



Частное общеобразовательное учреждение «Газпром школа Санкт-Петербург»
(Частное образовательное учреждение «Газпром школа Санкт-Петербург»)

УТВЕРЖДЕНО

на заседании
Педагогического совета
Частного образовательного учреждения
«Газпром школа Санкт-Петербург»

Протокол №14 от 30.08.2024

УТВЕРЖДЕНО

приказом директора
Частного образовательного учреждения
«Газпром школа Санкт-Петербург»

Приказ №24-у от 30.08.2024



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ДЕЛЬФИНЫ»**

Физкультурно-спортивной направленности
Возраст обучающихся: 6-8 лет
Срок реализации: 1 год

Разработчик программы:
Логутенко Татьяна Сергеевна,
педагог дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Дельфины» является дополнительной общеразвивающей программой **физкультурно-спортивной направленности**.

Адресат программы: программа ориентирована на учащихся в возрасте 6-8 лет, проявляющих заинтересованность к плаванию и здоровому образу жизни.

Актуальность программы: умение плавать – жизненно необходимый навык для человека любого возраста. Хорошо плавающий человек никогда не рискует жизнью, находясь в воде. Он может доплыть до берега или продержаться на воде, пока не подоспеет помощь.

Уровень освоения материала: общекультурный

Объём и срок реализации программы: программа рассчитана на 1 год (34 часа).

Цель программы: создание благоприятных условий для оздоровления, закаливания, и обеспечения всестороннего развития психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями школьников в процессе обучения плаванию.

Задачи общеразвивающей программы:

Обучающие:

1. Приобщение детей к воде, формирование первоначальных навыков плавания и умения держаться на воде;
2. Содействие оздоровлению и закаливанию детей, их гармоничному физическому развитию;
3. Расширение круга гигиенических знаний, формирование навыков самообслуживания и личной гигиены;
4. Содействие всестороннему развитию и воспитанию таких положительных черт личности, как самообладание, настойчивость, решительность, взаимопомощь и т. п.
5. Воспитание устойчивого эмоционально-положительного интереса к систематичным занятиям плаванием и потребности в регулярном пользовании водой в оздоровительных целях.

Развивающие:

1. Вызвать интерес и желание купаться, воспитывать эмоционально-положительное отношение к действиям в воде.
2. Приучать не бояться воды, погружаться в воду до уровня груди, шеи, подбородка, носа, глаз с помощью и самостоятельно; ходить, бегать, прыгать, играть с надувными игрушками. Учить работать ногами как при плавании кролем сидя на мелком месте в воде.
3. Улучшить работу дыхательной и сердечно-сосудистой систем.

Воспитательные:

1. Воспитать быстроту, выносливость, ловкость, точность, умение быть организованными.
2. Способствовать эмоциональному и двигательному раскрепощению, появлению чувства радости и удовольствия от движений в воде.
3. Формировать устойчивое желание учиться плавать, воспитывать эмоционально-положительное отношение к действиям в воде.

Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеразвивающей программы:

Язык реализации: программа реализуется на русском языке.

Форма обучения: очная.

Особенности реализации программы: реализация программы предполагает очную форму обучения. Вместе с тем возможна реализация данной программы с использованием дистанционных образовательных технологий.

Программа может реализовываться с применением внеаудиторной работы, методов электронного обучения и дистанционных образовательных технологий с использованием интернет-платформ и электронных ресурсов, а также других ресурсов, регламентированных локальными актами учреждения.

Условия приема на обучение: в группы для обучения принимаются все желающие. При большом количестве желающих проводится конкурсное мотивационное собеседование. В

зависимости от индивидуальных возможностей, знаний, умений и творческих способностей, учащемуся могут быть предложены другие уровни и форматы обучения.

Возраст учащихся: 6-8 лет.

Количество учащихся: наполняемость группы не менее 15 человек.

Срок реализации программы: 1 год

Форма организации и проведения занятий: образовательная программа рассчитана на теоретические и практические занятия. Образовательно-воспитательный процесс ориентирован на выявление способностей и совершенствование положительных личностных качеств.

