

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ МЕСТНОЙ АДМИНИСТРАЦИИ  
ТЕРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА  
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «ПРОГИМНАЗИЯ №1 ГОРОДСКОГО ПОСЕЛЕНИЯ  
ТЕРЕК» ТЕРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КБР

ПРИНЯТА  
на заседании  
Педагогического совета  
МКОУ «Прогимназия №1 г.п. Терек»  
Протокол от 16.02.2025г.  
№ 8

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МКОУ  
«Прогимназия №1 г.п. Терек»  
Приказ от 16.02.2025г.  
М.Б. Шомахова  
№ 110



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
**«РУСАЛОЧКА»**

**Уровень программы:** стартовый  
**Вид программы:** модифицированный  
**Адресат:** обучающиеся от 7 до 8 лет  
**Срок реализации:** 1 год, 72 ч.  
**Форма обучения:** очная  
Автор - составитель: Гоникова Танзилия Руслановна  
педагог дополнительного образования.

г.п. Терек 2025г.

## **Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы «Русалочка».**

### **Пояснительная записка**

Плавание является одним из универсальных средств физического воспитания. Занятия плаванием имеют большое оздоровительное, воспитательное и прикладное значение, так как умение плавать является жизненно необходимым навыком каждого человека. Умение плавать гарантирует человеку сохранение жизни, обеспечивает безопасность и предотвращает несчастные случаи при нахождении его в водной среде. Жизненно необходимые знания, умения и навыки поведения на воде приобретаются, как правило, на занятиях по плаванию.

Занятия плаванием способствуют гармоничному развитию и укреплению здоровья детей и подростков, комплексно влияют на органы и системы растущего организма, укрепляя и повышая функциональный уровень дыхательной, сердечно-сосудистой, костно-мышечной и других систем организма человека, вследствие чего увеличивается жизненная емкость лёгких и мышечная масса, улучшается кровообращение, активизируется обмен веществ, повышается тонус нервной системы.

Плавание является прекрасным средством закаливания, оказывая положительное влияние на иммунную систему организма человека, повышение выносливости и устойчивого состояния организма к воздействию низких температур, простудным заболеваниям и другим изменениям внешней среды.

**Направленность:** физкультурно- спортивная.

**Уровень программы:** стартовый.

**Вид программы:** модифицированный.

**Нормативно-правовая база, на основе которой разработана программа:**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее - № 273-ФЗ) с изменениями и дополнениями;
2. Национальный проект «Образование»;
3. Конвенция ООН о правах ребенка;
4. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
5. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года»;
6. Приоритетный проект от 30.11.2016 г. № 11 «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный протоколом заседания президиума при Президенте Российской Федерации;
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 15.04.2019 г. № 170 «Об утверждении методики расчёта показателя национального проекта «Образование» «Доля детей в возрасте от 5 до 18 лет, охваченных дополнительным образованием»;

8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей» (с изменениями и дополнениями);
9. Федеральный закон от 13.07.2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере»;
- 10.Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09- 3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
- 11.Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 26.08.2010 г. №761н «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования»;
12. Приказ Минобрнауки Российской Федерации от 22.12.2014 г. № 1601 «О продолжительности рабочего времени (нормах часов педагогической работы за ставку заработной платы) педагогических работников и о порядке определения учебной нагрузки педагогических работников, оговариваемой в трудовом договоре»;
13. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
14. Постановление Главного государственного санитарного врача от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
15. Постановление Главного государственного санитарного врача от 28.01.2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СП 1.2.3685- 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
16. Приказ Минобрнауки Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее - Приказ № 629);
- 17.Письмо Минобрнауки РФ от 29.03.2016 г. №ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учётом их особых образовательных потребностей»);
18. Приказ Минпросвещения Российской Федерации от 05.08.2020 г. № 552/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;
19. Письмо Минобрнауки РФ от 03.04.2015 г. № АП-512/02 «О направлении методических рекомендаций по НОКО» (вместе с «Методическими рекомендациями по независимой оценке качества образования образовательной деятельности организаций, осуществляющих образовательную деятельность»);

20. Письмо Минобрнауки РФ от 28.04.2017 г. № ВК-1232/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей»);
21. Закон Кабардино-Балкарской Республики от 24.04.2014 г. № 23-РЗ «Об образовании»;
22. Приказ Минобразования Кабардино-Балкарской Республики от 17.08.2015 г. № 778 «Об утверждении Региональных требований к регламентации деятельности государственных образовательных учреждений дополнительного образования детей в Кабардино-Балкарской Республике»;
23. Распоряжение Правительства Кабардино-Балкарской Республики от 26.05.2020 г. № 242-рп «Об утверждении Концепции внедрения модели персонифицированного дополнительного образования детей в КБР»;
24. Приказ Минпросвещения КБР от 18.09.2023 г. № 22/1061 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Кабардино-Балкарской Республике».
25. Постановление главы местной администрации Терского муниципального района от 14.09.2020 г. № 586-п «Об утверждении Положения о персонифицированном дополнительном образовании детей в Терском муниципальном районе».
26. Устав «Прогимназии № 1 г.п. Терек» Терского муниципального района КБР.
27. Иные локальные нормативные акты, регламентирующие деятельность дополнительного образования детей.

**Актуальность программы** заключается в том, что занятия плаванием содействуют всестороннему физическому развитию и закаливанию детей, повышают сопротивляемость к простудным заболеваниям, воспитывают волю, смелость, трудолюбие и дисциплину.

Занятия плаванием устраниют нарушения осанки, плоскостопие, гармонично развиваются все группы мышц – особенно плечевого пояса, рук, груди, живота, спины и ног. Плавание отлично тренирует деятельность сердечно - сосудистой и дыхательной систем. Плавание укрепляет нервную систему, улучшает сон, аппетит. Особая актуальность обучения плаванию состоит в том, что умение плавать – жизненно необходимый навык для человека любого возраста.

