

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ИСКИТИМСКОГО РАЙОНА НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ
ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
«КРАСНАЯ ШАПОЧКА» Р.П. ЛИНЕВО**

Адрес: 633216, Новосибирская область, Искитимский район, р.п. Линево, 4-й микрорайон, д.15
Тел. (8-383-43) 30-623, e-mail ds_kra_isk@edu54.ru

ПРИНЯТО

На педагогическом совете
Протокол № 22 от 29.08.2023

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МКДОУ детский сад
«Красная шапочка» р.п. Линево
_____ Г.В. Мельникова
Приказ № 119 от « 11 » сентября 2023г.

**Рабочая программа
по обучению детей плаванию
для детей 3-7**

Составитель: Инструктор по ФК (бассейн)
Лукьянова Д.Д.

Линево 2023год

Содержание

1. Целевой раздел.....	4
1.1 Пояснительная записка.....	4
Нормативно-правовая база.....	4
Цель программы.....	4
Общие задачи программы.....	4
Принципы и подходы к формированию рабочей программы.....	5
Характеристика детей и групп ДОО.....	6
Срок реализации программы.....	7
1.2 Возрастные особенности физического развития детей 3-7 лет.....	7
1.3. Планируемые результаты освоения рабочей программы.....	9
1.4. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов.....	11
Педагогическая диагностика физического развития детей 3-7 лет.....	11
Метод наблюдения.....	11
Педагогическая диагностика физического развития детей 3-7 лет. Метод тестирования с фиксацией количественных показателей.....	11
Оценка темпов прироста физических качеств дошкольников.....	14
2 Содержательный раздел.....	19
2.1. Задачи образовательной деятельности ОО Физическое развитие.....	19
2.2. Содержание образовательной деятельности.....	22
2.3. Перспективное планирование образовательной деятельности.....	47
2.4. Интеграция с другими образовательными областями.....	47
2.5. Образовательная деятельность в режимных процессах (ОО Физическое развитие).....	48
Расписание физкультурных занятий.....	49
2.6. Условия, способы и приемы поддержки детской инициативы.....	49
2.7. Работа с родителями (законными представителями).....	50
Деятельность инструктора по физкультуре по построению взаимодействия с родителями (законными представителями).....	50
2.8. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы (КРР).....	51
Категории целевых групп обучающихся для оказания им адресной психологической помощи и включения их в программы психолого-педагогического сопровождения.....	51
2.9. Рабочая программа воспитания ОО Физическое развитие.....	52
3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ.....	55
3.1. Психолого- педагогические условия реализации Федеральной программы.....	55
3.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.....	56
Наполняемость РППС бассейн.....	56

3.3. Технические средства обучения.....	57
3.4. Методическое обеспечение.....	57
3.5. Организация и санитарно-гигиенические условия проведения НОД по плаванию.....	61

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение №1 Качественная оценка техники выполнения плавательных упражнений и плавания спортивными способами.....	66
Приложение №2 Перспективный план работы по обучению плаванию	69
Приложение №3 Перспективный план индивидуальной работы.....	77
Приложение № 4 Перспективный план развлечений и праздников.....	78
Приложение № 5 Формы и направления взаимодействия с коллегами, семьями воспитанников.....	79
Приложение №6 к « Программе воспитания» Календарный план воспитательной работы в младших, средних и старших группах . 2023 –2024 учебный год.....	80

1 ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 Пояснительная записка

Нормативно-правовая база	Федеральная образовательная программа дошкольного образования (приказ Министерства просвещения РФ № 1028 от 25 ноября 2022 года) Федеральная адаптированная образовательная программа дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Приказ Министерства просвещения РФ № 1022 от 24 ноября 2022 года) Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки РФ № 1155 от 17 октября 2013 года), с изменениями №31 от 21 января 2019 года. Пункт 5 Основы государственной политики по сохранению и укреплению традиционных духовно-нравственных ценностей. Указ Президента РФ № 809 от 9 ноября 2022 года Федеральный закон «Об образовании в РФ» №273-ФЗ от 29 декабря 2012 г. Федеральный закон от 24 сентября 2022 н. № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статью 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации» Постановление Правительства Российской Федерации от 17 января 2023 г №33 «О внесении изменений в Положение о Всероссийском физкультурно- оздоровительном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) Постановление №28 от 28 сентября 2020 года (СП 2.4.3648-20) «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» Постановление №2 от 28 января 2021 года (СанПиН 1.2.3685-21) «Санитарные правила и нормы «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»
Цель программы	- разностороннее развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно- нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций; - обучение плаванию детей дошкольного возраста, посещающих дошкольное образовательное учреждение.
Общие задачи программы	- обеспечение единых требований для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО; - приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям российского народа- жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей; - построение (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития;

	- создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей; - охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия; - обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности; - обеспечение психолого- педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности; - достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования; Задачи программы: Оздоровительные: - приобщать ребенка к здоровому образу жизни; - укреплять здоровье ребенка; - совершенствовать опорно-двигательный аппарат; - формировать правильную осанку. Образовательные: - формировать двигательные умения и навыки; - формировать знания о здоровом образе жизни; - формировать знания о способах плавания. Воспитательные: - воспитывать двигательную культуру; - воспитывать нравственно волевые качества, такие как смелость, настойчивость, уверенность в себе; - воспитывать чувство заботы о своем здоровье. Задачи обучения. - Учить, не бояться входить в воду, играть и плескаться в ней. - Учить передвигаться по дну бассейна различными способами. - Учить погружаться в воду, открывать в ней глаза; передвигаться и ориентироваться под водой. - Учить выдоху в воде. - Учить лежать в воде на груди и на спине. - Учить скольжению в воде на груди и на спине. - Учить выполнять попеременные движения ногами во время скольжения на груди и на спине. - Учить выполнять попеременные и одновременные движения руками во время скольжения на груди и на спине. - Учить сочетать движения руками и ногами при скольжении на груди и на спине. - Учить различным прыжкам в воду.
Принципы и подходы к формированию рабочей программы	-полноценное проживание ребенком всех этапов детства (раннего и дошкольного возрастов), обогащение (амплификация) детского развития; -построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования; -содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершенно летних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей, а также педагогических работников (далее вместе-взрослые);