Педагогическое взаимодействие направлено на реализацию целевого назначения программы, организуется на основе использования традиционных форм обучения и воспитания. Основной формой организации является практикум. Объяснение нового материала осуществляется с помощью словесного и наглядного методов обучения.

В течение учебного года возможен вариант перераспределения часов в теоретической и практической частях учебного плана при сохранении общего количества часов.

Форма организации занятий:

1. фронтальная: работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, показ, рассказ, объяснение и т.п);
2. групповая: организация работы (совместные действия, общение, взаимопомощь);
3. в малых группах, в т.ч. в парах, для выполнения определенных задач.

Форма проведения занятий:

1. учебное занятие;
2. игра;
3. соревнование;
4. праздник;
5. экскурсия.

Материально-техническое оснащение программы

Помещения: детский бассейн 10*5,6м, глубина 0,6-0,8м.

Примерный перечень оснащения бассейна:

№	Наименование оборудования	Кол-во	Цель использования
1.	Резиновые коврики и дорожки резиновые разного размера	12 шт.	Для хождения босиком во избежание скольжения
2.	Фены	6 шт.	Для сушки волос после плавания
3.	Скамейки	8 шт.	Переодевание до и после плавания
4.	Шест спасательный нетонущий	2 шт.	Для соблюдения техники безопасности
5.	Спасательные круги	2 шт.	Для соблюдения техники безопасности
6.	Термометр комнатный, водный	3 шт.	Для контроля температуры воды и воздуха
7.	Пластиковый стеллаж на колесах	1 шт.	Для хранения инвентаря
8.	Надувные игрушки (маленькие)	3 шт.	Наглядно-игровой материал для младшего возраста
9.	Игрушки	8 шт.	Игровой и демонстрационный материал
10.	Кольца цветные, тонущие 18 см.	16 шт.	Демонстрационный и игровой материал
11.	Цветные тонущие палочки	20 шт.	Игровой и дидактический материал для плавания под водой
12.	Мяч резиновый	2 шт.	Игровой материал, используется также как кольцеброс
13.	Доски плавательные	15 шт.	Игровой и дидактический материал –

			скольжение по поверхности воды
14.	Ласты	16 шт.	Дидактический материал для совершенствования работы ног
15.	Корзины для хранения игрушек	6 шт.	Для хранения и как игровой материал
16.	Мячи надувные	6 шт.	Игровой и дидактический материал
17.	Нудлы цветные короткие	16 шт.	Для тренировки техники передвижения на воде
18.	Нудлы цветные длинные	10 шт.	Для тренировки техники передвижения на воде
19.	Флажки-ограничители	6 шт.	Для организации упражнений на воде
20.	Веревка с поплавками	2 шт.	Для организации упражнений на воде
21.	Подставки по нудлы с отверстием	16 шт.	Для организации упражнений на воде
22.	Поплавок для плавания	18 шт.	Для организации упражнений на воде

Планируемые результаты освоения программы:

Предметные результаты:

1. Владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры;
2. Способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий по плаванию, игровой и соревновательной деятельности;
3. Способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
4. Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.
5. Умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;
6. Умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.
7. Владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности в плавании и соревновательной деятельности;
8. Умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по плаванию.

Метапредметные результаты:

1. Понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося) поведения.
2. Бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;
3. Уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;
4. Ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности;
5. Добросовестное выполнение учебных заданий;
6. Восприятие красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами, формирование физической красоты с позиций укрепления и сохранения здоровья;
7. Восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия;

8. Владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;

9. Владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения.

Личностные результаты:

1. Воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России;

2. В результате освоения содержания программного материала обучающиеся должны достигнуть предусмотренного образовательным минимумом уровня физического мастерства по плаванию;

3. Потребность и начальные умения выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах деятельности;

4. Мотивация к самореализации в плавании;

5. Осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;

6. Организовывать и планировать учебное сотрудничество с педагогом и сверстниками, определять цели и функции участников, способы взаимодействия;

7. Способность учащихся самостоятельно продвигаться в своем развитии, выстраивать свою образовательную траекторию;

Результатом освоения программы учебного курса является готовность обучающихся к участию в мероприятиях различного уровня, районного, городского среди учащихся образовательных учреждений Санкт-Петербурга и официальных физкультурных мероприятий Санкт-Петербурга, организуемых комитетом по физической культуре и спорту.

