

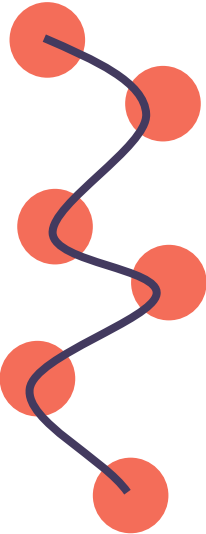
МАДОУ «ДЕТСКИЙ САД «ПЛАНЕТА ЗДОРОВО» ГОРОДА ПЕРМИ

# ВОДНОЕ ПОЛО В ДЕТСКОМ САДУ



Тренер преподаватель  
Фахриева лилия  
насиховна

16 ДЕКАБРЯ 2025.



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

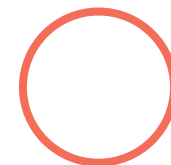
**Актуальность программы** состоит в том, чтобы отвечать потребностям современных детей и их родителей, быть ориентированной на эффективное решение актуальных проблем ребёнка (здоровьесберегающий, социальный аспекты).

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



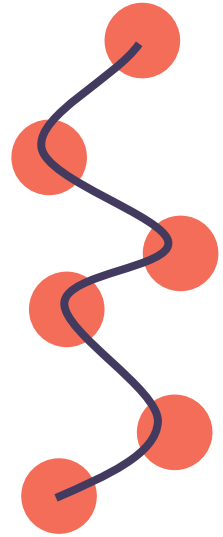
# Этапы реализации

Спортивно-оздоровительный этап  
Знакомство с водой



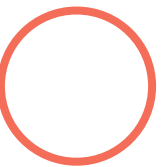
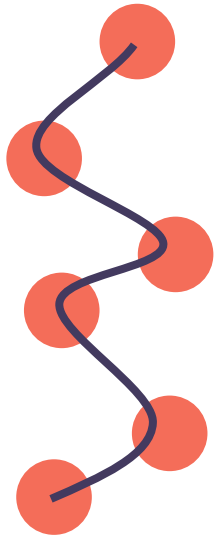


# Плавание с предметами



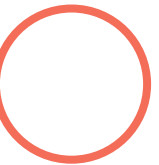


# Освоение подготовительных упражнений для обучения плаванию





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





# Этап начальной подготовки

В спортивном зале.

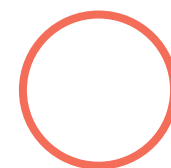
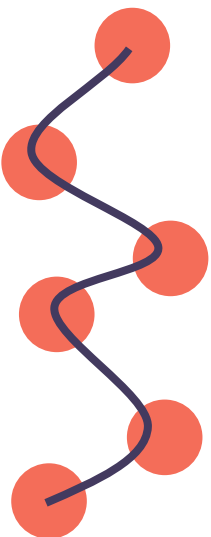
Общая физическая подготовка



Броски, ловля мяча, передача мяча, игра в команде



# В бассейне



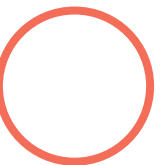
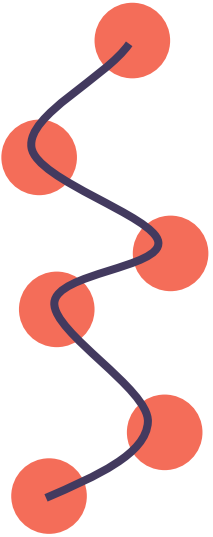


# В воде. Разминка с мячом.



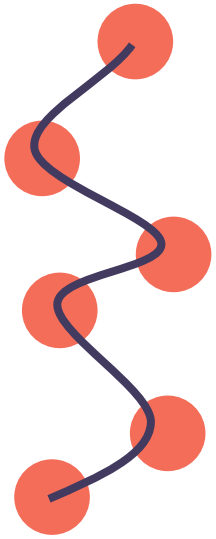


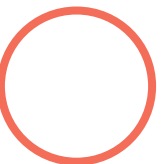
# Элементы игры «ВОДНОЕ ПОЛО».





# 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.

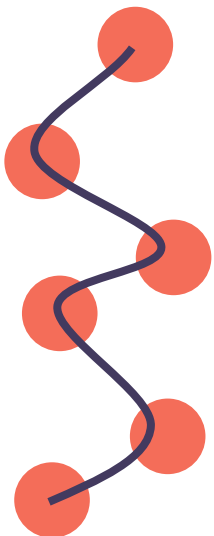
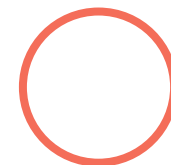
После забрасывания мяча в ворота, игра начинается с центра поля.

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.







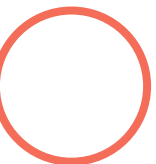
# Ожидаемый результат.

## 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.





# МАДОУ «Планета «Здорово» г.Перми

**Наши контакты:**

**Адреса корпусов:**

**ул. Целинная, д. 11 А**

**+7(342) 2670403**

**[permsad411@yandex.ru](mailto:permsad411@yandex.ru)**

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

**Социальная сеть в контакте**