	-признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений; -поддержка инициативы детей в различных видах деятельности; -сотрудничество ДОО с семьей; -приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства; -формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности; -возрастная адекватность ДО соответствии условий, требований, методов возрасту и особенностям развития).	
Характеристика детей и групп ДОО	Характеристика воспитанников на 2023-24учебный год: Общее количество детей 89 человек девочек 52,8 % мальчиков 47 %	
	«Почемучки» 2 мл.группа Девочек 7 Мальчиков 7 Дети с 1 группой здоровья _____ чел Дети со 2 группой зоровья _____ чел Дети с 3 группой здоровья _____ чел Дети с ОВЗ _____ если есть Дети-инвалиды _____ если есть Другое (если есть)	«Дюймовочка» 2 мл.группа Девочек 8 Мальчиков 1 Дети с 1 группой здоровья _____ чел Дети со 2 группой зоровья _____ чел Дети с 3 группой здоровья _____ чел Дети с ОВЗ _____ если есть Дети-инвалиды _____ если есть Другое (если есть)
	«Теремок» старшая комбинированная гр. Девочек 2 Мальчиков 7 Дети с 1 группой здоровья _____ чел Дети со 2 группой зоровья _____ чел Дети с 3 группой здоровья _____ чел Дети с ОВЗ _____ если есть Дети-инвалиды _____ если есть Другое (если есть)	«Ягодка» старшая Девочек 10 Мальчиков 3 Дети с 1 группой здоровья _____ чел Дети со 2 группой зоровья _____ чел Дети с 3 группой здоровья _____ чел Дети с ОВЗ _____ если есть Дети-инвалиды _____ если есть Другое (если есть)
	«Белоснежка» старшая комбинированная гр. Девочек 2 Мальчиков 3 Дети с 1 группой здоровья _____ чел	«Хозяюшка» подготовительная общеразвивающая Девочек 7 Мальчиков 8 Дети с 1 группой здоровья _____ чел

	Дети со 2 группой зорovia_____ чел Дети с 3 группой зорovia_____ чел Дети с ОВЗ_____ если есть Дети-инвалиды_____ если есть Другое (если есть)	Дети со 2 группой зорovia_____ чел Дети с 3 группой зорovia_____ чел Дети с ОВЗ_____ если есть Дети-инвалиды_____ если есть Другое (если есть)
	«Золушка» подготовительная компенсирующая Девочек 6 Дальчиков 6 Дети с 1 группой зорovia_____ чел Дети со 2 группой зорovia_____ чел Дети с 3 группой зорovia_____ чел Дети с ОВЗ_____ если есть Дети-инвалиды_____ если есть Другое (если есть)	«Лягушонок» Девочек 5 Дальчиков 7 Дети с 1 группой зорovia_____ чел Дети со 2 группой зорovia_____ чел Дети с 3 группой зорovia_____ чел Дети с ОВЗ_____ если есть Дети-инвалиды_____ если есть Другое (если есть)
Срок реализации программы	Срок реализации программы 2023-24учебный год (1 сентября - 31 августа)	

1.2 Возрастные особенности физического развития детей 3-7 лет

Возраст 3-4 года	На 4-м году жизни возрастает стремление действовать самостоятельно. В то же время внимание у детей неустойчиво, они отвлекаются и часто переходят от одного вида деятельности к другому. В этом возрасте ребёнок обладает уже сравнительно большим запасом двигательных умений и навыков, но он ещё не заботится о результатах своих действий, поглощён самим процессом движений, их эмоциональной стороной. Вместе с тем движения детей постепенно приобретают всё более преднамеренный характер. Ребёнок уже в состоянии повторять движение по своему усмотрению или по предложению воспитателя, различать некоторые его способы, соблюдать нужное направление. Детям этого возраста свойственно желание включаться в новые и разнообразные виды движений. Сочетая различные действия, ребёнок может соблюдать определённую их последовательность. Формирование двигательных навыков и умений продолжается на основе подражания. Ребёнок более сознательно следит за инструктором, когда он даёт образец движений, выслушивает пояснения. Он лучше воспринимает объяснения в форме диалога, направленного на изложение предстоящих действий.
Возраст 4-5 лет	Ребёнок 5-го года жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испытать свои силы в сложных видах движений и физкультурных упражнений в бассейне. У детей

возникает потребность в двигательных импровизациях. Они берутся за выполнение любой двигательной задачи, но они ещё не умеют соразмерять свои силы, учитывать свои реальные возможности. Убедившись в неpossильности выполнения двигательного действия, ребёнок проделывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения. Но при этом он искренне убеждён в том, что выполнил движение полностью. Растущее двигательное воображение становится в этом возрасте одним из стимулов обогащения моторики детей разнообразными способами действий. Дети хорошо различают виды движений, частично овладевают умением выделять некоторые их элементы. Развивается способность воспринимать, представлять, анализировать и оценивать последовательность и качество своих действий. Всё это обуславливает вполне преднамеренный и произвольный характер движений детей. Возникает интерес к результатам движения, правильности его выполнения, соответствию образцу. Дальнейшее совершенствование двигательных умений и навыков обусловлено уровнем развития тех физических качеств, без которых они не могут проявляться достаточно правильно и эффективно. Развитие физических качеств происходит под влиянием постоянных упражнений. В результате расширяются и обогащаются двигательные возможности детей, возрастают их физические силы. Возникает психологическая готовность к выполнению сложных двигательных действий и проявлению определённых волевых усилий. Наряду с игрой побудительным мотивом двигательной деятельности выступает мотив усвоения новых умений и навыков, закрепления их. В результате закладываются прочные основы школы движений, повышения работоспособности и физической подготовленности.

Возраст 5-6 лет

Двигательная деятельность ребёнка становится всё более многообразной. Дети уже достаточно хорошо владеют основными движениями, им знакомы различные гимнастические упражнения, подвижные игры; начинается освоение разнообразных способов выполнения спортивных упражнений в воде многих видов. Возрастают проявления самостоятельности, возникают творческие поиски новых способов действий, их комбинаций и вариантов. Начинают создаваться небольшие группки по интересу к тому или иному виду упражнений. На 6-м году жизни ребёнка его движения становятся всё более осознанными и носят преднамеренный характер. Развивается способность понимать задачу, поставленную воспитателем, самостоятельно выполнять указания педагога. Дети обращают внимание на особенности разучиваемых упражнений, пытаются выяснить, почему следует проделывать их так, а не иначе. Во время объяснения у ребёнка возникает мысленное представление о движении, его направлении, последовательности составных частей. Дети постепенно овладевают умением планировать свои практические и игровые действия, стремятся к их результативности. Оценка ребёнком движений, как своих, так и товарищей, приобретает более развёрнутый и обоснованный характер, что обуславливает большую её объективность. Стремясь к правильной оценке, дети начинают понимать связь между способом движения и полученным результатом. Дети начинают упражняться в движениях по своей инициативе, многократно повторять их без напоминаний, пытаясь освоить то, что не получается. При этом они довольно настойчиво преодолевают трудности. Растёт уровень физической подготовленности дошкольников, создаются прочные психологические и физиологические основания для повышения их работоспособности путём целенаправленного развития двигательных качеств. В результате регулярных занятий в бассейне, организованных инструктором и самостоятельных, а также благодаря двигательной активности детей в повседневной жизни и играх повышается уровень развития их физических сил и возможностей, двигательных качеств и работоспособности. Для старших дошкольников характерно стремление к совершенствованию в двигательной деятельности.

Возраст 6-7 лет

Дети 6 лет активны. Они умело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны.