В результате обучения учащиеся должны знать и уметь:

- о способах и особенностях движений, передвижений в воде.
- о причинах травматизма на занятиях по плаванию.
- выполнять базовые элементы, которые включают в себя: общеразвивающие, и имитационные упражнения на суше; подготовительные упражнения для освоения с водой;
- подныривания и открывание глаз в воде;
- всплывать и лежать на воде; выдохи, скольжения, учебные прыжки в воду.
- взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий по плаванию.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН
на 2024-2025 учебный год**

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
Раздел 1	Введение в теорию плавания.	3	2	1	Устный опрос.
Раздел 2	Упражнения сухого плавания. Специальные упражнения в воде.	30	1	29	Педагогическое наблюдение.
Раздел 3	Итоговое занятие.	1		1	Контрольные соревнования.
Всего		34	3	31	

УТВЕРЖДЕНО

приказом директора
Частного образовательного учреждения
«Газпром школа Санкт-Петербург»

Приказ №24-у от 30.08.2024



КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
реализации дополнительной общеразвивающей программы
«Дельфины»
на 2024-2025 учебный год

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	02.09.2024	25.05.2025	34	34	34	1 раз в неделю по 1 часу (1 академический час - 45 минут)



Частное общеобразовательное учреждение «Газпром школа Санкт-Петербург»
(Частное образовательное учреждение «Газпром школа Санкт-Петербург»)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ
«ДЕЛЬФИНЫ»**

Физкультурно-спортивной направленности
Возраст обучающихся: 6-8 лет
Срок реализации: 1 год
Группа: 1-2 класс

Разработчик программы:
Логутенко Татьяна Сергеевна,
педагог дополнительного образования

Направленность программы – физкультурно-спортивная

Уровень освоения материала: общекультурный

Цель программы: создание благоприятных условий для оздоровления, закаливания, и обеспечения всестороннего развития психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями школьников в процессе обучения плаванию.

Задачи общеразвивающей программы:

Обучающие:

1. Приобщение детей к воде, формирование первоначальных навыков плавания и умения держаться на воде;
2. Содействие оздоровлению и закаливанию детей, их гармоничному физическому развитию;
3. Расширение круга гигиенических знаний, формирование навыков самообслуживания и личной гигиены;
4. Содействие всестороннему развитию и воспитанию таких положительных черт личности, как самообладание, настойчивость, решительность, взаимопомощь и т. п.
5. Воспитание устойчивого эмоционально-положительного интереса к систематичным занятиям плаванием и потребности в регулярном пользовании водой в оздоровительных целях.

Развивающие:

1. Вызвать интерес и желание купаться, воспитывать эмоционально-положительное отношение к действиям в воде.
2. Приучать не бояться воды, погружаться в воду до уровня груди, шеи, подбородка, носа, глаз с помощью и самостоятельно; ходить, бегать, прыгать, играть с надувными игрушками. Учить работать ногами как при плавании кролем сидя на мелком месте в воде.
3. Улучшить работу дыхательной и сердечно-сосудистой систем.

Воспитательные:

1. Воспитать быстроту, выносливость, ловкость, точность, умение быть организованными.
2. Способствовать эмоциональному и двигательному раскрепощению, появлению чувства радости и удовольствия от движений в воде.
3. Формировать устойчивое желание учиться плавать, воспитывать эмоционально-положительное отношение к действиям в воде.

Планируемые результаты освоения программы:

Предметные результаты:

1. Владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры;
2. Способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий по плаванию, игровой и соревновательной деятельности;
3. Способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
4. Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.
5. Умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;
6. Умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.
7. Владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности в плавании и соревновательной деятельности;
8. Умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по плаванию.

