

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Петрозаводского городского округа «Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным
осуществлением деятельности по физическому развитию детей № 12 «Дельфинчик»
(МДОУ «Детский сад № 12»)

«ПРИНЯТО»

на заседании педагогического совета
Протокол № 4 от 30.05.2023 г

«УТВЕРЖДЕНО»

приказом № 21/1 - од от 31.05.2023г.

«ОДОБРЕНО»

на заседании Совета родителей
Протокол № 2 от 30.05.2023 г

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Аквааэробика» для детей 5-7 лет
(срок реализации 1 год)**

Петрозаводск,
2023

№ п/п	Содержание
1.	Паспорт дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Аквааэробика» для детей 5-7 лет (Программа)
2.	Пояснительная записка
2.1.	Цель и задачи Программы.
3.	Возрастные особенности детей старшего дошкольного возраста
4.	Режим проведения занятий, количество часов.
5.	Формы учета навыков, умений по результатам освоения Программы.
6.	Разделы Программы.
7.	Материально техническое обеспечение.
8.	Календарно – тематическое планирование.
9.	Результаты освоения Программы
10.	Список литературы
	Приложение
	Календарный учебный график
	Учебный план

Паспорт программы.

Наименование программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Аквааэробика» для детей 5-7 лет
Заказчик программы	муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Петрозаводского городского округа «Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию детей № 12 «Дельфинчик»
Направление	Физкультурно-спортивное
Автор программы	Инструктор по физической культуре высшей квалификационной категории Титова Екатерина Анатольевна
Целевая группа	Воспитанники 5-7 лет МДОУ «Детский сад № 12»
Нормативно - правовая основа	<ul style="list-style-type: none"> - Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. №273-ФЗ; - Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»; - Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; - Постановление Правительства Российской Федерации от 15 сентября 2020 г. № 1441 «Об утверждении правил оказания платных образовательных услуг»; - Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
Цель программы	Всестороннее развитие физических качеств ребёнка, раннее приобщение детей к здоровому и активному образу жизни
Задачи программы	<p style="text-align: center;"><i>Оздоровительные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Закаливанию организма, профилактика простудных заболеваний; - Предупреждение искривления позвоночника и возникновения плоскостопия; - Гармоничное развитие всех мышечных групп;

	<ul style="list-style-type: none"> - Развивать, выносливость, гибкость, силу, координацию движений, чувство равновесия. <li style="text-align: center;"><i>Образовательные задачи:</i> - Развивать самоконтроль и самооценку при выполнении физических упражнений под музыку; - Развитие чувства ритма. <li style="text-align: center;"><i>Воспитательные задачи:</i> - Развитие умения работать в команде; - Развитие внимания, зрительного восприятия, умения запоминать и точно повторить движения
Срок реализации	1 учебный год

2. Пояснительная записка.

Плавание способствует оздоровлению, физическому развитию и закаливанию детей. Купание, плавание, игры и развлечения на воде - один из самых полезных физических упражнений, способствующий оздоровлению детей, укрепляющий их нервную систему. Поэтому, чем раньше приучить ребенка к воде, научить его плавать, тем полнее скажется положительное воздействие плавания на развитии всего детского организма. Одним из таких средств являются занятия аквааэробикой.

Аквааэробика — это популярный вид физических упражнений для умеющих и не умеющих плавать детей. Одной из особенностей является выполнение упражнений в горизонтальном и вертикальном (в отличие от плавания) положениях тела на глубокой и мелкой воде.

Аквааэробика – включает элементы плавания и синхронного плавания, водного поло, различных игр и эстафет на воде.

В отличие от других видов физических упражнений Аквааэробика обеспечивает более высокий оздоровительный эффект. Аквааэробика, так же, как и плавание, повышает сопротивляемость организма воздействию температурных колебаний, повышает устойчивость организма к простудным заболеваниям. Во время занятий в воде мышцы напрягаются и расслабляются ритмично. Выполнение статических упражнений в воде способствует самовытяжению позвоночника, его естественной разгрузке, вырабатывается правильная осанка при одновременном укреплении всех групп мышц. Построение занятий в игровой форме с высоким уровнем положительных эмоций - залог успешного физического развития, обучения и воспитания. Одной из особенностей аквааэробики является этом работа практически всех групп мышцы тела, что способствует гармоничному развитию мускулатуры и подвижности в основных суставах. Давление воды на подкожное венозное русло, глубокое диафрагмальное дыхание и взвешенное состояние тела – все это способствует притоку крови к сердцу и в целом существенно облегчает его работу. Занятия аквааэробикой помогают развивать такие качества, как сила, выносливость, гибкость и ловкость. Особенно

велико их оздоровительное и укрепляющее воздействие на интенсивно развивающийся детский организм: формирование «мышечного корсета», искривления позвоночника, гармоничное развитие всех мышечных групп.