Данная программа реализует идею объединения усилий родителей и педагогов для успешного решения оздоровительных и воспитательно-образовательных задач по основным направлениям развития ребенка. Программа обеспечивает единство целей и задач процесса образования детей младшего возраста, строиться с учетом принципа интеграции, что позволяет гармонизировать воспитательно-образовательный процесс и гибко его планировать, в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей; основывается на комплексно- тематическом принципе построения образовательного процесса; предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми.

**Новизна программы** заключается в том, что данная программа включает в себя современные технологии обучения плаванию, созданные на основе последних научных исследований.

**Отличительная особенность программы** состоит в том, что в ней наглядно прослеживается комплексный подход в сохранении и укреплении здоровья

обучающихся.

**Педагогическая целесообразность программы** обусловлена тем, что плавание является одним из важных звеньев в воспитании ребенка, содействует разностороннему физическому развитию, стимулирует деятельность нервной, сердечнососудистой и дыхательной систем, значительно расширяет возможности опорно-двигательного аппарата. Плавание одно из лучших средств закаливания и формирования правильной осанки ребенка.

**Адресат программы:** обучающиеся от 7 до 8 лет. Принимаются все желающие от до 8 лет, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

**Срок реализации программы:** 1 год, 72 ч.

**Режим занятий:** занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 академическому часу, продолжительность занятия 40 минут.

**Наполняемость группы:** 15 детей.

**Форма обучения:** очная.

**Форма занятий:** групповая.

### **Особенности организации образовательного процесса**

Занятия проводятся по группам. Состав группы обучающихся – постоянный. При проведении теоретической подготовки следует учитывать возраст обучающихся и излагать материал в доступной им форме.

Формы и методы организации занятий проводятся в виде коротких сообщений, объяснений, рассказов и бесед вначале каждого занятия.

### **Цель и задачи программы**

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

**Задачи программы:**

**Личностные:**

Воспитать:

- самостоятельность, навыки самообслуживания и гигиены;
- морально-волевые качества: настойчивость, терпение, целеустремлённость;
- ценностное отношение к своему здоровью и жизни, здоровью окружающих людей;
- положительные качества личности, нормы коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности;

**Предметные:**

Научить:

- теоретическим и практическим основам освоения водного пространства;
- плавательным навыкам и умениям, умению владеть своим телом в непривычной среде;
- физическим качествам (ловкость, быстрота, выносливость, сила и др.);

- основным правилам безопасного поведения на воде (на открытых водоемах, в бассейне);
- Формировать устойчивый интерес к занятиям по плаванию;

### **Метапредметные:**

Развить способности:

- двигательной активности, за счёт направленного воспитания, основных физических качеств и физических способностей;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия техники плавания, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности.

## **Учебный план**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>Раздел 1. Вводное занятие - 1 ч.</b>					
1.1.	<b>Вводное занятие.</b> Знакомство с планом работы объединения.Инструктаж по ТБ.	1	1	-	Беседа
<b>Раздел 2. Ознакомительные занятия - 3ч.</b>					
2.1.	Сообщение детям знаний о воде	3	2	1	Беседа, практическое занятие
<b>Раздел 3. Общефизическая подготовка - 8 ч.</b>					
3.1.	Виды и техника плавания.	1	1	-	Беседа
3.2.	Правила выполнения движений. Правила ходьбы и бега	7	-	7	Практическое занятие
<b>Раздел 4. Подготовительные занятия- 10 ч.</b>					
4.1.	Подготовительные упражнения в воде	10	1	9	Беседа, практическое занятие
<b>Раздел 5. Обучение плаванию - 6 ч.</b>					

5.1.	Разучивание движений ног и рук. Лежание, держась за бортик бассейна. Работа ног способом «кроль» с подвижной опорой	6	-	6	Практическое занятие
<b>Раздел 6. Техническая подготовка - 10ч.</b>					
6.1.	Вдох и выдох. Задержка дыхания	1	1	-	Беседа
6.2.	Выполнение упражнений на скольжение	9	-	9	Практическое занятие
<b>Раздел 7. Основы техники плавания и методики тренировки - 15ч.</b>					
7.1.	Обучение основным техникам плавания	15	-	15	Практическое занятие
<b>Раздел 8. Подводный мир - 8ч.</b>					
8.1.	Обучение погружение под воду	1	1	-	Беседа
8.2.	Погружение в воду	7	-	7	Практическое занятие
<b>Раздел 9. Большая вода - большие возможности - 11ч.</b>					
9.1.	Совершенствование навыков. Закрепление материала	11	-	11	Практическое занятие
	Всего	72	7	65	

### Содержание учебного плана.

#### **Раздел 1. Вводное занятие - 1ч.**

##### **Тема 1.1 Знакомство с планом работы объединения. – 1ч.**

Теория: Инструктаж по технике безопасности. Меры безопасности в раздевалке, душе, на воде.

#### **Раздел 2. Ознакомительные занятия – 3ч.**

##### **Тема 2.1 Сообщение детям знаний о воде и бассейне. – 1ч.**

Теория: Правила поведения в бассейне.

##### **Тема 2.2 Сообщение детям знаний о воде и бассейне. - 1ч.**

Теория: Правила поведения на воде

##### **Тема 2.3 Развитие гибкости и координации. – 1ч.**

Практика: Построение. Расчет. Гимнастическая разминка.

#### **Раздел 3. Общефизическая подготовка – 8ч.**

##### **Тема 3.1 Виды и техника плавания. - 1ч**

Теория: Начальное понятие о стилях плавания.

##### **Тема 3.2 Правила выполнения движений. - 1ч.**

Практика: Правила ходьбы и бега.

##### **Тема 3.3 Правила выполнения движений.- 1ч.**

Практика: Работа рук ног на сушке.

**Тема 3.4 Правила выполнения движений.- 1ч.**

Практика: Передвижение в воде вдоль бортика.

**Тема 3.5 Правила выполнения движений.- 1ч.**

Практика: Чередование ходьбы и бега разными видами.

**Тема 3.6 Правила выполнения движений.- 1ч.**

Практика: Отталкивание от бортика.

**Тема 3.7 Правила выполнения движений.- 1ч.**

Комплекс упражнений в воде.