Метапредметные результаты:

1. Понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося) поведения.
2. Бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;
3. Уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;
4. Ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности;
5. Добросовестное выполнение учебных заданий;
6. Восприятие красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами, формирование физической красоты с позиций укрепления и сохранения здоровья;
7. Восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия;
8. Владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;
9. Владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения.

Личностные результаты:

1. Воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России;
2. В результате освоения содержания программного материала обучающиеся должны достигнуть предусмотренного образовательным минимумом уровня физического мастерства по плаванию;
3. Потребность и начальные умения выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах деятельности;
4. Мотивация к самореализации в плавании;
5. Осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;
6. Организовывать и планировать учебное сотрудничество с педагогом и сверстниками, определять цели и функции участников, способы взаимодействия;
7. Способность учащихся самостоятельно продвигаться в своем развитии, выстраивать свою образовательную траекторию;

Результатом освоения программы учебного курса является готовность обучающихся к участию в мероприятиях различного уровня, районного, городского среди учащихся образовательных учреждений Санкт-Петербурга и официальных физкультурных мероприятий Санкт-Петербурга, организуемых комитетом по физической культуре и спорту.

В результате обучения учащиеся должны знать и уметь:

- о способах и особенностях движений, передвижений в воде.
- о причинах травматизма на занятиях по плаванию.
- выполнять базовые элементы, которые включают в себя: общеразвивающие, и имитационные упражнения на суше; подготовительные упражнения для освоения с водой;
- подныривания и открывание глаз в воде;
- всплывать и лежать на воде; выдохи, скольжения, учебные прыжки в воду.
- взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий по плаванию.

Содержание программы

Раздел I. Введение в теорию плавания.

1. Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Взаимодействие в группе. Опрос.

Теория. Организационные вопросы. Инструктаж по ТБ. Правила взаимодействия в группе.

2. История плавания.

Теория. Теоретические сведения о гигиене пловца, техника безопасности в раздевалке, душе, на воде, упражнения по освоению с водой, упражнения на дыхание.

3. Основы знаний о физической культуре.

Практика. Упражнения по освоению с водой. Упражнения на дыхание.

Раздел II. Упражнения сухого плавания. Специальные упражнения в воде.

4. Упражнения сухого плавания.

Теория. Рассказ для чего необходимо знание упражнений на суше. Знакомство с инвентарем для сухого плавания.

5. Упражнения сухого плавания.

Практика. Выполнение комплекса упражнений, основанных на имитации движений в воде.

6. Упражнения на задержку дыхания.

Практика. Техника выполнения правильного дыхания. Комплекс упражнений на задержку дыхания.

7. Упражнения на скольжение.

Практика: Поплавок, звездочка на груди. Свойства воды.

8. Упражнения на скольжение.

Практика. Скольжение на спине, руки вдоль туловища.

9. Упражнения на скольжение.

Практика. Скольжение на спине, руки в стрелке. Повторение: скольжение на груди в стрелочке, поплавок. Звездочка на спине.

10. Игры в воде.

Практика. Игры в воде. Направленные на задержку дыхания.

11. Изучение работы ног кролем на груди.

Практика. Работа ног кролем на груди с неподвижной опорой. Скольжение на груди на задержку дыхания.

12. Изучение работы ног кролем на груди.

Практика. Работа ног кролем на груди с подвижной опорой, голова над водой, руки сверху на доске.

13. Изучение работы ног кролем на спине.

Практика. Работа ног кролем на спине у неподвижной опоры. Звездочка на спине. Упражнения на чувства воды.

14. Изучение работы ног кролем на груди.

Практика. Работа ног кролем на груди с подвижной опорой, на задержку дыхания. Поплавок, скольжение стрелочкой на груди.

15. Изучение работы ног кролем на спине.

Практика. Работа ног кролем на спине с подвижной опорой. Скольжение на спине, с различным положением рук.

16. Упражнения на задержку дыхания.