Занятия проводятся в бассейне МДОУ «Детский сад № 12». Форма проведения занятий способствует приобщению детей к физической культуре, воспитывает любовь к спорту.

Основными средствами занятий аквааэробикой являются *физические упражнения*, выполняемые в воде:

- для освоения с водной средой;
- для освоения и совершенствования навыка плавания;
- на силовые способности;
- на гибкость;
- на выносливость;
- на расслабление;
- на дыхание;
- на укрепление мышц, поддерживающих осанку.
- на координацию движений.

2.1. Цель программы: Всестороннее развитие физических качеств ребёнка, раннее приобщение детей к здоровому и активному образу жизни

Задачи программы:

Оздоровительные задачи:

- Закаливание организма, профилактика простудных заболеваний;
- Предупреждение искривления позвоночника и возникновения плоскостопия;
- Гармоничное развитие всех мышечных групп;
- Развивать, выносливость, гибкость, силу, координацию движений, чувство равновесия.

Образовательные задачи:

- Развивать самоконтроль и самооценку при выполнении физических упражнений под музыку;
- Развитие чувства ритма.

Воспитательные задачи:

- Развитие умения работать в команде;
- Развитие внимания, зрительного восприятия, умения запоминать и точно повторить движения.

3. Возрастные особенности детей старшего дошкольного возраста

Старший дошкольный возраст (от 5 до 6 лет).

Шестой год жизни ребёнка характеризуется замедлением скорости роста тела. Тело растёт неравномерно – длина ног и верхней части тела растёт медленно, а скорость роста длины рук и диаметра тела увеличивается. Развитие

опорно-двигательной системы ребёнка ещё незавершенно (скелет, суставно – связочный аппарат, мускулатура).

Позвоночный столб ребёнка шестого года жизни чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, связок. При излишней массе тела, а также при неблагоприятных условиях, например при частом поднятии ребёнком тяжестей, нарушается осанка. У ребёнка преобладает тонус мышц – разгибателей, что не даёт возможности при длинном статическом положении долго удерживать спину прямой. Сердечно – сосудистая система ещё не достигает полного развития. Общее физическое развитие и динамика функциональной зрелости системы дыхания идёт неравномерно. У детей возрастает осознанность освоения более сложных основных движений. Это позволяет повысить требования к качеству их выполнения, больше внимания уделять развитию физических и морально – волевых качеств (быстрота, ловкость, выносливость, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений (умение приходить на помощь товарищу, сопереживать его успехам и неудачам, быть заботливым и внимательным друг к другу).

Старший дошкольный возраст (от 6 до 7 лет)

Седьмой год жизни ребёнка характеризуется продолжением активного формирования осанки и свода стопы. Так как костная ткань богата органическими элементами, то скелет старших дошкольников всё ещё эластичен и подвержен деформации. Это может стать причиной травм не только конечностей, но и позвоночника. К семи годам у ребёнка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по – прежнему слабы мелкие мышцы. У детей ярко выражен грудной тип дыхания. Лёгочная ткань имеет большое количество лимфатических сосудов и респираторных бронхиол, поэтому для детей этого возраста характерны болезни, связанные с воспалительными процессами в лёгких.

Резервные возможности сердечно – сосудистой и дыхательной системы у детей достаточно высоки. Динамика нервной системы облегчает освоение детьми движений, физических упражнений, улучшается качество двигательной деятельности дошкольников. Движения ребёнка становятся более координированными и точными. Основой проявления двигательной деятельности является развитие устойчивого равновесия.

В двигательной деятельности формируются навыки самоорганизации, взаимоконтроля. Дети проявляют волевые усилия при выполнении заданий, для них важен результат. Появляется возможность на основе закладываемой произвольности сформировать у детей потребность заниматься физическими упражнениями, развивать самостоятельность, инициативу в освоении новых видов движений.

4. Режим проведения занятий, количество часов.

Количество занятий в год – 28 занятия с октября по апрель.

Количество обучающихся в группе – 10-12 человек.

