.40-18.10 – II подгруппа 18.20-18.50 – III подгруппа 19.00-19.30 – IV подгруппа	Практическая деятельность	1	Диагностика	Бассейн	Самостоятельная работа

### Календарный учебный график (подготовительные к школе группы № 7)

п/п	Число	Месяц	Год	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	23	09	2024	7 группа: 19.00-19.30 – I подгруппа	Беседа	1	Вводное	Бассейн	Наблюдение
	27	09	2024	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					
2.	28	09	2024	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Вальс снежинок	Бассейн	Наблюдение
3.	07	10	2024	7 группа: 19.00-19.30 – I подгруппа	Практическая деятельность	1	Капельки в обручах	Бассейн	Наблюдение
	04	10	2024	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					
4.	05	10	2024	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Вальс снежинок и Капельки в обручах	Бассейн	Самостоятельная работа
5.	14	10	2024	7 группа: 19.00-19.30 – I подгруппа	Практическая деятельность	1	Вальс снежинок и Капельки в обручах	Бассейн	Самостоятельная работа
	11	10	2024	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					
6.	12	10	2024	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Маятник	Бассейн	Наблюдение
7.	21	10	2024	7 группа:	Практическая	1	Морской конек	Бассейн	Наблюдение

				19.00-19.30 – I подгруппа	деятельность				
	18	10	2024	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					
8.	19	10	2024	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Маятник и Морской конек	Бассейн	Самостоятельная работа
9.	28	10	2024	7 группа: 19.00-19.30 – I подгруппа	Практическая деятельность	1	Маятник и Морской конек	Бассейн	Самостоятельная работа
	25	10	2024	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					
10.	26	10	2024	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Солнышко лучистое	Бассейн	Наблюдение
11.	11	11	2024	7 группа: 19.00-19.30 – I подгруппа	Практическая деятельность	1	Водолазы	Бассейн	Наблюдение
	01	11	2024	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					
12.	02	11	2024	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Солнышко лучистое и Водолазы	Бассейн	Самостоятельная работа
13.	18	11	2024	7 группа: 19.00-19.30 – I подгруппа	Практическая деятельность	1	Солнышко лучистое и Водолазы	Бассейн	Самостоятельная работа
	08	11	2024	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					
14.	09	11	2024	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Хоровод	Бассейн	Наблюдение
15.	25	11	2024	7 группа: 19.00-19.30 – I подгруппа	Практическая деятельность	1	Циркачи	Бассейн	Наблюдение
	15	11	2024	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					
16.	16	11	2024	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Хоровод и Циркачи	Бассейн	Самостоятельная работа
17.	02	12	2024	7 группа: 19.00-19.30 – I подгруппа	Практическая деятельность	1	Хоровод и Циркачи	Бассейн	Самостоятельная работа
	22	11	2024	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					

18.	23	11	2024	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Самолеты	Бассейн	Наблюдение
19.	09	12	2024	7 группа: 19.00-19.30 – I подгруппа	Практическая деятельность	1	Русалочки	Бассейн	Наблюдение
	29	11	2024	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					
20.	30	11	2024	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Самолеты и Русалочки	Бассейн	Самостоятельная работа
21.	16	12	2024	7 группа: 19.00-19.30 – I подгруппа	Практическая деятельность	1	Самолеты и Русалочки	Бассейн	Самостоятельная работа
	06	12	2024	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					
22.	07	12	2024	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Утки-нырки	Бассейн	Наблюдение
23.	23	12	2024	7 группа: 19.00-19.30 – I подгруппа	Практическая деятельность	1	Рыбки в океане	Бассейн	Наблюдение
	13	12	2024	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					
24.	14	12	2024	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Утки-нырки и Рыбки в океане	Бассейн	Самостоятельная работа
25.	13	01	2025	7 группа: 19.00-19.30 – I подгруппа	Практическая деятельность	1	Утки-нырки и Рыбки в океане	Бассейн	Самостоятельная работа
	20	12	2024	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					
26.	21	12	2024	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Медуза	Бассейн	Наблюдение
27.	20	01	2025	7 группа: 19.00-19.30 – I подгруппа	Практическая деятельность	1	Звезда	Бассейн	Наблюдение
	27	12	2024	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					
28.	28	12	2024	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Медуза и Звезда	Бассейн	Самостоятельная работа