Практика. Поплавок, звездочка, скольжение, игры на задержку дыхания.

17. Закрепление работы ног кролем на груди и кролем на спине. Инструктаж по ТБ.

Практика. Работа ног кролем на груди с подвижной опорой, работа ног кролем на спине с подвижной опорой. Инструктаж по технике безопасности.

18. Работа рук кролем на груди.

Практика. Упражнения на согласование работы ног и рук кролем на груди с подвижной опорой. Работа рук поочередная. Максимальное проплывание на задержку дыхания в стрелочке на груди.

19. Работа рук кролем на груди.

Практика. Упражнения на согласование работы ног и рук кролем на груди у не подвижной опоры и с подвижной опорой.

20. Работа рук кролем на спине.

Практика. Упражнения на согласование работы ног и рук кролем на спине с подвижной опорой. Звездочка на спине, скольжение на спине с подвижной опорой.

21. Работа рук кролем на спине.

Практика. Упражнение на согласование работы рук и ног кролем на спине без опоры. Работа рук поочередная исходное положение солдатиком на спине.

22. Работа рук кролем на груди.

Практика. Упражнение на согласование работы рук и ног кролем на груди без опоры. Из исходного положения стрелочка на груди.

23. Кроль на груди и кроль на спине.

Практика. Упражнение на согласование работы ног и рук кролем на груди и кролем на спине с подвижной опорой.

24. Кроль на груди и кроль на спине.

Практика. Упражнение на согласование работы ног и рук кролем на груди и кролем на спине без опоры опорой.

25. Кроль на груди и кроль на спине.

Практика. Упражнение на согласование работы ног и рук кролем на груди и кролем на спине с подвижной опорой. С различных исходных положений.

26. Игры в воде.

Практика. Игра в волейбол на воде.

27. Упражнения на правильное дыхание.

Практика. Упражнения на правильное дыхание у неподвижной опоры. Ныряние за тонущими игрушками на дно бассейна.

28. Упражнения на правильное дыхание.

Практика. Упражнения на правильное дыхание с подвижной опоры. Ныряние за тонущими игрушками на дно бассейна.

29. Упражнения на правильное дыхание.

Практика. Упражнение на правильное дыхание с неподвижной опорой, с подвижной опорой, без опоры, стоя на дне.

30. Игровая тренировка в воде.

Практика. Игровая тренировка, эстафетное плавание с различным оборудованием.

31. Кроль на груди.

Практика. Работа ног кролем на груди с неподвижной опорой с правильным дыханием. Скольжения. Проплывание бассейна на задержке дыхания.

32. Упражнения кроль на груди и кроль на спине.

Практика. Работа ног кролем на груди с подвижной опорой вдох выдох в воду. Работа ног и рук кролем на спине из исходного положения руки вдоль тела.

33. Упражнения кроль на груди и кроль на спине.

Практика. Работа ног кролем на груди с подвижной опорой вдох выдох в воду. Работа ног и рук кролем на спине из исходного положения руки в стрелочке.

Раздел III. Итоговое занятие.

34. Итоговое занятие.

Практика. Курсовая тренировка на проплывание 10м на время кролем на спине в полной координации.

**Календарно-тематический план
на 2024-2025 учебный год**

№	Тема	Кол-во часов	Дата занятий	
			План	Факт
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Взаимодействие в группе. Опрос.	1	04.09.24	
2	История плавания.	1	11.09.24	
3	Основы знаний о физической культуре.	1	18.09.24	
4	Влияние плавания на организм человека. Упражнения в воде на задержку дыхания.	1	25.09.24	
5	Скольжение стрелочкой на груди. Упражнения на задержку дыхания	1	02.10.24	
6	Упражнения на скольжение.	1	09.10.24	
7	Упражнения на скольжение.	1	16.10.24	
8	Упражнения на скольжение.	1	23.10.24	
9	Упражнения на скольжение.	1	06.11.24	
10	Игры в воде.	1	13.11.24	
11	Изучение работы ног кролем на груди.	1	20.11.24	
12	Изучение работы ног кролем на груди.	1	27.11.24	
13	Изучение работы ног кролем на спине.	1	04.12.24	
14	Изучение работы ног кролем на груди.	1	11.12.24	
15	Работа ног кролем на спине.	1	18.12.24	
16	Упражнения на задержку дыхания.	1	25.12.24	
17	Закрепление работы ног кролем на груди и кролем на спине. Инструктаж по ТБ.	1	15.01.25	
18	Работа рук кролем на груди.	1	22.01.25	
19	Работа рук кролем на груди.	1	29.01.25	
20	Работа рук кролем на спине.	1	05.02.25	
21	Работа рук кролем на спине.	1	12.02.25	
22	Работа рук кролем на груди.	1	19.02.25	
23	Кроль на груди и кроль на спине.	1	26.02.25	