Ребёнок умеет их сочетать в зависимости от окружающих условий. На 7-м году у ребёнка возрастает способность к различению пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Дети могут объяснить, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек бежит, едет на велосипеде и т.п. Они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма. Ребёнок прослеживает движение последовательно, выделяет (с помощью взрослого) разные его фазы, пытается объяснить их значение для качественного и количественного результатов движения. Всё это способствует образованию ясных представлений о движениях, ведёт к овладению детьми техникой сложных по координации движений. Дети всё чаще руководствуются мотивами достижения хорошего качества движений. Значительно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении трудного задания. Начинает интенсивно развиваться способность целенаправленно совершать движения отдельных частей тела, например, ног, головы, кистей и пальцев рук и др. У ребёнка постепенно вырабатывается эстетическое отношение к ритмичным, ловким и грациозным движениям. Он начинает воспринимать красоту и гармонию. Многих детей привлекает результат движений, возможность помериться силой и ловкостью со сверстниками. Начинают проявляться личные вкусы детей в выборе движений. Нередко для ребёнка наиболее привлекательны те упражнения, которые у него лучше получаются.

1.3. Планируемые результаты освоения рабочей программы

К четырем годам	– Погружать лицо и голову в воду – Ходить вперед и назад (вперед спиной) в воде глубиной до бедер или до груди спомощью рук. – Бегать вперед и назад (игра «Догони меня», «Бегом за мячом»). – Выполнять упражнение «Крокодильчик» с работой ног. – Выполнятьвдох над водой и выдох в воду. – Пытаться выполнять выдох с погружением в воду. – Прыгать по бассейну с продвижением вперед. – Выпрыгивать вверх из приседа в воде глубиной до бедер или до груди. – Пытаться лежать на воде вытянувшись в положении на груди и на спине. – Пытаться скользить по поверхности воды.
К пяти годам	– Погружать лицо и голову в воду, открывать глаза в воде. – Бегать парами. – Пытаться проплывать тоннель, подныривать под гимнастическую палку. – Делать попытку доставать предметы со дна.

	– Выполнять вдох над водой и выдох в воду с неподвижной опорой. – Выполнять упражнение на дыхание «Ветерок». – Выполнять серию прыжков продвижением вперед, простейший прыжок ногами вперед. – Выпрыгивать вверх из приседа в воде глубиной до бедер или до груди. – Скользить на груди, выполнять упражнения в паре «На буксире». – Выполнять упражнения «Звездочка», «Медуза».
К шести годам	Правила поведения: знать основные правила поведения, соблюдать их; реагировать на замечания преподавателя, выполнять его требования. К концу года дети могут. – Погружать лицо и голову в воду, открывать глаза в воде. – Бегать парами. – Нырять в обруч, проплывать тоннель, подныривать под гимнастическую палку. – Доставать предметы со дна, выполнять игровое упражнение «Ловец». – Выполнять вдох над водой и выдох в воду с неподвижной опорой. – Выполнять серии выдохов в воду, упражнение на задержку дыхания «Кто дольше». – Выполнять прыжок ногами вперед, пытаться соскакивать в воду головой вперед. – Скользить на груди с работой ног, с работой рук. – Пытаться скользить на спине, лежать с плавательной доской. – Продвигаться с плавательной доской с работой ног на груди. – Выполнять упражнения «Звездочка» на груди, на спине. – Выполнять упражнение «Поплавок».
	– Погружаться в воду, открывать глаза в воде. – Поднимать со дна предметы с открыванием глаз под водой. – Нырять в обруч, проплывать тоннель, мост. – Выполнять вдох над водой и выдох в воду с неподвижной опорой. – Выполнять серии выдохов в воду, ритмичный вдох - выдох в сочетании с движениями ног, дышать в положении лежа на груди с поворотом головы в сторону с неподвижной опорой – Выполнять прыжок ногами вперед, головой вперед.

- Скользить на груди и на спине с работой ног, с работой рук.
- Попытаться скользить на спине, лежать с плавательной доской.
- Продвигаться с плавательной доской с работой ног на груди и на спине.
- Выполнять упражнения «Звездочка» на груди, на спине,
- Плавать на груди с работой рук, с работой ног.
- Попытаться плавать способом на груди и на спине.

Перспективный план индивидуальной работы Приложение № 3.

1.4. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

Педагогическая диагностика проводится для определения эффективности педагогических действий и их дальнейшего планирования.

Периодичность проведения диагностики определена ДОО и проводится 2 раза в год:

на начало учебного года (стартовая диагностика) в сентябре и на конец учебного года (заключительная) в мае.

Педагогическая диагностика индивидуального развития детей проводится в произвольной форме на основе:

метода наблюдения- дети 3-7 лет;

метода тестирования с фиксацией количественных показателей- дети 4-7 лет;

метода ГТО- дети 6-7 лет.

На каждого ребенка заводится индивидуальная карта развития.

На каждую группу оформляется сводная ведомость.

Педагогическая диагностика физического развития детей 3-7 лет. Метод наблюдения

Педагогическая диагностика физического развития детей 3-4 лет

№	ФИО _____ Целевой ориентир	Старт (сент)			Финиш (май)		
1	-ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям(бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;	-	V	+	-	V	

2	-ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;						
3	-ребенок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;						
4	-ребенок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и тому подобное, соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о фактах, положительно влияющих на здоровье; .						
5	-ребенок владеет элементарными нормами и правилами поведения						

Педагогическая диагностика физического развития детей 4-5 лет

№	ФИО _____ Целевой ориентир	Старт (сент)			Финиш (май)		
1	-ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности	-	V	+	-	V	
2	-ребенок демонстрирует координацию, быстроту, силу,						

	выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики,						
3	активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений,						
4	с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;						
5	-ребенок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие привлечь внимание взрослого в случае недомогания						

Педагогическая диагностика физического развития детей 5-6 лет

№	ФИО _____ Целевой ориентир	Старт (сент)			Финиш (май)		
1	-ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;	-	V	+	-	V	
2	-ребенок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявлять творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;						
3	-ребенок проявляет доступный возрасту самоконтроль,						

	способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;						
4	-ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов;						
5	-ребенок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих.						

Педагогическая диагностика физического развития на этапе завершения освоения программы

№	ФИО Целевой ориентир	Старт (сент)			Финиш (май)		
1	-у ребенка сформированы основные психофизические и нравственно- волевые качества;	-	V	+	-	V	
2	-ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;						
3	-ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;						
4	-ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристических пеших прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности;						
5	-ребенок проявляет элементы творчества в двигательной						

	деятельности;						
6	-ребенок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;						
7	-ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;						
8	-ребенок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;						
9	-ребенок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям						

Для тестирования физических качеств дошкольников используются контрольные упражнения, предлагаемые детям в игровой или соревновательной форме. Приложение № 1 Качественная оценка техники выполнения плавательных упражнений и плавания спортивными способами 3-7

Оценка темпов прироста физических качеств дошкольников производится по формуле В. Усакова.

$$W = \frac{100(V_2 - V_1)}{\frac{1}{2}(V_1 + V_2)}$$

W - прирост показателей (%), V1- исходный уровень, V2- конечный уровень

до 8% (прирост за счет естественного роста) -неудовлетворительно (2 балла);

8-10% (прирост за счет естественного роста и роста естественной двигательной активности) -удовлетворительно (3 балла);

10-15% (прирост за счет естественного роста и целенаправленной системы физического воспитания) — хорошо (4 балла);

свыше 15 % (за счет эффективного использования естественных сил природы и физических упражнений) — отлично (5 баллов)

Сведения цифрами заносятся в сводную ведомость

Система оценки индивидуального развития детей

Уровень развития основных навыков плавания оценивается с помощью тестирования плавательных умений и навыков детей по каждой возрастной группе. В качестве критериев оценки выбран ряд контрольных упражнений по методике Т.И. Казаковцевой (1994). Для проведения

контрольных упражнений необходим секундомер, с помощью которого фиксируются временные показатели упражнений с точностью до 0,1 секунды. По борту бассейна должна быть сделана несмывающейся краской разметка. Оценка плавательной подготовленности проводится два раза в год. Допустимо проводить оценку и по мере решения каждой конкретной задачи обучения.

План мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения Программы

Объект	Содержание (по образовательной программе)	Форма (метод/методика)	Периодич ность	Сроки	Ответственн ый	Примеча ние
Ребенок 2 младшей группы Знакомится с водой, ее свойствами свободно перемещаться в воде (ходить, бегать, прыгать), доставать со дна игрушки, погружаться в воду с открытыми глазами; делать выдохи в воду (3-4 раза). При таком подходе уже в средней группе выполняются требования программы воспитания и обучения в детском саду по плаванию.	1.Разнообразные способы передвижения в воде.	Наблюдение	2 раза в год	Сентябрь-май	Инструктор по физ.культуре «бассейн»	
	2. Погружение в воду с открыванием глаз под водой.	Наблюдение	2 раза в год	Сентябрь, май	Инструктор по физ.культуре «бассейн»	
	3. Выдохи в воду.	Наблюдение	2 раза в год	Сентябрь, май	Инструктор по физ.культуре «бассейн»	
	4. Плавание с надувной игрушкой при помощи движений ног.	Наблюдение	2 раза в год	Сентябрь, май	Инструктор по физ.культуре «бассейн»	
Ребенок средней группы. Приобретет	1. Ориентирование в воде с открытыми глазами.	Оценивание	2 раза в год	Сентябрь, май	Инструктор по физ.культуре	

навыки, которые помогают чувствовать себя в воде достаточно надежно : доставать со дна игрушку, погружаясь в воду с открытыми глазами; делать выдох в воду (5-6 раз); скользить на груди; выполнять упражнение « поплавок» (3-4 раза); с помощью взрослого лежать на спине. Большинство детей осваивает плавание кролем на груди и на спине в общих чертах. В играх и упражнениях воспитывается самостоятельность, сдержанность, организованность, умение использовать приобретенные навыки.					«бассейн»	
	2. Лежание на груди.	Оценивание	2 раза в год	Сентябрь, май	Инструктор по физ.культуре «бассейн»	
	3.Лежание на спине	Оценивание	2 раза в год	Сентябрь, май	Инструктор по физ.культуре «бассейн»	
	4. Плавание с пенопластовой доской при помощи движений ног способом кроль на груди.	Оценивание				

Ребенок старшей группы. Осваивает новые способы в плавания, разучивает их технику. Дети овладевают техникой плавания кролем на груди и на спине, а также ознакомились с плаванием способами брасс и дельфин.	1. скольжение на груди	Оценивание	2 раза в год	Сентябрь, май	Инструктор по физ.культуре «бассейн»	
	2. скольжение на спине	Оценивание	2 раза в год	Сентябрь, май	Инструктор по физ.культуре «бассейн»	
	3. плавание с пенопластовой доской при помощи движений ног способом кроль на груди	Оценивание	2 раза в год	Сентябрь, май	Инструктор по физ.культуре «бассейн»	
	4. плавание произвольным способом	Оценивание	2 раза в год	Сентябрь, май	Инструктор по физ.культуре «бассейн»	
Ребенок подготовительной группы. – Умеет самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры; – проявляет интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта . – Продолжает	1. Упражнение «торпеда» на груди и на спине.	Оценивание	2 раза в год	Сентябрь, май	Инструктор по физ.культуре «бассейн»	
	2. Плавание на груди в полной координации.	Оценивание		Сентябрь, май	Инструктор по физ.культуре «бассейн»	
	3. Плавание на спине кролем в полной	Оценивание	2 раза в год	Сентябрь, май	Инструктор по физ.культуре «бассейн»	
	4. Плавание произвольным способом.	Оценивание	2 раза в год	Сентябрь, май	Инструктор по	

совершенствовать движения ног в плавании способом кроль на груди, спине. – Изучать движения ног способом брасс. – Закреплять и совершенствовать навык плавания при помощи движений рук с дыханием всеми способами. – Учить плавать под водой. – Поддерживать желание проныривания. – Учить расслабляться на воде, обучать способам отдыха. – Поддерживать выбор ребенком способа плавания, уважать его индивидуальные предпочтения.					физ.культуре «бассейн»	
---	--	--	--	--	-----------------------------------	--

Приложение № 1

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Задачи образовательной деятельности ОО (бассейн).

Возраст	Задачи образовательной деятельности
3-4 года	-обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре; -развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал -формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность; -укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности; -закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни Привлекать к участию в совместных играх и физических упражнениях; Способствовать проявлению интереса к занятиям в бассейне, умеет пользоваться оборудованием; Создавать условия для проявления положительных эмоций, активности в самостоятельной и двигательной деятельности в бассейне; Поощрять проявление самостоятельности в использовании спортивного оборудования (круги, доски, игрушки тонущие, мячи, кораблики); Поощрять проявление самостоятельности и творчества при выполнении самостоятельных упражнений, в играх на воде . Продолжать учить, не бояться воды, безбоязненно играть и плескаться. Учить, не бояться, входить в воду и выходить из нее самостоятельно. Знакомить с некоторыми свойствами воды. Обучать различным передвижениям в воде, погружению. Учить простейшим приемам выдоха в воду, обучать выдоху на границе воды и воздуха. Учить различным прыжкам в воде. Делать попытки лежать на воде. Учить простейшим плавательным движениям ног. Гигиенические навыки: пытаться самостоятельно раздеваться, одеваться и вытираться; принимать душ, знать личные вещи. Правила поведения: соблюдать основные правила поведения.
4-5 лет	-обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр; формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве

	-воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений. Продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта -укреплять здоровье ребенка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания; формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности Способствовать проявлению активности и инициативности ребёнка в играх на воде; Содействовать созданию эмоционально-положительного климата при проведении самостоятельных - специальных упражнений, создавать ситуацию успеха; Поощрять самостоятельное и творческое использование инвентаря для игр на воде. Продолжать учить, не бояться воды, безбоязненно играть и плескаться. Продолжать знакомить со свойствами воды. Продолжать обучать передвижениям в воде. Учить погружаться в воду. Учить простейшим приемам выдоха в воду, обучать выдоху на границе воды и воздуха. Обучать выдоху в воду. Учить открывать глаза в воде. Учить различным прыжкам в воде. Обучать кратковременному лежанию и скольжению на воде. Учить выполнять плавательные движения ногами. Гигиенические навыки: пытаться самостоятельно раздеваться, одеваться, вытираться; принимать душ, знать личные вещи. Правила поведения: знать основные правила поведения, соблюдать их; реагировать на замечания преподавателя, выполнять его команды.
5-6 лет	-обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристические навыки; развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику, ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость -воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде; воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха; продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представление о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов

	-укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического развития; расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха; воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристических прогулок и экскурсий. Привлекать к участию в упражнениях с элементами спортивных игр: водное поло, искатели, синхронное плавание; Способствовать проявлению самостоятельности, творчества, выразительности и грациозности движений; Содействовать самостоятельной организации знакомых игр; Стимулировать проявление интереса к водным видам спорта. Продолжать знакомить со свойствами воды. Разучивать технику способов плавания кроль на груди и на спине. Продолжать обучать лежанию на груди и на спине. Учить погружаться в воду, открывать в ней глаза, передвигаться и ориентироваться под водой. Научить выдоху в воду. Учить более уверенно, держаться на воде, скользить по ней на груди. Учить различным прыжкам в воду, научить прыжку ногами вперед. Учить выполнять попеременные движения ногами во время скольжения на груди.
6-7 лет	-обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристические навыки; развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую и крупную моторику, ориентировку в пространстве, самоконтроль, самостоятельность, творчество; поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при ее организации, партнерское взаимоотношение в команде -воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха; формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о различных видах спорта -сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристических прогулок и экскурсий. Воспитывать бережное заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям. Привлекать к участию в играх с элементами водных видов спорта. Содействовать самостоятельной организации знакомых игр, поощрять придумывание собственных игр, упражнений в воде. Поддерживать проявление интереса к физической культуре и плаванию, отдельным достижениям в области спорта (плавания); Поощрять проявление интереса к спортивным играм и упражнениям, желание посещать спортивные секции по плаванию.

Участвовать в городских соревнованиях по плаванию.
 (Задачи и целевые нормативы взяты из книги «Системы обучения плаванию детей дошкольного возраста» под редакцией А.А.Чеменевой. – СПб.: «Издательство «Д-П», 2011—336с) ФОП и ГОС
 Продолжать знакомить со свойствами воды.
 Разучивать технику способов плавания кроль на груди и кроль на спине.
 Продолжать обучать лежанию, скольжению на груди и на спине.
 Учить погружаться в воду, открывать в ней глаза, передвигаться и ориентироваться под водой.
 Научить выдоху в воду.
 Учить уверенно, держаться на воде, скользить по ней на груди более продолжительное время.

2.2 Содержание образовательной деятельности

Содержание	Описание
Цели обучения плаванию	Научить детей уверенно и безбоязненно держаться на воде. Максимально использовать все факторы, способствующие укреплению здоровья детей и их физическому развитию. Заложить прочную основу для дальнейшей образовательной деятельности по обучению плаванию, привить интерес, любовь к воде.
Задачи обучения.	Учить, не бояться входить в воду, играть и плескаться в ней. Учить передвигаться по дну бассейна различными способами. Учить погружаться в воду, открывать в ней глаза; передвигаться и ориентироваться под водой. Учить выдоху в воде. Учить лежать в воде на груди и на спине. Учить скольжению в воде на груди и на спине. Учить выполнять попеременные движения ногами во время скольжения на груди и на спине. Учить выполнять попеременные и одновременные движения рук во время скольжения на груди и на спине. Учить сочетать движения руками и ногами при скольжении на груди и на спине. Учить различным прыжкам в воду.

Характеристика основных навыков плавания

Навык	Характеристика
Нырание	Помогает обрести чувство уверенности, учит произвольно, сознательно уходить под воду, ориентироваться там и передвигаться, знакомят с подъемной силой.

Прыжки в воду	Вырабатывают умение владеть своим телом в воде, чувствовать на него действие разных сил, развивают решительность, самообладание и мужество.
Лежание	Позволяет почувствовать статистическую подъемную силу, удерживать тело в состоянии равновесия, учит преодолевать чувство страха.
Скольжение	Позволяет почувствовать не только статистическую, но и динамическую подъемную силу, учит продвигаться и ориентироваться в воде, работать попеременно руками и ногами, проплывать большие расстояния, совершенствует другие навыки, способствует развитию выносливости.
Контролируемое дыхание	Ритмичное правильное дыхание, согласованное с ритмом движений, учит преодолевать давление воды, развивает дыхательную мускулатуру, он тесно взаимосвязан со всеми навыками.

Закономерность поэтапного формирования навыков плавания

I этап	
Результат (задачи)	Возраст детей (условно)
Знакомство с водой, ее свойствами. Освоение с водой (безбоязненное и уверенное передвигаться по дну с помощью и самостоятельно, совершать простейшие действия, играть).	Ранний и младший дошкольный возраст.
II этап	
Результат (задачи)	Возраст детей (условно)
Приобретение детьми умения и навыков, которые помогают чувствовать себя в воде достаточно надежно (всплывать, лежать, скользить, самостоятельно выполнять вдох-выдох в воду).	Младший и средний дошкольный возраст.
III этап	
Результат (задачи)	Возраст детей (условно)

Обучение плаванию определенным способом (согласованность движений рук, ног, дыхания).	Старший дошкольныйвозраст.
IV этап	
Результат (задачи)	Возраст детей (условно)
Продолжение усвоения и совершенствования техникиспособа плавания, простых поворотов, элементарных прыжков в воду.	Старший дошкольный и младший школьный возраст.
Методика обучения плаванию детей дошкольного возраста	
<i>принцип сознательности и активности</i>	предполагает устойчивый интерес иактивное участие в занятиях плаванием;
<i>принцип наглядности</i>	предполагает использование наглядных пособий, ориентиров, образных выражений, заданий предметного характера, которые создают условия более четкого ощущения, воспитания, представления движений в воде и их совершенствование;
<i>принцип доступности</i>	предполагает постепенное возрастание требований, соответствующих психологической, физической, координационной готовности к обучению;
<i>принцип индивидуального подхода</i>	обеспечивает учет индивидуальных способностейи возможностей ребенка в процессе обучения;
<i>принцип постепенности в повышении требований</i>	предполагает определенную методическую последовательность в освоении навыка плавания – от легкого к трудному, от простого к сложному; применение широкого круга упражнений, движений и использование игрового метода для разнообразия процесса обучения.
Методы обучения	
<i>Словесные:</i>	объяснения, в форме образных выражений и сравнений, рассказ, беседы, команды, распоряжения и указания.

<i>Наглядные:</i>	показ изучаемого движения в целостном виде, с разделением на части; анализ его с помощью наглядных пособий, видеосюжетов, жестов.
<i>Практические:</i>	предусматривают многократное повторение движений сначала по элементам, а затем полностью; обучение в облегченных или усложненных условиях, изучение движений в игровой и соревновательной деятельности, выполнение контрастных движений.
Навыки плавания формируются у детей, закрепляются и совершенствуются при использовании различных средств обучения плаванию.	
Общеразвивающие и специальные упражнения «суша»:	комплекс подводящих упражнений; элементы «сухого плавания».
Подготовительные упражнения на воде, упражнения, знакомящие детей с водой и ее свойствами:	передвижение по дну и простейшие действия в воде; погружение в воду, в том числе с головой; упражнение на дыхание; открывание глаз в воде; всплывание и лежание на поверхности воды; скольжение по поверхности воды.
Упражнения для разучивания техники плавания «с опорой и без»:	движение рук и ног; дыхание пловца; согласование движений рук, ног, дыхания; плавание в координации движений.
Простейшие спады и прыжки в воду:	спады; прыжки на месте и с продвижением; прыжки ногами вперед; прыжки головой вперед.