**Тема 3.8 Правила выполнения движений. - 1ч.**

Свободное плавание. Игра “Пятнашки с поплавками”.

**Раздел 4. Подготовительные занятия - 10ч.****Тема 4.1 Подготовительные упражнения на суше.– 1ч.**

Теория: упражнения на задержку дыхания

**Тема 4.2 Подготовительные упражнения на суше. - 1ч.**

Практика: Правила ходьбы и бега.

**Тема 4.3 Подготовительные упражнения на суше. - 1ч.**

Практика: Работа рук ног в воде.

**Тема 4.4 Подготовительные упражнения на суше. - 1ч.**

Практика: Лежание, держась за бортик бассейна.

**Тема 4.5 Подготовительные упражнения на суше. - 1ч.**

Практика: Работа ног способом «кроль» с подвижной опорой.

**Тема 4.6 Подготовительные упражнения на суше. - 1ч.**

Практика: Работа рук способом «кроль» с подвижной опорой.

**Тема 4.7 Подготовительные упражнения на суше. - 1ч.**

Практика: Упор лежа спереди на прямых руках.

**Тема 4.8 Подготовительные упражнения на суше. - 1ч.**

Практика: Движения прямыми ногами вверх-вниз, как при плавании кролем.

**Тема 4.9 Подготовительные упражнения на суше. - 1ч.**

Практика: Отталкивание, скольжение на груди.

**Тема 4.10 Подготовительные упражнения на суше.- 1ч.**

Практика: Свободное плавание. Игры«Насос», «Цапля и лягушки».

**Раздел 5. Обучение плаванию – 6ч.****Тема 5.1 Разучивание движений ног и рук.- 1ч.**

Практика: Разучивание движений ног.

**Тема 5.2 Разучивание движений ног и рук.- 1ч.**

Практика: Разучивание движений рук.

**Тема 5.3 Разучивание движений ног и рук. - 1ч.**

Практика: Скольжение на груди с задержкой дыхания.

**Тема 5.4 Разучивание движений ног и рук. - 1ч.**

Практика: Скольжение на спине с поддержкой.

**Тема 5.5 Разучивание движений ног и рук. - 1ч.**

Практика: Скольжение на груди, прямые руки впереди.

**Тема 5.6 Разучивание движений ног и рук. - 1ч.**

Практика: Скольжение на спине, прямые руки вверху.

## **Раздел 6: Техническая подготовка – 10ч.**

### **Тема 6.1 Вдох и выдох.– 1ч.**

Теория: Общие правила для постановки дыхания во время плавания.

### **Тема 6.2 Выполнение упражнений на скольжение.-1ч.**

Практика: Лежание, держась за бортик бассейна.

### **Тема 6.3 Выполнение упражнений на скольжение.-1ч.**

Практика:Работа ног способом «кроль» с подвижной опорой.

### **Тема 6.4 Выполнение упражнений на скольжение.-1ч.**

Практика:Скользжение «стрелой» толчком одной ноги от стены бассейна и толчком двух со дна бассейна.

### **Тема 6.5 Выполнение упражнений на скольжение.-1ч.**

Практика:Упражнения на дыхание.

### **Тема 6.6 Выполнение упражнений на скольжение.-1ч.**

Практика:Выполнение упражнений на скольжение на груди с выполнением работы ног в технике «кроль».

### **Тема 6.7 Выполнение упражнений на скольжение.-1ч.**

Практика:Выполнение упражнений на скольжение на груди и спине с работой ног в согласовании с дыханием.

### **Тема 6.8 Выполнение упражнений на скольжение.-1ч.**

Практика:Комплекс упражнений в воде.

### **Тема 6.9 Выполнение упражнений на скольжение.-1ч.**

Практика:Свободное плавание. Игры в воде с мячом.

## **Раздел 7 Основы техники плавания и методики тренировки – 15ч.**

### **Тема 7.1 Обучение основным техникам плавания.-1ч.**

Практика: Передвижение в воде вдоль бортика, по кругу.

### **Тема 7.2Обучение основным техникам плавания.-1ч.**

Практика: Передвижения в бассейне: ходьба, бег, прыжки, скольжения.

### **Тема 7.3Обучение основным техникам плавания.-1ч.**

Практика: Движения ногами в упоре лежа.

### **Тема 7.4Обучение основным техникам плавания.-1ч.**

Практика: Лежание на груди, держась за бортик бассейна.

### **Тема 7.5Обучение основным техникам плавания.-1ч.**

Практика: Передвижение в воде в полуприседе на глубине по пояс вперед и назад.

### **Тема 7.6Обучение основным техникам плавания.-1ч.**

Практика: Ходьба, высоко поднимая колени; ходьба, загребая воду руками.

### **Тема 7.7Обучение основным техникам плавания.-1ч.**

Практика: Передвижение в воде в полуприседе на глубине по пояс вперед и назад, делая «мельницу» руками.

### **Тема 7.8 Обучение основным техникам плавания.-1ч.**

Практика: Передвижение в воде, наклонив туловище вперед и опираясь руками о доску.

### **Тема 7.9 Обучение основным техникам плавания.-1ч.**

Практика: Скользжение на спине с поддержкой.

### **Тема 7.10 Обучение основным техникам плавания.-1ч.**

Практика: Скользжение на груди с предметом в руках.