29.	27	01	2025	7 группа: 19.00-19.30 – I подгруппа	Практическая деятельность	1	Медуза и Звезда	Бассейн	Самостоятельная работа
	10	01	2025	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					
30.	11	01	2025	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	У кого больше пузырей?	Бассейн	Наблюдение
31.	03	02	2025	7 группа: 19.00-19.30 – I подгруппа	Практическая деятельность	1	Ваньки-Встаньки	Бассейн	Наблюдение
	17	01	2025	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					
32.	18	01	2025	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	У кого больше пузырей? и Ваньки- Встаньки	Бассейн	Самостоятельная работа
33.	10	02	2025	7 группа: 19.00-19.30 – I подгруппа	Практическая деятельность	1	У кого больше пузырей? и Ваньки- Встаньки	Бассейн	Самостоятельная работа
	24	01	2025	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					
34.	25	01	2025	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Качели	Бассейн	Наблюдение
35.	17	02	2025	7 группа: 19.00-19.30 – I подгруппа	Практическая деятельность	1	Сердитая рыбка	Бассейн	Наблюдение
	31	01	2025	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					
36.	01	02	2025	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Качели и Сердитая рыбка	Бассейн	Самостоятельная работа
37.	24	02	2025	7 группа: 19.00-19.30 – I подгруппа	Практическая деятельность	1	Качели и Сердитая рыбка	Бассейн	Самостоятельная работа
	07	02	2025	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					
38.	08	02	2025	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Удочка	Бассейн	Наблюдение
39.	03	03	2025	7 группа: 19.00-19.30 – I подгруппа	Практическая деятельность	1	Мячики	Бассейн	Наблюдение

	14	02	2025	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					
40.	15	02	2025	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Удочка и Мячики	Бассейн	Самостоятельная работа
41.	10	03	2025	7 группа: 19.00-19.30 – I подгруппа	Практическая деятельность	1	Удочка и Мячики	Бассейн	Самостоятельная работа
	21	02	2025	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					
42.	22	02	2025	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Бегом за мечом!	Бассейн	Наблюдение
43.	17	03	2025	7 группа: 19.00-19.30 – I подгруппа	Практическая деятельность	1	Волейбол на воде	Бассейн	Наблюдение
	28	02	2025	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					
44.	01	03	2025	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Бегом за мечом! и Волейбол на воде	Бассейн	Самостоятельная работа
45.	24	03	2025	7 группа: 19.00-19.30 – I подгруппа	Практическая деятельность	1	Бегом за мечом! и Волейбол на воде	Бассейн	Самостоятельная работа
	07	03	2025	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					
46.	15	03	2025	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Моторная лодка	Бассейн	Наблюдение
47.	31	03	2025	7 группа: 19.00-19.30 – I подгруппа	Практическая деятельность	1	Завладей мячом	Бассейн	Наблюдение
	14	03	2025	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					
48.	22	03	2025	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Моторная лодка и Завладей мячом	Бассейн	Самостоятельная работа
49.	07	04	2025	7 группа: 19.00-19.30 – I подгруппа	Практическая деятельность	1	Моторная лодка и Завладей мячом	Бассейн	Самостоятельная работа
	21	03	2025	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					

50.	29	03	2025	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Водное поло	Бассейн	Наблюдение
51.	07	04	2025	7 группа: 19.00-19.30 – I подгруппа	Практическая деятельность	1	Пушбол	Бассейн	Наблюдение
	28	03	2025	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					
52.	05	04	2025	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Водное поло и Пушбол	Бассейн	Самостоятельная работа
53.	14	04	2025	7 группа: 19.00-19.30 – I подгруппа	Практическая деятельность	1	Водное поло и Пушбол	Бассейн	Самостоятельная работа
	04	04	2025	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					
54.	12	04	2025	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Караси и карпы	Бассейн	Наблюдение
55.	21	04	2025	7 группа: 19.00-19.30 – I подгруппа	Практическая деятельность	1	Винт	Бассейн	Наблюдение
	11	04	2025	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					
56.	19	04	2025	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Караси и карпы и Винт	Бассейн	Самостоятельная работа
57.	28	04	2025	7 группа: 19.00-19.30 – I подгруппа	Практическая деятельность	1	Караси и карпы и Винт	Бассейн	Самостоятельная работа
	18	04	2025	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					
58.	26	04	2025	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Буксир	Бассейн	Наблюдение
59.	05	05	2025	7 группа: 19.00-19.30 – I подгруппа	Практическая деятельность	1	Белые медведи	Бассейн	Наблюдение
	25	04	2025	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					
60.	17	05	2025	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II подгруппа	Практическая деятельность	1	Буксир и Белые медведи	Бассейн	Самостоятельная работа

