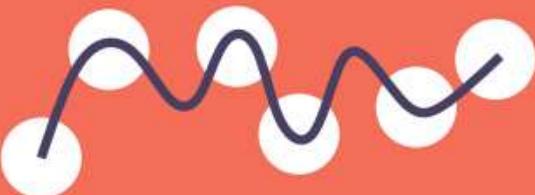


МАДОУ « ДЕТСКИЙ САД «ПЛАНЕТА ЗДОРОВО» ГОРОДА ПЕРМИ

ВОДНОЕ ПОЛО В ДЕТСКОМ САДУ

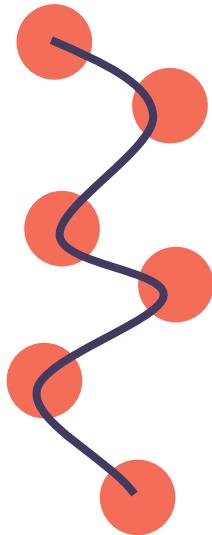


ОБРАЗОВАНИЕ –
НАШЕ ОБЩЕЕ ДЕЛО



Тренер преподаватель
Фахриева лилия
насиховна

16 ДЕКАБРЯ 2025.

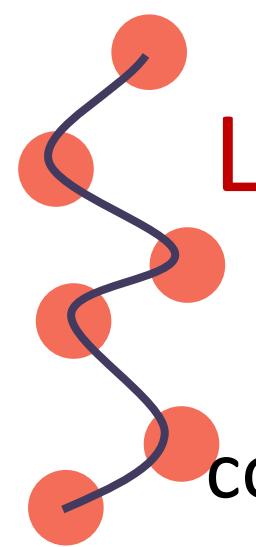


ИГРА «ВОДНОЕ ПОЛО» КАК СРЕДСТВО АДАПТАЦИИ К ВОДЕ, ОБУЧЕНИЮ ПЛАВАНИЮ.

Актуальность программы состоит в том, чтобы отвечать потребностям современных детей и их родителей, быть ориентированной на эффективное решение актуальных проблем ребёнка (здоровьесберегающий, социальный аспекты).

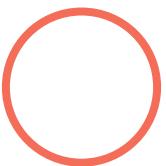
Данная программа предусматривает с первого занятия обучение одновременно всем спортивным и неспортивным способам плавания, методика предусматривает упражнения, помогающие быстро освоиться в водной среде и овладеть элементарными навыками плавания.

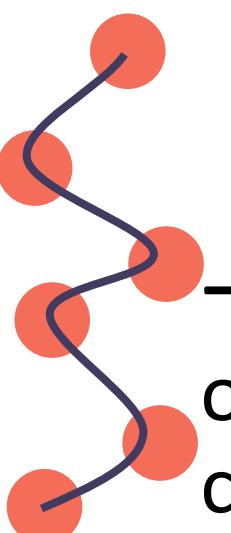




Цель

создание условий, направленных на формирование у детей эмоционально-положительного отношения к занятиям на воде, укрепление физического и психического здоровья дошкольников, повышение функциональных возможностей детского организма.



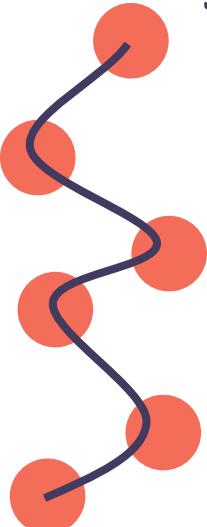


Задачи

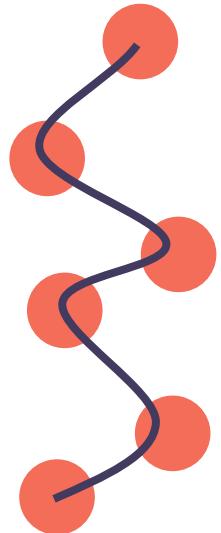
- сформировать теоретические и практические основы освоения водного пространства; - обучить основному способу плавания «Кроль» (на груди, на спине);
- познакомить детей с основными правилами безопасного поведения на воде (на открытых водоемах, в бассейне);
- сформировать представление о виде спорта - водном поло;
- освоить элементарные навыки игры в водное поло.
- воспитывать бережное отношение к своему здоровью, привычку к закаливанию;
- воспитывать интерес к занятиям физической культуры

Этапы реализации

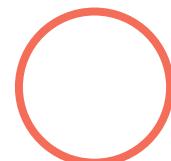
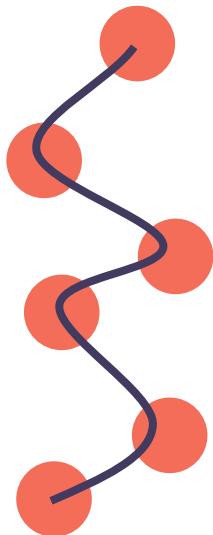
Спортивно-оздоровительный этап Знакомство с водой



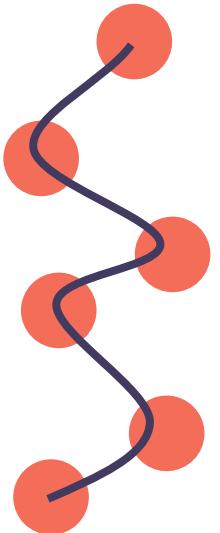
Плавание с предметами



Освоение подготовительных упражнений для обучения плаванию



Основные навыки: лежать на воде;
скользить на груди, на спине;
движения ногами



1



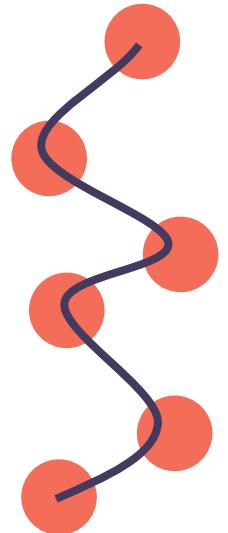
2



Этап начальной подготовки

В спортивном зале.