24	Кроль на груди и кроль на спине.	1	05.03.25	
25	Кроль на груди и кроль на спине.	1	12.03.25	
26	Игры в воде.	1	19.03.25	
27	Упражнения на правильное дыхание.	1	02.04.25	
28	Упражнения на правильное дыхание.	1	09.04.25	
29	Упражнения на правильное дыхание.	1	16.04.25	
30	Игровая тренировка в воде.	1	23.04.25	
31	Кроль на груди.	1	30.04.25	
32	Упражнения кроль на груди и кроль на спине.	1	07.05.25	
33	Упражнения кроль на груди и кроль на спине.	1	14.05.25	
34	Итоговое занятие.	1	21.05.25	
	Итого:	34		

Методическое обеспечение

№ п/п	Раздел/тема	Форма проведения занятий	Приемы и методы	Дидактический материал	Формы подведения итогов
1	Введение в теорию плавания.	Теоретическое и практическое занятие	<u>Приемы:</u> Объяснительно-иллюстративный, самооценка, выполнение практических заданий, частично-поисковый. <u>Эмоциональные методы:</u>	Инструкция по ТБ. Правила внутреннего распорядка. Презентации, аудиозаписи, видеоматериал, учебная литература	Устный опрос
2	Упражнения сухого плавания. Специальные упражнения в воде.	Теоретическое и практическое занятие	поощрение, создание ситуации успеха. <u>Познавательные:</u> слушание, получение новых знаний, учебные дискуссии. <u>Социальные методы:</u>	Правила внутреннего распорядка. Презентации, аудиозаписи, видеоматериал, учебная литература	Педагогическое наблюдение.
3	Итоговое занятие.	Практическое занятие	создание ситуации взаимопомощи. <u>Практические:</u> диалог, коммуникативные	Правила внутреннего распорядка. Презентации, аудиозаписи,	Контрольные соревнования.

			<p>навыки, разбор нового материала</p>	<p>видеоматериал, учебная литература</p>	
--	--	--	--	--	--

Информационные источники

Список литературы для педагога:

1. Булгакова Н.Ж., Попов О.И., Распопова Е.А. «Теория и методика плавания: учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования» Издательство: "Академия", 2015г.
2. Давыдов В.Ю., Авдиенко В.Б. «Отбор и ориентация пловцов по показателям телосложения в системе многолетней подготовки (теоретические и практические аспекты)» Издательство: "Советский Спорт", 2014г.
3. Маклауд Й. «Анатомия плавания», Издательство: "Попурри", 2017г.
4. Козлов А.В., Литвинов А.А. «Обучение спортивным способам плавания» (учебно-методическое пособие) Санкт-Петербургский Государственный Университет Физической культуры им П.Ф. Лесгафта – 2016г.

Список литературы для учащихся:

1. Литвинов А.А., Козлов А.В., Ивченко Е.В. «Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание.» Учебник. Гриф УМО Издательство: "Академия", 2014год
2. Баранов В.А., Петрова Н.Л. «Плавание. Начальное обучение с видеокурсом», Издательство: "Человек", 2014г.
3. Лафлин Т. Как рыба в воде. Эффективные техники плавания, доступные каждому, Издательство Манн, Иванов и Фербер, 2015г.