61.	12	05	2025	7 группа: 19.00-19.30 – I подгруппа	Практическая деятельность	1	Диагностика	Бассейн	Самостоятельная работа
	16	05	2025	7 группа: 19.00-19.30 – II подгруппа					
62.	24	05	2025	7 группа: 18.05-18.35 – I подгруппа 18.40-19.10 – II 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. Чеменова А.А. Система обучения плаванию детей дошкольного возраста. – Санкт-Петербург: Детство-пресс, 2011.
2. [ozgdou28.edumsko.ru/uploads](http://ozgdou28.edumsko.ru/uploads)

### Содержание теоретических и практических занятий (6-7 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.	Вальс снежинок		1. Формировать умение выполнять упражнение «Вальс снежинок» под музыку.
3.	Капельки в обручах		1. Формировать умение выполнять упражнение «Капельки в обручах» под музыку.
4.	Вальс снежинок и Капельки в обручах		1. Развивать умения выполнять упражнения: «Вальс снежинок» и «Капельки в обручах» под музыку. 2. Развивать пластику движений.
5.	Вальс снежинок и Капельки в обручах		1. Формировать умения соединять в композицию упражнения: «Вальс снежинок» и «Капельки в обручах» под музыку, развивать чувства ритма. 2. Развивать творческие способности.
6.	Маятник		1. Формировать умение выполнять упражнение «Маятник» под музыку.
7.	Морской конек		1. Формировать умение выполнять упражнение «Морской конек» под музыку.
8.	Маятник и Морской конек		1. Развивать умения выполнять упражнения: «Маятник» и «Морской конек» под музыку. 2. Развивать пластику движений.
9.	Маятник и Морской конек		1. Формировать умения соединять в композицию упражнения: «Маятник» и «Морской конек» под музыку, развивать чувства ритма. 2. Развивать творческие способности.
10.	Солнышко лучистое		1. Формировать умение выполнять упражнение «Солнышко лучистое» под музыку.
11.	Водолазы		1. Формировать умение выполнять упражнение «Водолазы» под музыку.
12.	Солнышко лучистое и Водолазы		1. Развивать умения выполнять упражнения: «Солнышко лучистое» и «Водолазы» под музыку. 2. Развивать пластику движений.
13.	Солнышко лучистое и Водолазы		1. Формировать умения соединять в композицию упражнения: «Солнышко лучистое» и «Водолазы» под музыку, развивать чувства ритма. 2. Развивать творческие способности.

14.	Хоровод		1. Формировать умение выполнять упражнение «Хоровод» под музыку.
15.	Циркачи		1. Формировать умение выполнять упражнение «Циркачи» под музыку.
16.	Хоровод и Циркачи		1. Развивать умения выполнять упражнения: «Хоровод» и «Циркачи» под музыку. 2. Развивать пластику движений.
17.	Хоровод и Циркачи		1. Формировать умения соединять в композицию упражнения: «Хоровод» и «Циркачи» под музыку, развивать чувства ритма. 2. Развивать творческие способности.
18.	Самолеты		1. Формировать умение выполнять упражнение «Самолеты» под музыку.
19.	Русалочки		1. Формировать умение выполнять упражнение «Русалочки» под музыку.
20.	Самолеты и Русалочки		1. Развивать умения выполнять упражнения: «Самолеты» и «Русалочки» под музыку. 2. Развивать пластику движений.
21.	Самолеты и Русалочки		1. Формировать умения соединять в композицию упражнения: «Самолеты» и «Русалочки» под музыку, развивать чувства ритма. 2. Развивать творческие способности.
22.	Утки-нырки		1. Формировать умение выполнять упражнение «Утки-нырки» под музыку.
23.	Рыбки в океане		1. Формировать умение выполнять упражнение «Рыбки в океане» под музыку.
24.	Утки-нырки и Рыбки в океане		1. Развивать умения выполнять упражнения: «Утки-нырки» и «Рыбки в океане» под музыку. 2. Развивать пластику движений.
25.	Утки-нырки и Рыбки в океане		1. Формировать умения соединять в композицию упражнения: «Утки-нырки» и «Рыбки в океане» под музыку, развивать чувства ритма 2. Развивать творческие способности.
26.	Медуза		1. Формировать умение выполнять упражнение «Медуза» под музыку.
27.	Звезда		1. Формировать умение выполнять упражнение «Звезда» под музыку.
28.	Медуза и Звезда		1. Развивать умения выполнять упражнения: «Медуза» и «Звезда» под музыку. 2. Развивать пластику движений.
29.	Медуза и Звезда		1. Формировать умения соединять в композицию упражнения «Медуза» и «Звезда» под музыку, развивать