### **Тема 7.11 Обучение основным техникам плавания.-1ч.**

**Практика:** Изучение работы рук при плавании кролем на груди с поддерживающими средствами.

**Тема 7.12 Обучение основным техникам плавания.-1ч.**

**Практика:** Передвижения по дну бассейна в упоре лежа.

**Тема 7.13 Обучение основным техникам плавания.-1ч.**

**Практика:** Имитация движений, характерных для плавания способом «кроль».

**Тема 7.14 Обучение основным техникам плавания.-1ч.**

**Практика:** Выполнение упражнения «Поплавок» на результат.

**Тема 7.15 Обучение основным техникам плавания.-1ч.**

**Практика:** В дружбе со спортом «Лодочки плывут»

**Раздел 8. Подводный мир – 8ч.**

**Тема 8.1 Обучение погружение под воду. – 1ч.**

**Теория:** Сообщение информации связанной с погружением

**Тема 8.2 Погружение в воду.- 1ч.**

**Практика:** Погружение лица в воду.

**Тема 8.3 Погружение в воду.- 1ч.**

**Практика:** Погружение лица в воду с открытыми глазами.

**Тема 8.4 Погружение в воду.- 1ч.**

**Практика:** Погружение в воду с головой с закрытыми глазами.

**Тема 8.5 Погружение в воду.- 1ч.**

**Практика:** Лежание на воде на спине и на груди.

**Тема 8.6 Погружение в воду.- 1ч.**

**Практика:** Погружение в воду с головой с открытыми глазами.

**Тема 8.7 Погружение в воду.- 1ч.**

**Практика:** Задержка дыхания в воде.

**Тема 8.8 Погружение в воду.- 1ч.**

**Практика:** Свободное плавание, игры в воде с мячом.

**Раздел 9. Большая вода - большие возможности – 11ч.**

**Тема 9.1 Совершенствование навыков.-1ч.**

**Практика:** Повторение подготовительных упражнений.

**Тема 9.2 Совершенствование навыков.-1ч.**

**Практика:** Лежание на груди у фиксированной опоры и подвижной опоры с работой ног способом «кроль».

**Тема 9.3 Совершенствование навыков.-1ч.**

**Практика:** Комплекс упражнений по общему согласованию движений на суше.

**Тема 9.4 Совершенствование навыков.-1ч.**

**Практика:** Комплекс упражнений по общему согласованию движений в воде.

**Тема 9.5 Совершенствование навыков.-1ч.**

**Практика:** Горизонтальное положение на воде, движения ногами.

**Тема 9.6 Совершенствование навыков.-1ч.**

**Практика:** Погружение лица в воду с приседаниями.

**Тема 9.7 Совершенствование навыков.-1ч.**

**Практика:** Различные упражнения в воде, при поддержке взрослого.

**Тема 9.8 Совершенствование навыков.-1ч.**

**Практика:** Всплытие и лежание на воде.

### **Тема 9.9 Совершенствование навыков.–1ч.**

Практика: Лежание на груди у фиксированной опоры и подвижной опоры с работой ног способом «кроль».

### **Тема 9.10 Совершенствование навыков.–1ч.**

Практика: Организационные мероприятия.

### **Тема 9.11 Совершенствование навыков.–1ч.**

Практика: Игры в воде, игры с плаванием различными стилями.

### **Планируемые результаты:**

#### **Личностные:**

Воспитаны:

- самостоятельность, навыки самообслуживания и гигиены;
- морально-волевые качества: настойчивость, терпение, целеустремлённость;
- ценностное отношение к своему здоровью и жизни, здоровью окружающих людей;
- положительные качества личности, нормы коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности;

#### **Предметные:**

Обучены:

- теоретическим и практическим основам освоения водного пространства;
- плавательным навыкам и умениям, умению владеть своим телом в непривычной среде;
- физическим качествам (ловкость, быстрота, выносливость, сила и др.);
- основным правилам безопасного поведения на воде (на открытых водоемах, в бассейне);
- Формировать устойчивый интерес к занятиям по плаванию;

#### **Метапредметные:**

Развиты способности:

- двигательной активности, за счёт направленного воспитания, основных физических качеств и физических способностей;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия техники плавания, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

## **2.Комплекс организационно-педагогических условий**

### **2.1. Календарный учебный график**

<b>Год обучения (уровень программы)</b>	<b>Дата начала обучения по программе</b>	<b>Дата окончания учебного года</b>	<b>Количество учебных недель</b>	<b>Количество учебных часов в год</b>	<b>Режим занятия</b>

1 год обучения (стартовый)	01.09.2025	31.05.2026	36	72	2 раза в неделю по 1 часу
----------------------------	------------	------------	----	----	---------------------------

### **Условия реализации программы**

Занятия по обучению плаванию проводятся в бассейне «Прогимназии №1 г.п.Терек»(в соответствии с Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН2.4.3648-20, Постановление от 28.09.2020 г. № 28). Предметно развивающая среда соответствует интересам потребностям детей, целям задачам программы. На занятиях используются материалы, безопасность которых подтверждена санитарно-эпидемиологическим условиям.

#### **Кадровое обеспечение:**

Реализация программы обеспечивается педагогическими работниками, имеющими: среднее профессиональное или высшее образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины, опыт дистанционной деятельности, а также прошедшие курсы повышения квалификации по профилю деятельности.

#### **Материально-техническое обеспечение:**

##### **Перечень оборудования:**

- плавательные доски
- мячи резиновые разных размеров
- мячи надувные разных размеров
- плавающие игрушки, предметы разных форм и размеров
- тонущие игрушки
- надувные круги разных размеров
- нарукавники
- ласты в ассортименте
- обручи тонущие
- обручи гимнастические
- аква палки
- надувные летающие тарелки
- игра дартс на надувной основе с мячиками на липучках
- конусы большие
- палка гимнастическая
- надувные жилеты
- спирометр

#### **2.2Формы аттестации и виды контроля:**

Реализация данной программы предусматривает следующие виды аттестации:

*Промежуточная аттестация* - опрос, тестирование обучающихся. Оценка уровня плавательной подготовки, технической подготовки, физической подготовленности

обучающихся. Оценка уровня технической, физической подготовленности обучающихся.

**Формы промежуточной аттестации:**

- контрольные нормативы по общей физической подготовке (ОФП);
- контрольные нормативы по специальной подготовке (СП);
- теоретическое тестирование.

**Текущая аттестация** – по итогам проведения занятия (форма педагогического контроля спортивной формы обучающихся, динамика освоение уровня содержания программы, достижений обучающихся в период обучения).

**Итоговая аттестация** - выявление уровня освоения обучающимися программы дополнительного образования, форма оценки показателей тренировочной и соревновательной подготовки и его соответствие прогнозируемым результатам.