Оценочные материалы

Виды контроля: входной, текущий, промежуточный, итоговый.

На основании **Входного контроля** педагог получает представление об исходном уровне знаний и умений учащихся, выявление учебной мотивации и стартового уровня образовательных возможностей учащихся в контексте выбранной ими программы. Входной контроль может осуществляться в форме собеседования, в результате чего педагог получает представление об исходном уровне знаний и умений учащихся, что позволяет ему принять обучающегося в середине учебного года.

Текущий контроль фиксируется в «Электронном журнале учета работы педагога дополнительного образования» как учет посещаемости учащихся. Предполагается, что, присутствуя на занятиях, учащийся задействован в процессе раскрытия и развития творческого потенциала, получает новые знания, приобретает умения и навыки.

Основными видами контроля результатов освоения, учащимися дополнительных общеразвивающих программ являются: промежуточный и итоговый.

Промежуточный контроль предусмотрен 1 раз в год (в декабре) для выявления уровня освоения программы учащимися и возможной корректировки процесса обучения. Заполняется «Диагностическая карта оценки результатов обучающегося по дополнительной общеразвивающей программе».

Итоговый контроль предусмотрен 1 раз в год (в мае) для определения итогового уровня освоения программы обучающимися, включая учет их творческих достижений. Заполняется «Диагностическая карта оценки результатов обучающегося по дополнительной общеразвивающей программе».

При осуществлении **промежуточного и итогового** контроля заполняется «Диагностическая карта оценки результатов обучающегося по дополнительной общеразвивающей программе», в которой отражаются:

- временные затраты на освоение программы;
- критерии оценки уровня предметных результатов учащихся
- критерии оценки уровня метапредметных результатов учащихся;
- критерии оценки уровня развития личностных результатов учащихся;
- учет творческих достижений учащихся.

При диагностике освоения программы по критериям предметных, метапредметных и личностных результатов предполагается суммирование баллов по обозначенным позициям.

Учет временных затрат на освоение программы фиксируется следующим образом:

- посещение менее 30% занятий по программе – 1 балл;
- посещение от 30% до 60% занятий по программе – 2 балла;
- посещение более 60% занятий – 3 балла.

Учет творческих достижений учащихся предполагает три уровня в зависимости от масштаба мероприятия (конкурс, выставка и т.д.):

- уровень учреждения – 1 балл;
- уровень района, города, области – 2 балла;
- всероссийский или международный уровень – 3 балла.

Здесь баллы не суммируются, фиксируется максимальный уровень достижений.

По сумме всех набранных баллов выделяются три уровня освоения программы учащимися: начальный (I), средний (II), высокий (III).

Диапазон начального уровня – от 1 до 11 баллов включительно.

Диапазон среднего уровня – от 12 до 22 баллов.

Диапазон высокого уровня – от 23 до 33 баллов.

Промежуточный и итоговый контроль (аттестация) осуществляются педагогом в отношении каждого обучающегося, результаты фиксируются в «Диагностической карте оценки результатов обучающегося по дополнительной общеразвивающей программе», количество таких карт соответствует количеству учащихся в группе.

Затем педагог заполняет «Диагностическую карту оценки результатов освоения обучающимися дополнительной общеразвивающей программы», отражающую результативность группы. Для каждой группы такая карта составляется в единственном количестве. Здесь фиксируется (в процентном соотношении от общей численности группы) количество учащихся, чья результативность соответствует: I (начальному) уровню, II (среднему) уровню, III (высокому) уровню освоения программы.

Среди прочих параметров результативности группы, обучающихся указываются:

- количество учащихся, посещающих занятия;
- используемые формы контроля;
- сохранность контингента.

Анализ полученных результатов является основанием для корректировки программы и ее дальнейшего совершенствования.

Таким образом, промежуточный и итоговый контроль (аттестация) осуществляются педагогом в отношении каждого учащегося и каждой учебной группы, что фиксируется в соответствующих диагностических картах оценки результатов освоения дополнительной общеразвивающей программы.