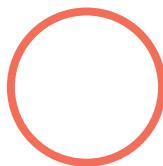
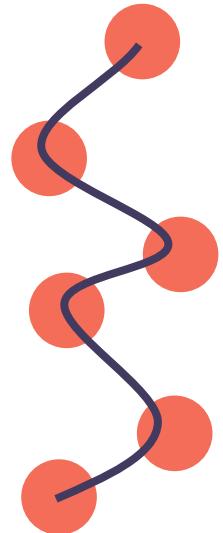
Общая физическая подготовка



Броски, ловля мяча, передача мяча, игра в команде

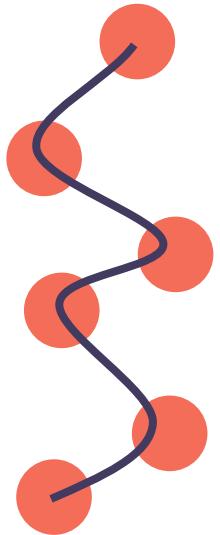


В бассейне

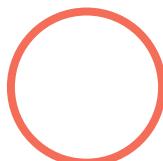
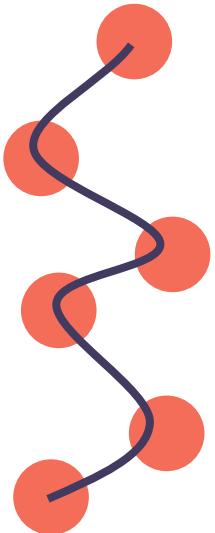


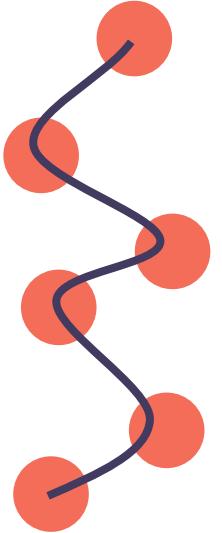
В воде.

Разминка с мячом.



Элементы игры «ВОДНОЕ ПОЛО».



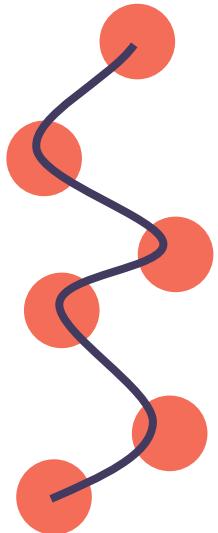


Особенности реализации программы

- Срок реализации программы (количество лет) 2 года
- Возраст воспитанников 5-7 лет
- Количество воспитанников в группе 10-15 человек
- Количество часов в неделю 2
- Общее количество часов в год 72

Правила игры

Водное поло- командная игра .



Одновременно в игре участвуют две команды, задача которых – забить как можно больше голов в ворота соперника за время игры.

В команде от 4 - 5 игрока.

4 тайма по 3 минуты. После каждого периода команды меняются воротами.

Игра начинается по сигналу судьи. В сбрасывание мяча на центр поля между воротами.

Игроки плывут к центру, чтобы завладеть мячом. Команда которая первой овладеет мячом, начинают атаку.

Игроки могут пасовать мяч или плыть, толкая его перед собой.

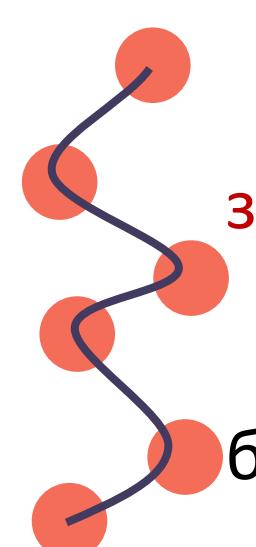
После забрасывания мяча в ворота, игра начинается с центра поля.

При промахе или потере мяча, мячик разыгрывается от ворот.

При спорной ситуации, мячик разыгрывается с центра поля.

Нарушения:

Нельзя топить мяч, держать игрока без мяча.



Ожидаемый результат.

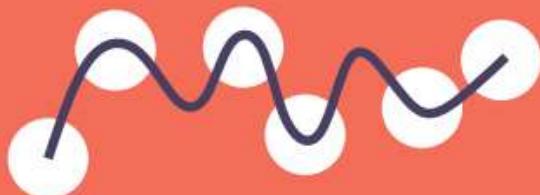
знать:

- теоретические сведения о водном поло, правилах игры;
- правила техники безопасности при проведении занятий в бассейне;
- технику начальных приемов владения мячом;

уметь:

- выполнять упражнения специальной физической подготовки;
- использовать спортивные способы плавания для решения различных двигательных задач;
- применять ватерпольные варианты плавания кролем на груди и кролем на спине;
- выполнять старты и повороты;

демонстрировать технику начальных приемов владения мячом.



**ОБРАЗОВАНИЕ –
НАШЕ ОБЩЕЕ ДЕЛО**



МАДОУ «Планета «Здорово» г.Перми

Наши контакты:

Адреса корпусов:

ул. Целинная, д. 11 А

+7(342) 2670403

permsad411@yandex.ru

Сайт ДОУ <https://планета-здраво.дети/contact/>

Социальная сеть в контакте