**Форма контроля итоговой аттестации:** участие в соревнованиях.

### **Оценочные материалы по плаванию**

Целью проведения аттестации обучающихся является оценка уровня освоения обучающимися дополнительной общеразвивающей программы по плаванию. Промежуточная аттестация проводится в декабре и в апреле месяцев, итоговая аттестация проводится в конце учебного года.

### **Методическое и дидактическое обеспечение**

Учебно-методическое обеспечение включают в себя:

**Методы обучения:** словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный, частично-поисковый, проектный.

**Методы воспитания:** поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация.

**Педагогические технологии:** групповое обучение, дифференцированного обучения, коллективной творческой деятельности.

Групповая работа – одна из самых продуктивных форм организации учебного сотрудничества детей, активное включение каждого учащегося в учебный процесс. Главное условие групповой работы заключается в том, что не посредственное взаимодействие на партнерской основе. Это создает комфортное условие для всех, обеспечивает взаимопонимание междуобучающимися.

Дифференцированное обучение – это форма организации учебного процесса, при котором педагог работает с группой обучающихся, составленной с учётом наличия у них каких-либо значимых для учебного процесса общих качеств.

**Коллективная творческая деятельность** — это организация совместной деятельности взрослых и детей, при которой все участвуют в коллективном творчестве, планировании и анализе результатов.

**Здоровые сберегающие технологии:**

1. Рациональное чередование учебной и досуговой деятельности. На каждом занятии проводятся физминутки для глаз, ритмические паузы, с музыкальным сопровождением. Экспериментально доказано, что музыка может успокоить, может привести в крайне возбужденное состояние, может укрепить иммунную систему, что приводит к снижению заболеваемости, улучшению обмена веществ, активнее идут восстановительные процессы, и человек выздоравливает.

2. Мониторинг состояния содержания мастерской и инструментов. Кабинет для занятий оборудован столами и стульями по росту обучающихся и физическими характеристиками, магнитной доской, компьютером и различными инструментами, и материалами, необходимыми для занятий.
3. Беседы и воспитательная работа с обучающимися. В план воспитательной работы образовательной программы внесены: «Как организовать свой день? Режим», «О пользе витаминов», «Закаляйся, если хочешь быть здоров» и др.
4. Техника безопасности и охрана здоровья на занятиях. Младший школьный возраст особенно важен для формирования правильной осанки. Во время занятий плаванием мышцы рук напрягаются и развиваются. Так как одинаковое напряжение невозможно, то физические упражнения должны быть направлены на симметричное расслабление одних мышц и напряжение других. Только так можно помочь организму в формировании правильной осанки.

**Специальные технологии:** Проектная деятельность.

**Формы организации учебного занятия:** беседа, конкурс, защита проектов, наблюдение, открытое занятие, практическое занятие, творческая мастерская, экскурсия.

**Дидактические материалы:** раздаточные материалы, инструкционные, технологические карты, задания.

### **Алгоритм учебного занятия**

**Подготовительная часть (5 мин).** Построение обучающихся, перекличка, объяснение задач занятия в доступной форме, выполнение различных общеразвивающих и подготовительных упражнений (частично могут проводиться и в воде), знакомство с подвижными играми.

**Основная часть (20 мин).** Изучение нового материала и совершенствование ранее приобретенных навыков с помощью упражнений, игр, эстафет.

**Заключительная часть (5 мин).** Снижение физической и эмоциональной нагрузки. Самостоятельное плавание, т. е. самопроверка освоения материала занятия.

Подведение итогов занятия.

### **Критерии оценки:**

По результатам сдачи контрольных нормативов, за каждое контрольное упражнение обучающимся присуждаются баллы:

**Высокий-3 балла;**

**Средний-2 балла;**

**Низкий-1 балл.**

Сумма баллов соответствует уровню освоения программы:

1. высокий уровень -18-24 балла;
2. средний уровень -13-17 балла;
3. низкий уровень – 8-12 балла.

### **Литература для педагога:**

1. Ронова Е. К. Программа обучения плаванию в детском саду. - СПб. : «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2003.-80 с.
2. Оздоровительный комплекс в детском саду: бассейн – фитобар - сауна: Методическое пособие/ Коллектив авторов, под ред. Б. Б. Егорова. - М. :

- Издательство «ГНОМ и Д», 2004.- 160 с.
3. Осокина Т. И. Как научить детей плавать: Пособие для воспитателя дет. сада – М. : Просвещение, 1985.-80 с.
4. Осокина Т. И. и др. Обучение плаванию в детском саду: Кн. для воспитателя дет.сада и родителей-М. : Просвещение, 1991.-159 с.
5. Программы начального обучения плаванию/ Под ред. С. И. Ежиковой – Москва, 1983.- 70 с.
6. Лоурэнс Д. М. Аквазробика. Упражнения в воде. М; 2000.
7. Яковлева С. А. Игры и обучение плаванию младших дошкольников. // Инструктор по физкультуре. – 2009. – с. 96.
8. Рокосовская Л. Г. Обучение плаванию способом брасс. // Инструктор по физкультуре. – 2009. – с. 55.
9. Аскарова Г. Н. Использование нестандартного оборудования в обучении дошкольников плаванию. // Инструктор по физкультуре. – 2009. – с. 38.
10. Есипова С. Н. Взаимодействие ДОУ и семьи по обучению детей плаванию. // Инструктор по физкультуре. – 2009. – с. 94.
11. Полунина Н. С. Обучение детей танцам на воде с элементами синхронного плавания. // Инструктор по физкультуре. – 2010. – с. 98.
12. Яблонская С. В., Циклис С. А. Физкультура и плавание в детском саду. М., 2008.