			<p>чувства ритма.</p> <p>2. Развивать творческие способности.</p>
30.	У кого больше пузырей?		1. Формировать умение выполнять упражнение «У кого больше пузырей?» под музыку.
31.	Ваньки-Встаньки		1. Формировать умение выполнять упражнение «Ваньки-Встаньки» под музыку.
32.	У кого больше пузырей? и Ваньки-Встаньки		<p>1. Развивать умения выполнять упражнения: «У кого больше пузырей?» и «Ваньки-Встаньки» под музыку.</p> <p>2. Развивать пластику движений.</p>
33.	У кого больше пузырей? и Ваньки-Встаньки		<p>1. Формировать умения соединять в композицию упражнения «У кого больше пузырей?» и «Ваньки-Встаньки» под музыку, развивать чувства ритма.</p> <p>2. Развивать творческие способности.</p>
34.	Качели		1. Формировать умение выполнять упражнение «Качели» под музыку.
35.	Сердитая рыбка		1. Формировать умение выполнять упражнение «Сердитая рыбка» под музыку.
36.	Качели и Сердитая рыбка		<p>1. Развивать умения выполнять упражнения: «Качели» и «Сердитая рыбка» под музыку.</p> <p>2. Развивать пластику движений.</p>
37.	Качели и Сердитая рыбка		<p>1. Формировать умения соединять в композицию упражнения: «Качели» и «Сердитая рыбка» под музыку, развитие чувства ритма.</p> <p>2. Развивать творческие способности.</p>
38.	Удочка		1. Формировать умение выполнять упражнение «Удочка» под музыку.
39.	Мячики		1. Формировать умение выполнять упражнение «Мячики» под музыку.
40.	Удочка и Мячики		<p>1. Развивать умения выполнять упражнения: «Удочка» и «Мячики» под музыку.</p> <p>2. Развивать пластику движений.</p>
41.	Удочка и Мячики		<p>1. Формировать умения соединять в композицию упражнения: «Удочка» и «Мячики» под музыку, развивать чувства ритма.</p> <p>2. Развивать творческие способности.</p>
42.	Бегом за мечом!		1. Формировать умение выполнять упражнение «Бегом за мечом!» под музыку.
43.	Волейбол на воде		1. Формировать умение выполнять упражнение «Волейбол на воде» под музыку.

44.	Бегом за мечом! и Волейбол на воде		1. Развивать умения выполнять упражнения: «Бегом за мечом!» и «Волейбол на воде» под музыку. 2. Развивать пластику движений.
45.	Бегом за мечом! и Волейбол на воде		1. Формировать умения соединять в композицию упражнения: «Бегом за мечом!» и «Волейбол на воде» под музыку, развивать чувства ритма. 2. Развивать творческие способности.
46.	Моторная лодка		1. Формировать умение выполнять упражнение «Моторная лодка» под музыку.
47.	Завладей мячом		1. Формировать умение выполнять упражнение «Завладей мячом под музыку.
48.	Моторная лодка и Завладей мячом		1. Развивать умения выполнять упражнения: «Моторная лодка» и «Завладей мячом» под музыку. 2. Развивать пластику движений.
49.	Моторная лодка и Завладей мячом		1. Формировать умения соединять в композицию упражнения: «Моторная лодка» и «Завладей мячом» под музыку, развивать чувства ритма. 2. Развивать творческие способности.
50.	Водное поло		1. Формировать умение выполнять упражнение «Водное поло» под музыку.
51.	Пушбол		1. Формировать умение выполнять упражнение «Пушбол» под музыку.
52.	Водное поло и Пушбол		1. Развивать умения выполнять упражнения: «Водное поло» и «Пушбол» под музыку. 2. Развивать пластику движений.
53.	Водное поло и Пушбол		1. Формировать умения соединять в композицию упражнения: «Водное поло» и «Пушбол» под музыку, развивать чувства ритма. 2. Развивать творческие способности.
54.	Караси и карпы		1. Формировать умение выполнять упражнение «Караси и карпы» под музыку.
55.	Винт		1. Формировать умение выполнять упражнение «Винт» под музыку.
56.	Караси и карпы и Винт		1. Развивать умения выполнять упражнения: «Караси и карпы» и «Винт» под музыку. 2. Развивать пластику движений.
57.	Караси и карпы и Винт		1. Формировать умения соединять в композицию упражнения: «Караси и карпы» и «Винт» под музыку, развивать чувства ритма. 2. Развивать творческие способности.

58.	Буксир		1. Формировать умение выполнять упражнение «Буксир» под музыку.
59.	Белые медведи		1. Формировать умение выполнять упражнение «Белые медведи» под музыку.
60.	Буксир и Белые медведи		1. Развивать умения выполнять упражнения: «Буксир» и «Белые медведи» под музыку. 2. Развивать пластику движений.
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