Игры и игровые упражнения способствующие:	развитию умения передвигаться в воде; овладению навыком погружения и открывания глаз; овладению выдохам в воду; развитию умения всплывать; овладению лежанием; овладению скольжением; развитию умения выполнять прыжки в воду; развитию физического качества.
---	---

**Реализация задач непосредственно образовательной деятельности по обучению плаванию
(Становление ценностей здорового образа жизни)**

Образовательные задачи	Совместная образовательная деятельность педагогов и детей
Задачи обучения плаванию	Средства, методы и методические приёмы обучения плаванию детей
1.Создание благоприятных условий адаптации и функциональных возможностей детского организма на занятиях в бассейне по обучению плаванию, и закаливанию	Наглядный показ, зрительные ориентиры, словесные объяснения, помощь педагога в каждом действии ребёнка. Попытки самостоятельного выполнения ребёнком упражнения, поощряются словесными действиями педагога. Использование практического приёма: повторение упражнений в различной игровой форме. Сопровождение действий игры под стихи А. Барто. Форма организации: помощь; под наблюдением; фронтальная; индивидуальная «Игралочки – закалочки», «Капитаны», «Дождик»
2.Укрепление мышечного корсета	Упражнения на «мелкой» воде для различных мышечных групп: плечевого пояса «Ракеты», для рук («Крокодильчик», «Люди в лодках», и др.), ног («Маленькие и большие ножки» «Заводные утята» и др.), спины («Мостик» и др.), живота («Бабочка» и др.)
3.Профилактика плоскостопия	Упражнения, направленные на укрепление мышц стопы и голени («Барабан», «Фонтан», «Кисточка и карандашик» и др.); плавание в ластах, в кругах, удержание колючих мячиков стопами ног, лёжа на спине в нарукавниках и др.
4.Профилактика нарушений осанки	Упражнения, формирующие «мышечный корсет» («Гребля», «Качели» и др.); упражнения, направленные на формирование навыка правильной осанки («Цапля», «скольжение лягушкой, стрелочкой» и др.)
5.Развитие координационных способностей (произвольного внимания, моторной памяти)	Координированность движений Способность к сохранению устойчивой позы Ориентирование в пространстве Чувство ритма Пространственно – временных параметров движений («чувство времени», «чувство пространства») (Лежание в нарукавниках на спине - игра «Солнышко, дождик», «Север, Юг», под бубен

Реализация задач непосредственно образовательной деятельности по обучению плаванию (образовательное направление)

Задачи обучения плаванию	Совместная образовательная деятельность педагогов и детей Средства, методы и методические приёмы обучения плаванию детей
1.Формировать двигательные умения и навыки в водной среде	Упражнения, направленные на ознакомление со свойствами воды, её сопротивлением, плавучестью предметов и др. На преодоление водобоязни. Упражнения, направленные на умение владеть своим телом, выполняя упражнения в воде: («Лодки с вёслами, лодки моторные, подводные», «Водолазы», «Дождик», «Волны», «Посмотри под воду» и др.)
2.Учить, совершенствовать, закреплять основные двигательные навыки	Упражнения, направленные на изучение, закрепление и совершенствование основных двигательных навыков: - задержки дыхания, открывание глаз под водой («Кладоискатели») - силе и продолжительности выдоха («Кораблики и флот») - лежания на воде («Звёздочка», «Карандашик» и др.) - всплывания («Подводная лодка», «Поплавок») - скольжения на груди и на спине («Стрелочка») - скольжения с работой ног на груди и на спине («Торпеда») - скольжение с работой рук «кролем», «брассом» - согласование работы рук и ног при плавании облегчённым способом на груди и на спине - плавание «кролем» хлопаем ладошками по воде, работаем ногами в кругах или в нарукавниках «Собери светофор», «Найди домик уточки...» (пазлы – «липучки») Акваэробика.
3.Развивать психические, физические способности: - ловкость; - силу - гибкость; - выносливость. Координацию движений, функцию дыхания;	Упражнения, направленные на развитие двигательных качеств: - осознанное выполнение упражнений; - упражнения с предметами «Акваэробика»(мячом, палками- «нудлами», обручем и др.) - упражнения, гармонично укрепляющие основные мышечные группы («Поднимаем парус», «Тюлень», «Мостик»), - упражнения на развитие плечевого пояса и координации -пронирывание с работой рук («Ручей», «Тоннель»); - упражнения на растягивание позвоночного столба - скольжение («Торпеда», «Стрелочка», «Бабочка» и др.) -поточные и интервальные выполнения упражнений («Дорожное движение» с соблюдением потока правостороннего движения, дистанций и стоянок. «Флот» и др.); - упражнения комплексного характера; на координацию и дыхание, выносливость: («Звёздочка» + «Поплавок» + «Звёздочка»)
4.Формировать у детей знания о видах и способах плавания, о водных видах спорта, об оздоровительном воздействии водных процедур	- Показ тренера на каждом занятии четырёх способах плавания: «Кроль на груди», «Кроль на спине», «Брасс», «Дельфин». Вызывать у ребёнка желание учиться плавать так же. Использовать на каждом занятии элементы игры в «водное поло», «волейбола», «водного баскетбола», подводного плавания, плавания в ластах, сюжетные игры на ориентацию и скорость реакции, игры с надувными игрушками большими и маленькими. - Игры с тонущими и плавающими игрушками: («Сердитая рыбка», «Умка», «Карусель», «Тоннель» и др.) - Использование соответствующих стихов, речевок, закличек, загадок про морских обитателей. - Эстафеты: («На крокодилах», «На раках», «На матрасах», «На кругах», «С нудлами», «С мячами», «С досками», «В ластах», «На доставание предметов со дна – кто быстрее и больше» и др.) - Обливание водой из ведёрка (1 л, 1,5 л) с температурой ниже на 1 *, чем в душе перед бассейном, и после занятий в воде.
5.Формировать желание	Стараться правильно выполнять упражнения для освоения техники плавания - Убеждение в безграничных

научиться плавать.	возможностях каждого ребёнка в самосовершенствовании, опору на сильные стороны личности. - Учить видеть главную связь техники выполнения упражнения: в игрушке «стрелочка», схеме выполнения, фотографии выполнения другими детьми, показом товарищей и тренера «стрелочки» и своими действиями, понимание ошибок при выполнении. - Исключать сложные объяснения, заменив их показом
--------------------	--

Реализация задач непосредственно образовательной деятельности по обучению плаванию (воспитательное направление)