**Литература для обучающихся:**

1. Фирсов З. П. Плавание для всех. – М., 1983.
2. Булгакова Н. Ж. Учите детей плавать. – М., 1977.
3. Левин Г. Плавание для малышей. – М., 1974.
4. Горбунов В. В. Вода дарит здоровье. – М., 1990.
5. Литвинов А. А., Иванчин Е. В. Азбука плавания. – СПб. 1995.
6. Интернет. Федеральный портал «Дополнительное образование детей» <http://www.vidod.edu.ru>

**Интернет - ресурсы:**

- 1.<http://www.swimming.ru/>
- 2.<http://www.russwimming.ru/>
- 3.Демонстрация техники плавания[www.virtual-swim.com](http://www.virtual-swim.com)

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ МЕСТНОЙ АДМИНИСТРАЦИИ  
ТЕРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА  
КАБАРДИНО - БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ПРОГИМНАЗИЯ №1 ГОРОДСКОГО ПОСЕЛЕНИЯ ТЕРЕК» ТЕРСКОГО  
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КБР

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
НА 2025-2026 УЧЕБНЫЙ ГОД  
К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ  
«РУСАЛОЧКА»

**Уровень программы:** стартовый

**Адресат:** обучающиеся от 7 до 8 лет

**Форма обучения:** очная.

Автор составитель: Гоникова Танзилия Руслановна – педагог дополнительного образования.

г.п. Терек, 2025г

### **Цель и задачи программы:**

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

### **Задачи программы:**

#### **Личностные:**

Воспитать:

- самостоятельность, навыки самообслуживания и гигиены;
- морально-волевые качества: настойчивость, терпение, целеустремлённость;
- ценностное отношение к своему здоровью и жизни, здоровью окружающих людей;
- положительные качества личности, нормы коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности;

#### **Предметные:**

Научить:

- теоретическим и практическим основам освоения водного пространства;
- плавательным навыкам и умениям, умению владеть своим телом в непривычной среде;
- физическим качествам (ловкость, быстрота, выносливость, сила и др.);
- основным правилам безопасного поведения на воде (на открытых водоемах, в бассейне);
- Формировать устойчивый интерес к занятиям по плаванию;

#### **Метапредметные:**

Развить способности:

- двигательной активности, за счёт направленного воспитания, основных физических качеств и физических способностей;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия техники плавания, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

### **Планируемые результаты:**

### **Задачи программы:**

#### **Личностные:**

**Воспитаны:**

- самостоятельность, навыки самообслуживания и гигиены;
- морально-волевые качества: настойчивость, терпение, целеустремлённость;
- ценностное отношение к своему здоровью и жизни, здоровью окружающих людей;
- положительные качества личности, нормы коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности;

**Предметные:****Обучены:**

- теоретическим и практическим основам освоения водного пространства;
- плавательным навыкам и умениям, умению владеть своим телом в непривычной среде;
- физическим качествам (ловкость, быстрота, выносливость, сила и др.);
- основным правилам безопасного поведения на воде (на открытых водоемах, в бассейне);
- Формировать устойчивый интерес к занятиям по плаванию;

**Метапредметные:****Развиты способности:**

- двигательной активности, за счёт направленного воспитания, основных физических качеств и физических способностей;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия техники плавания, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

**Календарно-тематический план.**

№ п/п	Дата занятия		Название раздела, темы	Содержание деятельности		Коли- чество часо- в	Форма аттестации/ контроля
	По плану	По факту		Теоретическая часть занятия	Практическая часть занятия		
<b>Раздел 1. «Вводное занятие» (1 ч.)</b>							
1.1.			Вводное занятие. Инструктаж по ТБ	Меры безопасност и в раздевалке, душе, на воде		1	Входное тестирова ние опрос
<b>Раздел 2. Ознакомительные занятия (3ч.)</b>							

2.1.		Правила поведения в бассейне	Сообщение детям знаний о бассейне		1	Беседа, обсуждение
2.1.		Правила поведения на воде	Сообщение детям знаний о воде		1	Беседа, обсуждение
2.3.		Построение. Расчет. Гимнастическая разминка		Развитие гибкости и координации	1	Практическая работа

### **Раздел 3. Общефизическая подготовка (8ч.)**

3.1.		Виды и техника плавания	Начальное понятие о стилях плавания		1	Беседа
3.2.		Ходьба		Правила ходьбы и бега	1	Практическая работа
3.3.		Работа рук ног на сухе		Упражнения на работу рук, ног	1	Практическая работа
3.4.		Передвижение в воде вдоль бортика		Движение вдоль бортика	1	Практическая работа
3.5.		Чередование ходьбы и бега разными видами		Чередовать ходьбу и бег	1	Практическая работа
3.6.		Отталкивание от бортика		Учиться отталкиваться от бортика	1	Практическая работа
3.7.		Комплекс упражнений в воде		Правила выполнения движений	1	Практическая работа
3.8.		Игра “Пятнашки с поплавками”		Свободные игры	1	Практическая работа

### **Раздел 4. Подготовительные занятия (10ч.)**

4.1.		Подготовительные упражнения на сухе	Обсуждение подготовки упражнений на задержку дыхания		1	Обсуждение
4.2.		Упражнения на задержку дыхания		Правильно задерживать дыхание	1	Практическая работа

4.3.		Работа рук ног в воде		Правильная работа рук ног в воде	1	Практическая работа
4.5.		Лежание, держась за бортик бассейна		Учимся лежать держась за бортик	1	Практическая работа
4.6.		Работа ног способом «кроль» с подвижной опорой		Упражнения для правильной работы ног	1	Практическая работа
4.7.		Работа рук способом «кроль» с подвижной опорой		Упражнения для правильной работы рук	1	Практическая работа
4.8.		Упор лежа спереди на прямых руках		Упор на прямых руках	1	Практическая работа
4.9.		Движения прямыми ногами вверх-вниз, как при плавании кролем		Правильная постановка движений с прямыми ногами	1	Практическая работа
4.10		Отталкивание, скольжение на груди		Научиться правильно отталкиваться и скользить	1	Практическая работам
4.11		Игры «Насос», «Цапля и лягушки»		Свободные игры	1	Практическая работа

#### **Раздел 5. Обучение плаванию (бч.)**

5.1.		Разучивание движений ног		Повторять упражнения на правильное движение ног	1	Обсуждение
5.2.		Разучивание движений рук		Повторять упражнения на правильное движение рук	1	Обсуждение
5.3.		Скольжение на груди с задержкой дыхания		Учиться выполнять упражнения на скольжение одновременно задерживая	1	Практическая работа