Каждое занятие продолжительностью 30 минут без учета выполнения гигиенических процедур до и после занятия (раздевание, принятие душа, одевание купальных принадлежностей, обтирание полотенцем, одевание после занятия)

Каждое занятие включает в себя следующие составные части:

1 часть: разминка, разучивание элементов движений на суше (5 минут)

2 часть: комплекс аквааэробики (20 минут)

3 часть: свободное плавание (5 минут)

Программа является вариативной: инструктор может вносить изменения в состав упражнений, увеличивать или сокращать время на упражнение в зависимости от степени усвоения, вводить соревновательные моменты и т.д.)

5. Формы учета навыков, умений по результатам освоения программы.

Способами определения результативности программы является диагностика, проводимая в конце года в виде естественно-педагогического наблюдений:

- Интересы воспитанников к занятиям, стремления к достижению положительных результатов;
- Индивидуальных достижений воспитанников;

На последнем занятии по программе проводится открытое занятие для родителей с целью демонстрации приобретенных навыков.

6. Разделы программы.

Тема	Количество занятий в месяц	Количество занятий в год
1. <i>Общеразвивающие и профилактические упражнения</i> (на расслабление; дыхательные упражнения; освоения с водной средой)	1	7
2. <i>Упражнения на развитие мышечных групп</i> (мышцы верхних, нижних конечностей, укрепление мышц туловища, поддерживающих осанку)	1	7
3. <i>Плавательные упражнения</i>	1	7
5. <i>Упражнения на развитие физических качеств-</i> (сила, гибкость, выносливость, координация движений, чувство равновесия)	1	7
6. <i>Мониторинг</i>		
Итого:	4	28

7. Материально техническое обеспечение.

- бассейн МДОУ «Детский сад № 12»;
- плавательные доски /плотики;
- игрушки надувные и плавающие разных форм и размеров;
- надувные круги разных размеров;
- нарукавники;
- очки для плавания;
- мячи разных размеров;
- нестандартное оборудование для игр в воде;
- гимнастические палки;
- музыкальный центр

8. Календарно – тематическое планирование.

Занятия №	Тема	Программные задачи	Методические приёмы
Октябрь			
1	Общеразвивающие и профилактические упражнения	Ознакомить с температурой, плотностью, вязкостью, сопротивлением воды. Обучение правильному дыханию во время выполнения упражнений.	Объяснение. Звуковой сигнал. Команды. Непосредственная помощь
2	Упражнения на развитие мышечных групп	Укрепление мышц верхних, нижних конечностей и мышц туловища.	Показ Зрительные и звуковые ориентиры Упражнения-повторения
3	Игровые упражнения	Повышение функциональных возможностей организма.	Показ. Игры: «Подводные лодки», «Зеркальце», «Поезд в туннель», «Пятнашки с поплавками».
4	Плавательные упражнения	Закрепить плавательные навыки (всплытие и лежание на воде)	Разучивание по частям. Приказание. Устранение ошибок
5	Общеразвивающие и профилактические упражнения	Развить чувство ритма. Повысить жизненную ёмкость лёгких.	Показ Объяснение. Звуковой сигнал. Команды. Непосредственная помощь
Ноябрь			
6	Упражнения на развитие мышечных групп	Укрепление мышц верхних, нижних конечностей и мышц туловища.	Зрительные и звуковые ориентиры Упражнения-повторения
7	Плавательные упражнения	Закрепить плавательные навыки (скольжение на груди и спине с работой ног в стиле кроль)	Устранение ошибок Приказание.
8	Упражнения на развитие физических	Развить силовые способности	Имитация Упражнения-повторения

	качеств		
9	Общеразвивающие и профилактические упражнения	Развить чувство ритма. Повысить жизненную ёмкость лёгких.	Показ Объяснение. Звуковой сигнал. Команды
Декабрь			
10	Упражнения на развитие мышечных групп	Укрепление мышц верхних, нижних конечностей и мышц туловища.	Имитация. Непосредственная помощь
11	Игровые упражнения	Повышение функциональных возможностей организма.	Игры: «Подводные лодки», «Зеркальце», «Поезд в туннель», «Пятнашки с поплавками».
12	Упражнения на развитие физических качеств	Развить выносливость	Показ Зрительные и звуковые ориентиры
Январь			
13	Общеразвивающие и профилактические упражнения	Развить чувство ритма. Повысить жизненную ёмкость лёгких.	Показ Объяснение. Звуковой сигнал. Команды Устранение ошибок
14	Плавательные упражнения	Закрепить плавательные навыки (упражнения «звезда», «поплавок»)	Показ Имитация. Приказание. Непосредственная помощь
15	Игровые упражнения	Повышение функциональных возможностей организма.	Зрительные и звуковые ориентиры. Игры: «Подводные лодки», «Зеркальце», «Поезд в туннель», «Пятнашки с поплавками».
Февраль			
16	Упражнения на развитие физических качеств	Развить гибкость	Показ Имитация. Непосредственная помощь
17	Общеразвивающие и профилактические упражнения	Развить чувство ритма. Повысить жизненную ёмкость лёгких.	Показ Объяснение. Звуковой сигнал. Команды Устранение ошибок
18	Упражнения на развитие мышечных групп	Укрепление мышц верхних, нижних конечностей и мышц туловища.	Зрительные и звуковые ориентиры Имитация
19	Игровые упражнения	Повышение функциональных возможностей организма.	Игры: «Подводные лодки», «Зеркальце», «Поезд в туннель», «Пятнашки с поплавками».
Март			
20	Общеразвивающие и профилактические упражнения	Развить чувство ритма. Повысить жизненную ёмкость лёгких.	Показ Объяснение. Звуковой сигнал. Команды
21	Упражнения на развитие мышечных групп	Укрепление мышц верхних, нижних конечностей и мышц туловища.	Имитация. Упражнения-повторения Непосредственная помощь