**Диагностическая карта оценки результатов входного контроля обучающегося
по дополнительной общеразвивающей программе**

ФИО педагога _____
 Название программы _____
 Год обучения _____
 Номер группы _____
 ФИО обучающегося _____

Критерии	Показатели (баллы)	Входной контроль
		Балл
Теоретический уровень (основные понятия)	2	
Практический уровень (умения, навыки)	2	
Познавательные (анализирование информации в ходе выполнения учебных задач)	2	
Регулятивные (саморегуляция, целеполагание, способность к преодолению препятствий и поставленных задач)	2	
Сотрудничество в группе	2	
Самостоятельность	2	
Проявление исследовательской активности и познавательного интереса	2	
Дата собеседования:		Всего баллов:

Оценка уровня знаний и умений обучающегося:

- более 10 баллов – соответствует
- менее 10 баллов – не соответствует

Соответствует _____ году обучения

**Диагностическая карта оценки результатов обучающегося
по дополнительной общеразвивающей программе**

ФИО педагога _____
 Название программы _____
 Номер группы _____
 ФИО обучающегося _____

Уровень освоения программы (итоговый)

Алгоритм подсчета результатов:

- Подсчитывается количество баллов по каждому обучающемуся;
- Определяется уровень освоения образовательной программы по сумме баллов.

Критерии		Показатели (баллы)	Промежуточная аттестация	Итоговая аттестация
1. Временные затраты на освоение программы				
- посещение менее 30% занятий по программе		1		
- посещение от 30% до 60% занятий по программе		2		
- посещение более 60% занятий по программе		3		
2. Критерии оценки уровня предметных результатов обучающегося				
- теоретический уровень (знания)		3		
- практический уровень (умения, навыки)		3		
- проявление творческих решений (на уровне объединения)		3		
3. Критерии оценки уровня метапредметных результатов обучающегося				
-познавательные (работа с информацией, исследовательская деятельность)		3		
-регулятивные (саморегуляция, целеполагание, способность к преодолению препятствий и стрессовых ситуаций)		3		
-коммуникативные компетенции (сотрудничество, работа в команде на общий результат)		3		
4. Критерии оценки уровня развития личностных результатов обучающегося				
- ответственное отношение к занятиям		3		
- соответствие социально-этическим нормам поведения		3		
- приверженность гуманистическим ценностям		3		
5. Учет творческих достижений обучающегося (учитывается максимальный уровень достижений из перечисленных)				
- уровень учреждения		1		
- уровень района, города, области		2		
- всероссийский или международный уровень		3		
Сумма баллов:				
Уровень:	диапазон начального уровня	1 - 11	I	I
	диапазон среднего уровня	12 - 22	II	II
	диапазон высокого уровня	23 - 33	III	III
Дата собеседования:				
Подпись педагога, осуществлявшего оценивание:				

**Диагностическая карта оценки результатов освоения
по дополнительной общеразвивающей программе, сводная по группе обучающихся**

ФИО педагога _____

Название программы _____

Номер группы _____

Параметры результативности	Аттестация	
	промежуточная	итоговая
1. количество обучающихся в %, посещающих занятия:		
2. количество обучающихся в %, освоивших программу (этап) в разной степени:		
- I начальный уровень		
- II средний уровень		
- III высокий уровень		
3. используемые формы контроля:		
4. сохранность контингента в %:		
5.* (для программ сроком реализации более одного года) количество учащихся в %		
- переведенных на следующий учебный год		
- не переведенных на следующий учебный год		
Дата собеседования:		
Подпись педагога, осуществлявшего диагностику:		

**Лист корректировки рабочей программы
(календарно-тематического планирования рабочей программы)
20__-20__ учебный год**

Направленность:	
Объединение:	
Педагог дополнительного образования:	
Номер группы:	

№ занятия по плану	Даты по основному КТП	Даты проведения	Тема	Количество часов		Причина корректировки	Способ корректировки
				По плану	Дано		

Педагог дополнительного образования:
(_____)

подпись

расшифровка

СОГЛАСОВАНО _____ (_____)

«___» _____ 202_

подпись

расшифровка