				дыхание		
5.6.		Скольжение на спине с поддержкой		Скольжение на спине	1	Практическая работа
5.7.		Скольжение на груди, прямые руки впереди		Выполнять скольжение с правильной постановкой рук	1	Практическая работа
5.8.		Скольжение на спине, прямые руки вверху		Выполнять скольжение с правильной постановкой рук	1	Практическая работа

#### Раздел 6: Техническая подготовка (10ч.)

6.1.		Общие правила для постановки дыхания во время плавания	Вдох выдох. Рассказать о правилах правильного дыхания		1	Беседа
6.2.		Лежание, держась за бортик бассейна		Выполнение упражнений на скольжение	1	Практическая работа
6.3.		Работа ног способом «кроль» с подвижной опорой		Выполнение упражнений ногами способом «кроль»	1	Практическая работа
6.4.		Скольжение «стрелой» толчком одной ноги от стены бассейна и толчком двух со дна бассейна		Учиться скользить отталкиваясь одной ногой и двумя ногами	1	Практическая работа
6.5.		Упражнения на дыхание		Упражнять дыхание	1	Практическая работа
6.6.		Выполнение упражнений на скольжение на груди с выполнением работы ног в технике «кроль»		Выполнение упражнений ногами способом «кроль»	1	Практическая работа

6.7.		Выполнение упражнений на скольжение на груди и спине с работой ног в согласовании с дыханием		Выполнение упражнений на скольжение с работой ног и дыханием	1	Практическая работа
6.8.		Комплекс упражнений в воде		Упражнение рук и ног в воде	1	Практическая работа
6.9.		Игры «Насос», «Цапля и лягушки»		Свободные игры	1	Практическая работа
6.10		Свободное плавание. Игры в воде с мячом		Игры с мячом	1	Практическая работа

**Раздел 7 Основы техники плавания и методики тренировки – 15ч.**

7.1.		Передвижение в воде вдоль бортика, по кругу		Обучение основным техникам плавания	1	Беседа
7.2.		Передвижения в бассейне: ходьба, бег, прыжки, скольжения		Учиться правильно передвигаться в воде	1	Беседа
7.3.		Движения ногами в упоре лежа		Выполнить правильные движения ногами в упоре лежа	1	Практическая работа
7.4.		Лежание на груди, держась за бортик бассейна		Выполнение упражнений на скольжение	1	Практическая работа
7.5.		Передвижение в воде в полуприседе на глубине по пояс вперед и назад		Учиться правильно передвигаться в воде	1	Практическая работа
7.6.		Ходьба, высоко поднимая колени; ходьба, загребая воду руками		Ходьба с работой рук	1	Практическая работа
7.7.		Передвижение в воде в полуприседе на глубине по пояс вперед и назад,		Передвигаться в воде выполняя упражнения	1	Практическая работа

		делая «мельницу» руками		руками		
7.8.		Передвижение в воде, наклонив туловище вперед и опираясь руками о доску		Передвижение в воде, с использованием разных предметов	1	Практическая работа
7.9.		Скольжение на спине с поддержкой		Учиться скользить, с поддержкой	1	Практическая работа
7.10		Скольжение на груди с предметом в руках		Скользить с вспомогательными предметами в руках	1	опрос
7.11		Изучение работы рук при плавании кролем на груди с поддерживающими средствами		Изучать правильное движение рук при плавании с поддержкой	1	Практическая работа
7.12		Передвижения по дну бассейна в упоре лежа		Правильное передвижение по дну бассейна	1	Практическая работа
7.13		Имитация движений, характерных для плавания способом «кроль»		Учиться правильно выполнять движения имитирующие плавание	1	Практическая работа
7.14		Выполнение упражнения «Поплавок» на результат		Соревнования. Выполнение упражнений на результат	1	Практическая работа
7.15		В дружбе со спортом «Лодочки плывут»		Командные соревнования	1	Практическая работа

#### Раздел 8. Подводный мир (8ч.)

8.1.		Сообщение информации связанной с погружением	Информация обучения погружения под воду.		1	Беседа
8.2.		Погружение лица в воду с закрытыми глазами		Погрузить лицо в воду с закрытыми глазами	1	Практическая работа

8.3.		Погружение лица в воду с открытыми глазами		Погрузить лицо в воду с открытыми глазами	1	Практическая работа
8.4.		Погружение в воду с головой с закрытыми глазами		Погрузить лицо и голову полностью, с закрытыми глазами	1	Практическая работа
8.5.		Лежание на воде на спине и на груди		Лежание на воде на спине и на груди.	1	Практическая работа
8.6.		Погружение в воду с головой с открытыми глазами		Погрузить лицо и голову полностью, с открытыми глазами	1	Практическая работа
8.7.		Задержка дыхания в воде		Задерживать дыхание при погружении с головой	1	Практическая работа
8.8		Свободное плавание, игры в воде с мячом		Свободные игры	1	Практическая работа

#### **Раздел 9. Большая вода - большие возможности – 11ч.**

9.1.		Повторение подготовительных упражнений		Повторение подготовительных упражнений	1	Практическая работа
9.2.		Лежание на груди у фиксированной опоры и подвижной опоры с работой ног способом «кроль»		Лежание на воде с подвижной опорой с работой ног	1	Практическая работа
9.3.		Комплекс упражнений по общему согласованию движений на сухе		Выполнять комплекс упражнений рук и ног на сухе	1	Практическая работа
9.4.		Комплекс упражнений по общему согласованию движений в воде		Выполнять комплекс упражнений рук и ног в воде	1	Практическая работа

9.5.		Горизонтальное положение на воде, движения ногами		Упражнять движение ног в воде в горизонтальном положении	1	Практическая работа
9.6.		Погружение лица в воду с приседаниям		Погружение лица в воду с приседаниями	1	Практическая работа
9.7.		Различные упражнения в воде, при поддержке взрослого		Выполнять упражнения ног и рук, при поддержке взрослого	1	Практическая работа
9.8.		Всплывание и лежание на воде		Учиться всплывать и лежать на воде, с задержкой дыхания при поддержке взрослого	1	Практическая работа
9.9.		Лежание на груди у фиксированной опоры и подвижной опоры с работой ног способом «кроль»		Лежание на груди у фиксированной опоры и подвижной опоры с работой ног способом «кроль»	1	Практическая работа
9.10		Организационные мероприятия		Командные соревнования	1	Беседа
9.11		Игры в воде, игры с плаванием различными стилями		Свободное плавание и игры в воде	1	Практическая работа
		<b>Всего</b>			<b>72</b>	