Задачи обучения плаванию	Совместная образовательная деятельность педагогов и детей Средства, методы и методические приёмы обучения плаванию детей
1. Воспитание интереса и потребности в занятиях плаванием и здорового образа жизни	Сюжетные занятия. Фотостенды с лучшими упражнениями, «Самое смешное упражнение», праздники на воде, занятия для родителей, использование музыкального сопровождения занятий, новые яркие игрушки – всё это для создания радостной атмосферы от занятий в бассейне. Преодоление страха перед водой – это уверенное поведение в коллективе. Осознанная победа над собой. Это первое самоутверждение личности. Вся работа занятия строится на основе личностно – ориентированного подхода к каждому ребёнку. Подбор игр, где каждый может себя проявить по - хорошему, по - своему. («Капитаны», «Сердитая рыбка» и др.)
2. Воспитание активности, самостоятельности	Познание ребёнком самого себя как человека. Самостоятельное выполнение упражнений, каждый может стать тренером на игру («Зеркальце») Выбор помощников из числа детей. Создание игровой мотивации Поощрение проявлений активности, инициативности, самостоятельности. Предоставление детям возможностей для проявления во всём многообразии индивидуальных качеств в активной творческой деятельности.
3. Формирование волевых качеств, настойчивости, целеустремленности	Чередовать кратковременные нагрузки в упражнении на мышечные группы с упражнениями на дыхание и внимание. Выполнение упражнений детьми происходит в соответствии с соблюдением физиологических принципов: Динамичность физических упражнений .Равномерное распределение физической нагрузки на все группы мышц. Выполнение упражнений Контроль за правильным дыханием Стремление научиться плавать ещё лучше.

Форма проведения занятий.

На занятиях по плаванию, дети делятся на две подгруппы по 10-12 человек, так как это основная форма проведения занятий в ДОУ. Комплектуя группы для проведения занятий, учитываю не только физическую подготовленность детей, но и то, как воспитанники усваивают плавательные движения (мониторинг).

Структура проведения занятий.

Занятие состоит из 3 частей:

- подготовительная часть (обще-развивающие упражнения на суше или в воде);
- основная часть (специальные и подготовительные упражнения для обучения плаванию);
- заключительная часть (игры и упражнения на внимание).

Основной принцип обучения детей – учить плавать технически правильно, для того чтобы заложить прочную основу для дальнейших занятий, то

есть учить детей техничным, экономичным и целесообразным движениям, а значит наиболее полезным для здоровья. Способы спортивного плавания лучше всего подходят для этого. Обучение начинают с кроля на груди и на спине.

Технику спортивных способов плавания осваивают в таком порядке: формируют представление о спортивном способе в целом; разучивают отдельные движения; соединяются разученные движения. Последовательность постановки задач, подбора упражнений и приемов обучения такова: разучивание движений ног; разучивание движений рук; разучивание способа плавания в целом; совершенствование плавания в полной координации.

Каждый элемент техники изучается в следующем порядке:

- ознакомление с движением на суше;
- изучение движений с неподвижной опорой;
- изучение движений с подвижной опорой;
- изучение движений в воде без опоры.

Большую роль в формировании двигательных навыков плавания играет также использование вспомогательного материала и оборудования. В работе с детьми я начала использовать нуды и колобашки, плавательные досточки, лопатки для рук. Оно помогает разнообразить приемы и методы обучения, виды упражнений, снять психологическую монотонность, постоянно повторяющихся движений, рационально использовать обучающее пространство, повышают интерес к занятиям, позволяют использовать дифференцированный подход в обучении. Оборудование должно быть разнообразным, ярким, интересным, удобным в обращении и самое главное безопасным. Бассейн также должен быть оформлен таким образом, чтобы вызывать у ребенка положительное настроение, желание окунуться в этот загадочный и пока непонятный мир воды, чтобы ему самому захотелось научиться плавать.

При последовательном решении задач и с использованием различных средств выше перечисленных у детей меньше формируются ошибки в плавании, а незначительные погрешности легко можно исправить в дальнейшем обучении.

Система физкультурно-оздоровительных и лечебно-профилактических мероприятий в ДОУ

Оздоровительное и лечебно-профилактическое сопровождение:

1. Профилактические мероприятия: - комплексы по профилактике осанки; - комплекс мероприятий по профилактике плоскостопия; - комплекс дыхательных упражнений;
2. Общеукрепляющие мероприятия:
 - занятия в бассейне
 - обучение плаванию;
 - закаливание;

Виды здоровьесберегающих педагогических технологий	Особенности методики проведения	Время проведения в режиме дня
Занятие по обучению плаванию	Занятия проводятся в соответствии программы, по которой работает	1- раза в неделю младший возраст- 15-20 мин., средний возраст - 20-25 мин., старший - 25-30 мин подготовительный 30-35 мин.

	МКАДОУ	
Игры на воде	Игры подбираются в соответствии с возрастом группы, и уровнем подготовки. В бассейне используем лишь элементы спортивных игр на воде	Каждое второе занятие во второй половине дня. Сюжетные игры на закрепление упражнений по обучению плаванию. Свободное купание
Гимнастика пальчиковая	Проводится со всеми детьми, особенно с речевыми проблемами. В играх с сжимающимися, колючими игрушками, при напряжении и расслаблении мелких мышечных групп кисти рук	особенно с речевыми проблемами. В играх с сжимающимися, колючими игрушками, при напряжении и расслаблении мелких мышечных групп кисти рук С младшего возраста с подгруппой в форме игры, при смене упражнений на разные группы мышц при обучении плаванию. При динамической паузе, для восстановления дыхания
Гимнастика дыхательная	«По Ипполитовой, Стрельниковой» Упражнения на развитие фонационного дыхания, диафрагмального дыхания.	Как вид упражнений 3:1. в процессе обучения плаванию. В занятии, в каждой части
Гимнастика корригирующая	Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей	В различных формах физкультурно- оздоровительной работы
Занятия из серии «Здоровье»	В водной части занятия, при сушке волос, одевании, отмене занятий плавания	1 в три месяца форме беседы. О пользе плавания, спорте, закаливания.
Релаксация	Используется спокойная классическая музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы, адаптированная для малышей Битлс	В зависимости от состояния детей в разных частях занятия. Для всех возрастных групп
Самомассаж	Комплексы для родителей в домашних условиях. После или перед занятием	В различных формах физкультурно- оздоровительной работы

	плаванием	
Точечный самомассаж	Комплекс для родителей. По специальной методике. Детям с частыми простудными заболеваниями и болезнями ЛОР-органов. Используется наглядный материал	Рекомендуется родителям проводится в преддверии эпидемий, в осенний и весенний периоды со старшего возраста
Гимнастика ортопедическая	Контрастные обливания Ножное закаливание	В конце занятия. Перед занятием
Аквааэробика	Способствует эмоциональному и двигательному раскрепощению, появлению чувства радости и удовольствия от движения в воде. Развитие гибкости, красоты пластики выполнения движений под музыку. Оптимизация взаимоотношений в группе	В одной из частей занятия. Как основной вид упражнений. Как танцы под музыку в свободном купании- самоорганизация детей Как «украшение» открытого занятия по обучению плаванию.