22	Плавательные упражнения	Закрепить плавательные навыки (скольжение)	Непосредственная помощь
23	Упражнения на развитие физических качеств	Развить силу и координацию движений	Имитация
Апрель			
24	Общеразвивающие и профилактические упражнения	Развить чувство ритма. Повысить жизненную ёмкость лёгких.	Показ Объяснение. Звуковой сигнал. Команды
25	Плавательные упражнения	Закрепить плавательные навыки (лежание на воде, скольжение)	Упражнения-повторения Зрительные и звуковые ориентиры
26	Игровые упражнения	Повышение функциональных возможностей организма	Игры: «Подводные лодки», «Зеркальце», «Поезд в туннель», «Пятнашки с поплавами».
27	Упражнения на развитие физических качеств	Развить выносливость и чувство равновесия	Упражнения-повторения. Показ Имитация
28	Открытое занятие для родителей	Демонстрация умений, наработанных физических качеств	Показ Объяснение. Звуковой сигнал. Команды

9. Результаты освоения программы

В результате освоения программа обучающиеся, прошедшие полный курс программы, приобретают следующие навыки:

- общее укрепление организма;
- свободное передвижение в воде;
- закрепление плавательных навыков;
- умение ритмично повторять заданные движения в такт музыке;
- укрепление мышц;
- развитие дыхания;
- умение работать в команде.

10. Список литературы.

1. Осокина, Т.И., Тимофеева, Е.А., Богина, Т.Л. Обучение плаванию в детском саду: Книга для воспитателей детского сада и родителей/ Т.И.Осокина, Е.А.Тимофеева, Т.Л. Богина. - М.: Просвещение, 1991
2. Маханева, М.Д., Баранова, Г.В. Фигурное плавание в детском саду: Методическое пособие. - М.: ТЦ Сфера, 2009.
3. Василец В. Акваэробика: учебно-методическое пособие., Пинск, 2016
4. Арзамасцева Л., Морозова Л. Обучение плаванию и акваэробике в группах оздоровительной направленности ДОУ. Из-во «Аркти», 2011

Утверждено»
приказом № 21/1 - од от 31.05.2023г.

Календарный учебный график
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
физкультурно-спортивной направленности «Аквааэробика» для детей 5-7 лет
МДОУ «Детский сад №12»
на 2023- 2024 учебный год

Образовательный процесс	Учебный период	Количество занятий учебных недель в год	<i>Из них каникулярные недели</i>	Примечания <i>В продолжительность учебных недель не входят праздничные дни</i>
Организованная дополнительная образовательная деятельность в течение года	02.10.23 г. – 26.04.24 г.	28	зимние каникулы: 25.12.23 г. – 08.01.24 г. (3 недели)	4.11.23 г.; 1-8.01.24 г. 8.03.24 г. 23.02.24 г. 1, 9, 05. 2024
Организованная дополнительная образовательная деятельность в первом полугодии	02.10.23 г. – 22.12.23 г.	12	летние каникулы: 01.06.24 г. – 31.08.24 г. (13 недель)	
Организованная дополнительная образовательная деятельность во втором полугодии	09.01.24 г. – 30.04.24 г.	16	всего: 16 недель	

МДОУ «Детский сад №12» в 2023 – 2024 учебном году реализует дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу физкультурно-спортивной направленности «Аквааэробика» для детей 5-7 лет с 02. 10.2023 г. и заканчивается 30.04.2024 г.