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ МЕСТНОЙ АДМИНИСТРАЦИИ  
ТЕРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА  
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ПРОГИМНАЗИЯ №1 ГОРОДСКОГО ПОСЕЛЕНИЯ ТЕРЕК» ТЕРСКОГО  
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КБР

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ  
НА 2025-2026 УЧЕБНЫЙ ГОД  
К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ  
**«РУСАЛОЧКА»**

**Уровень программы:** стартовый.

**Адресат:** обучающиеся от 7 до 8 лет.

**Год обучения:** 1 год обучения.

**Автор составитель:** Гоникова Танзила Руслановна – педагог дополнительного образования.

**г.п. Терек, 2025г.**

**1. Характеристика объединения «Русалочка»**

Деятельность объединения «Русалочка» имеет физкультурно – спортивную направленность.

**2. Количество обучающихся** объединения «Русалочка» составляет 45 человек.

Из них мальчиков –, девочек –.

Обучающиеся имеют возрастную категорию детей от 7 до 8 лет.

**3. Формы работы:** групповые.

**4. Направления работы:**

1. Гражданско-патриотическое
2. Духовно-нравственное
3. Художественно-эстетическое
4. Спортивно-оздоровительное
5. Экологическое воспитание
6. Воспитание познавательных интересов
7. Трудовое и профориентационное

**5. Цель, задачи и планируемый результат воспитательной работы.**

**Цель воспитательной работы:** создание условий для формирования социально-активной, творческой, нравственно и физически здоровой личности, способной на сознательный выбор жизненной позиции, а также к духовному и физическому самосовершенствованию, саморазвитию в социуме.

**Задачи воспитательной работы:**

- способствовать развитию морально-нравственных качеств, обучающихся: честности, доброты, совести, ответственности, чувства долга;
- развить волевые качества, обучающихся: самостоятельности; дисциплинированности; инициативности; принципиальности, самоотверженности, организованности;
- воспитать стремления к самообразованию, саморазвитию, самовоспитанию;
- формировать нравственные отношения к человеку, труду и природе;
- воспитать обучающихся в духе демократии, личностного достоинства, уважения прав человека, гражданственности и патриотизма;
- Воспитать отношение к человеку как к личности и потребность в здоровом образе жизни.

**Планируемые результаты**

- развиты морально-нравственные качества, обучающихся: честность, доброта, совесть, ответственность, чувства долга;

- развиты волевые качества обучающихся: самостоятельность; дисциплинированность; инициативность; самоотверженность, организованность;
- воспитаны стремления к самообразованию, саморазвитию, самовоспитанию;
- формировать нравственные отношения к человеку, труду и природе;
- воспитаны в духе демократии, личностного достоинства, уважения прав человека, гражданственности и патриотизма;
- воспитаны отношение к человеку как к личности и потребность в здоровом образе жизни.

## **6. Работа с коллективом обучающихся.**

- формирование практических умений по организации органов самоуправления этике и психологии общения, технологии социального и творческого проектирования;
- обучение умениям и навыкам организаторской деятельности, самоорганизации, формированию ответственности за себя и других;
- развитие творческого культурного, коммуникативного потенциала ребят в процессе участия в совместной общественно – полезной деятельности;
- содействие формированию активной гражданской позиции;
- воспитание сознательного отношения к труду, к природе, к своему городу.

## **7. Работа с родителями.**

- Организация системы индивидуальной и коллективной работы с родителями (тематические беседы, собрания, лектории, индивидуальные консультации);
- содействие сплочению родительского коллектива и вовлечение в жизнедеятельность творческого объединения (организация и проведение открытых занятий и мероприятий для родителей в течение года);
- оформление информационных уголков для родителей по вопросам воспитания детей.

## 8. Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Направление воспитательной работы	Наименование мероприятия	Срок выполнения	Ответственный	Планируемый результат	Примечание
1	<b>Гражданско-патриотическое</b>	«День народного единства». Открытки, стихи, рисунки	ноябрь	Гоникова Т.Р.	Воспитаны чувства патриотизма, долга, любви к Родине. Развиты доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость.	
2	<b>Духовно-нравственное</b>	Беседа «Дорогу осилит идущий»	январь	Гоникова Т.Р.	Развиты коммуникативные возможности обучающихся, умение правильного общения в коллективе. Воспитаны нравственные ценности: толерантность, доброта, дружеские отношения.	
3	<b>Художественно-эстетическое</b>	Мероприятие, посвященное Дню 8 марта «Все цветы и песни посвящаем маме»	март	Гоникова Т.Р.	Развиты творческие навыки обучающихся. Воспитаны чувство уверенности в себе через участие в конкурсе.	
4	<b>Спортивно-оздоровительное</b>	Цикл лекций и бесед на тему: «Задетство без	сентябрь	Гоникова Т.Р.	Знают меры профилактики для сохранения здоровья.	

		травм»			Обучающиеся знают понятие о травматизме, научились подавлять в себе стремление неразумно рисковать в опасной для жизни ситуации.	
5	<b>Экологическое</b>	Экологические субботники «Чистая планета»	апрель	Гоникова Т.Р.	Сформирована экологическая культура обучающихся.	
6	<b>Воспитание познавательных интересов</b>	Мероприятие посвященное Дню науки «Умницы и умники»	февраль	Гоникова Т.Р.	Сформированы у обучающихся потребности в приобретении новых знаний.	
7	<b>Трудовое и профориентационное</b>	Беседа «Как достичь успеха в профессии»	май	Гоникова Т.Р.	Сформированы у обучающихся представление о понятии “успех”, факторах определяющих успешность человека в жизни, отработка умений работать с текстом, анализировать его, отработка умений выступать перед аудиторией.	