

**Дополнительная
общеобразовательная
общеразвивающая программа
по аквааэробике и синхронному
плаванию для детей старшего
дошкольного возраста**

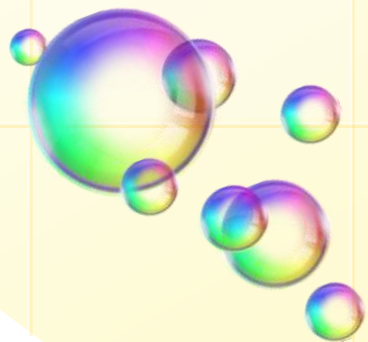
«Морские звёздочки»

*Автор-составитель Алексеева Лидия Александровна –
инструктор по плаванию*



Цель Программы

**Создание особых условий
для развития индивидуальных способностей
детей с признаками одаренности
посредством музыкальных ритмичных
согласованных движений в воде**





Принципы и подходы Программы



Сознательность и активность

Доступность

Систематичность

Наглядность

Последовательность и постепенность

Оздоровительная и физкультурная направленность

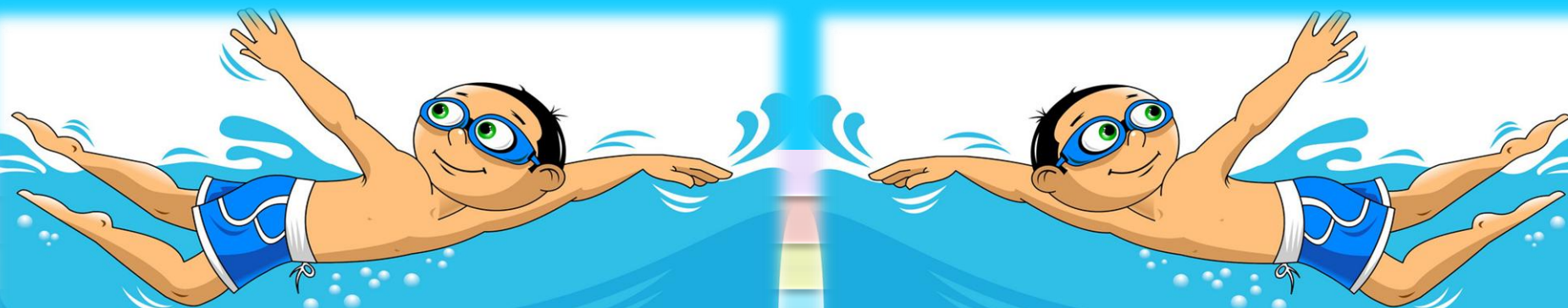
Результаты реализации Программы

у детей сформировано чувства ритма, пластики в движениях;

у детей сформирован художественный вкус в соответствии с личностными особенностями;

у детей наблюдается повышение динамики развития движений в воде;

у детей наблюдается грациозность, пластичность, выразительность движений.



Методика обследования сформированности специальных двигательных качеств

Оценка качества образовательной деятельности по плаванию проводится по методике А.А. Чеменевой «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» и строится на методах педагогического и медицинского контроля физического состояния детей.

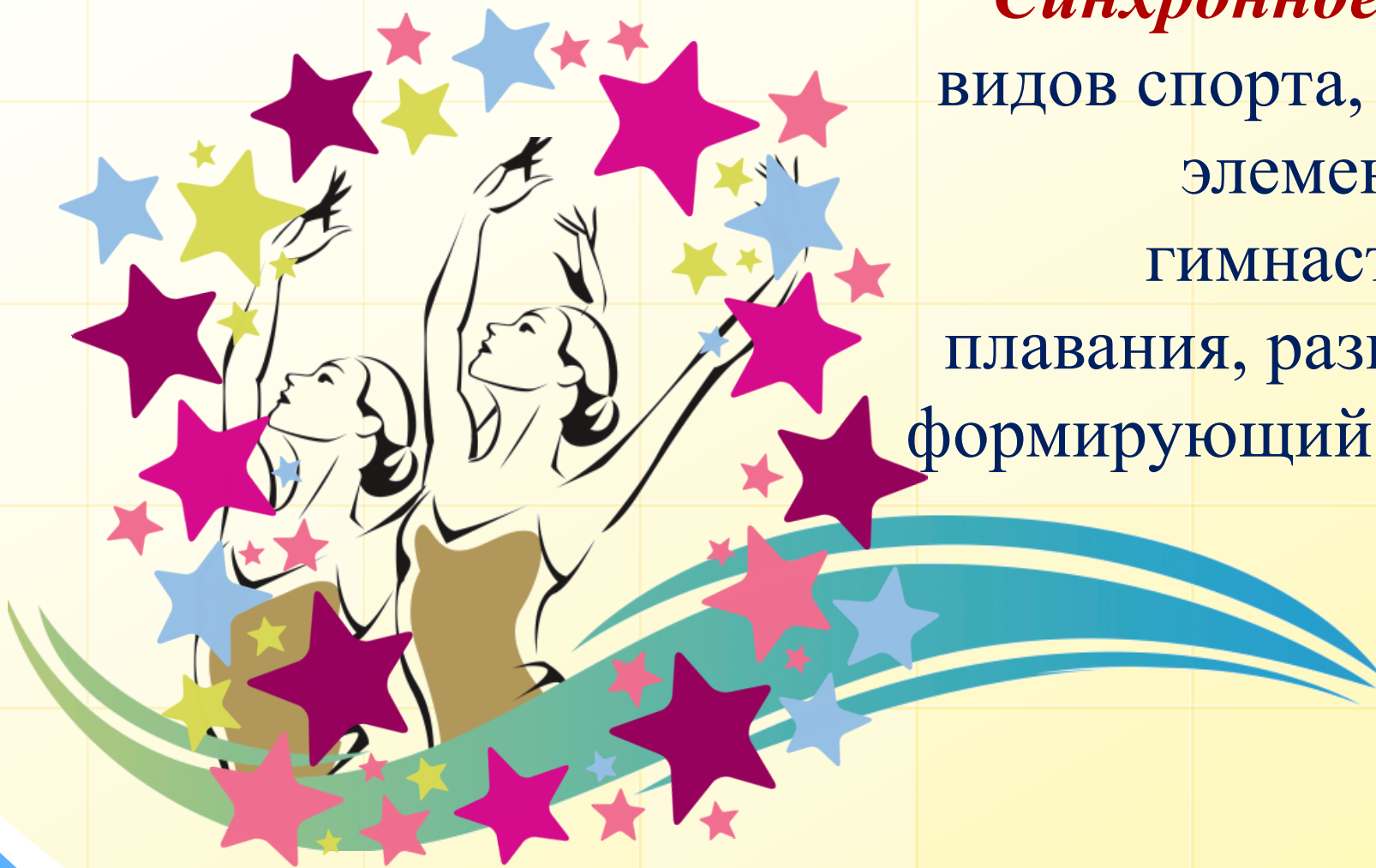
Педагогический контроль осуществляется путем оценки сформированных у детей специальных двигательных качеств.





- ***Акваэробика*** - это популярный вид физических упражнений для умеющих плавать детей. Одной из ее особенностей является выполнение упражнений в горизонтальном и вертикальном (в отличие от классического плавания) положениях тела на глубокой и мелкой воде.





Синхронное плавание – один из видов спорта, включающий в себя элементы художественной гимнастики, хореографии и плавания, развивающий гибкость, формирующий правильную осанку