График учебной деятельности составлен на 28 (без учета каникулярного времени в период учебного года) учебные недели, в соответствие с правоустанавливающими документами:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. №273-ФЗ;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;

- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановлением Правительства Российской Федерации от 15 сентября 2020 г. № 1441 «Об утверждении правил оказания платных образовательных услуг»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

В график включены зимние, летние каникулы, отмечены государственные праздничные дни. В летний период, в каникулярное время и праздничные дни образовательная деятельность по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе не проводится. Проведение промежуточной аттестации обучающихся не предусмотрено.

Утверждено»
приказом № 21/1 - од от 31.05.2023г.

Учебный план
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
физкультурно-спортивной направленности «Акваэробика» для детей 5-7 лет
МДОУ «Детский сад №12»
на 2023- 2024 учебный год

№ п/п	Наименование кружков, клубов, секций, объединений (в соответствии с рабочими программами)	Уровень образования	Количество групп/ количество обучающихся в них	Нормативный срок освоения	Количество часов в неделю (на одного ребенка / на все группы)	Количество часов в неделю по годам обучения (на одного ребенка / на все группы)
						1- год
1	«Акваэробика»	Дошкольное образование	1/10	До 1 года	1(05 + 0,5)	28

Возрастная группа	Количество учебных недель в год	Объем недельной дополнительной организованной образовательной деятельности	Объем годовой организованной образовательной деятельности
5-7 лет	28	1 занятий в неделю = 30 мин	28 занятий = 14 ч.

Пояснительная записка к учебному плану
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
физкультурно-спортивной направленности «Аквааэробика» для детей 5-7 лет

Учебный план по реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Аквааэробика» для детей 5-7 лет разработан в соответствии с:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. №273-ФЗ;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановлением Правительства Российской Федерации от 15 сентября 2020 г. № 1441 «Об утверждении правил оказания платных образовательных услуг»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»- Уставом МДОУ «Детский сад №12»
- Основной образовательной программой дошкольного образования, разработанной в МДОУ «Детский сад № 12 «Дельфинчик»

Обучение по учебному плану в пределах осваиваемой дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы осуществляется в порядке, установленном локальными нормативными актами МДОУ «Детский сад № 12» в части организации предоставления платных дополнительных образовательных услуг.

Цель:

Всестороннее развитие физических качеств ребёнка, раннее приобщение детей к здоровому и активному образу жизни

Задачи:

Оздоровительные задачи:

- Закаливание организма, профилактика простудных заболеваний;
- Предупреждение искривления позвоночника и возникновения плоскостопия;
- Гармоничное развитие всех мышечных групп;
- Развивать, выносливость, гибкость, силу, координацию движений, чувство равновесия.

Образовательные задачи:

- Развивать самоконтроль и самооценку при выполнении физических упражнений под музыку;
- Развитие чувства ритма.

Воспитательные задачи:

- Развитие умения работать в команде;
- Развитие внимания, зрительного восприятия, умения запоминать и точно повторить движения

К освоению Программы допускаются инструктор по физической культуре, имеющий специальное образование. Программа не может реализовываться взамен или в рамках основной образовательной деятельности, за счет времени, отведенного на реализацию образовательной программы дошкольного образования.

В учебном плане сохранены требования предельной нагрузки при проведении дополнительной образовательной деятельности: продолжительность обучения- 28 учебных недель. Продолжительность единицы дополнительной образовательной деятельности составляет: 30 минут в группе воспитанников от 5 до 7 лет. Нормативный срок освоения Программы – 1 год. Группа формируется в зависимости от количества желающих, возраста воспитанников, но не превышают 10 человек.

Таким образом, учебный план соответствует целям и задачам ДООУ, учитывает социальный запрос, требования, предъявляемые СанПин к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций, к объему образовательной нагрузки. Обучение – платное. Форма обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе - очная. Язык обучения – русский.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Аквааэробика» для детей 5-7 лет (далее – Программа) реализуется на базе МДОУ «Детский сад №12» Содержание Программы представлено в календарно – тематическом планировании. При организации образовательной деятельности обеспечивается единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач, при этом поставленные цели и задачи решаются, избегая перегрузки детей, на необходимом и достаточном игровом материале. Программа является вариативной: педагог может вносить изменения в содержание тем (выбрать ту или иную игру, форму работы заменить одну на другую, дополнять практические занятия новыми приемами, оборудованием, музыкальным сопровождением и т.д.) Игровая система обучения плаванию имеет оздоровительную направленность. В летний период учебные занятия не проводятся.