Упражнения коррекционной направленности на занятиях по обучению плаванию в детском саду

Преодоление общего недоразвития речи требует интегрированного подхода, при котором применяется медикаментозное лечение, система логопедической работы, занятие по коррекции и развитию психических функций, занятия по формированию общей, мелкой и артикуляционной моторики, основу коррекционной работы составляет метод сенсорно-двигательной интеграции. Основные виды упражнений, используются на занятии в бассейне для детей с общим недоразвитием речи. Они направлены на регуляцию мышечного тонуса, статической и динамической коррекции движений, мелкой и мимической моторики переключаемости движений, воспитания чувства ритма развитие дыхания, силы глосса, обогащение и активизацию словаря, развитие понимания речи.

1) Упражнения на развитие фонационного дыхания

- длинный продолжительный выдох (на воду, на кораблик)
- под воду (лицо в воде до носа)
- длительный продолжительный выдох с головой («чей выдох будет дольше, чьи пузыри больше?»).

2) Упражнения на развитие диафрагмального дыхания

- удерживать надутым животом, лежа на спине (в нарукавниках и без), резиновую игрушку на вдохе, на выдохе сдуть живот и игрушка должна уплыть

3) Упражнения на развитие силы и высоты голоса (от тихого к громкому)

- «как говорит рыбка?»

- «как квакает лягушка?»

- «как кричат дельфины?» (изображая движениями как плавают и как общаются животные)

4) Упражнения на развитие фонематического восприятия

- 4 обруча на воде, инструктор «вытаскивает из папки» гласную («ы») дети называют. Инструктор произносит слова: тир, мир, СЫР дети гуляют между лежащими на воде обручами, при услышанном звуке («ы») в слове, дети ныряют под обруч-«в домик»

5) Упражнения на координацию движений и речи

- Игра «Медвежонок Умка»

- Игра «Сердитая рыбка»

6.) Упражнения на регуляцию мышечного тонуса (под сопровождение музыки или бубна, звуковые ориентиры свистка);

- дети лежат на спине, на шеи, под головой «нуды», или в нарукавниках, с колобашками или в кругах. Напрягают мышцы (живота) под счет 1-2-3-4, на счет 5 расслабляют 5-4-3-2-1

7) Упражнения на развитие ритма;

- лежа на спине, на груди с опорой, игрушкой, кругом, в нарукавниках или с нудом, колобашкой и т.д.

Под быстрое сопровождение музыки работают сильно, быстро ногами (кроль) под медленный темп – медленно, без брызг, под водой. - танцы на воде «дискотека». Дети, сначала называют себя морскими обитателями, и под музыку быстрого ритма, танцуют 15-30с, ритм меняется на медленный, дети берутся за руки, образуя круг, идут по кругу;

8) Упражнения на развитие произвольного внимания;

- 2 команды (4+4) вдоль дорожки лицом друг к другу. Инструктор показывает одной команде упражнение (другая не видит), дети первой команды повторяют упражнение инструктора детям второй команды, а вторая- выполняют противоположное действие (вдох-выдох; руки влево- вправо; закрыть правый глаз-....., поднять левую ногу-...). Если команда ошибается, то выполняет 10 выдохов

9) Упражнения на развитие мимической моторики; - стоя, лежа, лить воду из кружки себе на лицо (не морщиться, улыбаться, открыть рот, сжать губы, надуть щёки, втянуть щёки, открыть глаза и т.д)

10) Упражнения на развитие мышц мелкой моторики;

а) в статике - сжимаем резиновых рыбок, опускаем под воду, набирая воду, по сигналу – брызгаем в верх, сопровождая стихами. «Дети рыбками играли, сильно пальчики сжимали, рыбок в воду опускали посчитали РАЗ, ДВА, ТРИ- кто выше брызнет посмотри!»

б) в динамике - катаем в ладошках массажный мячик (лежа на спине, на груди, в согласовании с работой ног, проплывая с мячиком в вытянутых руках)

11) Упражнения на умение работать по схеме.

Развитие внимания последовательности действий в пространстве (по предлагаемой схеме выполнить ряд последовательных движений: от красного бортика нырнуть за игрушкой -кольцом, найти у синего бортика синие кольцо, проплыть к зелёному бортику -поставить игрушку и приплыть на место к красному бортику)

12) Укрепление сводов стоп - профилактика плоскостопия

– плавание в ластах.(в основной части занятия, выполняя разные упражнения, без опоры о дно, при глубине 0.8м)

Возраст	Задачи обучения	Результат образовательной деятельности	
		Достижения ребенка (Что нас радует)	Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей
<i>Младшая</i>	Формировать гигиенические навыки: самостоятельно раздеваться, мыться под душем, вытираться при помощи взрослого, одеваться. Развивать двигательные умения и навыки: самостоятельно передвигаться в воде, помогая себе гребковыми движениями рук, подпрыгивая в воде, ходить по дну бассейна с доской, погружаться в воду, выполнять вдох-выдох, скользить по воде с доской в руках. Учить правилам поведения на воде: спускаться в воду друг за другом с поддержкой	Ребенок свободно находится в помещении бассейна. С желанием заходит в воду и самостоятельно передвигается в ней. Интересуется разнообразными физическими упражнениями, действиями с надувными игрушками. Уверенно, самостоятельно и точно выполняет задания. С большим желанием вступает в общение с другими детьми при выполнении игровых упражнений в воде и в подвижных играх. Ребенок проявляет интерес к правилам безопасного поведения на воде. Стремится соблюдать элементарные правила гигиены. С удовольствием выполняет культурно-гигиенические навыки, положительно настроен на выполнение элементарных процессов самообслуживания.	Ребенок отказывается заходить и спускаться в чашу бассейна. Малоподвижен, боится отойти от бортика. Неуверенно выполняет большинство упражнений, движения скованные, координация движений низкая. Боится полностью погрузиться в воду. Не умеет действовать по указанию инструктора. Не желает вступать в общение с воспитателем и другими детьми для выполнения игровых плавательных упражнений. Ребенок не проявляет интереса к правилам безопасного поведения. Имеет крайне скромные представления о правилах личной гигиены.

	инструктора, не толкаться и не торопить впереди идущего, выполнять все указания инструктора. Развивать физические качества: силу, выносливость, быстроту.		
<i>Средняя</i>	Формировать гигиенические навыки: раздеваться и одеваться в определенной последовательности, аккуратно вешать одежду, самостоятельно пользоваться полотенцем. Развивать двигательные умения и навыки: самостоятельно передвигаться в воде выполняя различное задание, ходить по дну бассейна выполняя различные задания, движения гребковые руками: вперед, назад, в наклоне; прыгать с продвижением вперед, погружаться	Ребенок гармонично физически развивается, с желанием двигается в воде. Интересуется разнообразными физическими упражнениями, действиями с надувными игрушками. При выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое. Уверенно, самостоятельно и точно выполняет задания, двигается в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх. С большим желанием вступает в общение с другими детьми при выполнении игровых упражнений в воде и в подвижных играх. Ребенок проявляет интерес к правилам безопасного поведения на воде. Стремится соблюдать элементарные правила гигиены. С удовольствием выполняет культурно-гигиенические навыки, положительно настроен на выполнение элементарных процессов самообслуживания (самостоятельно одеться и раздеться, одежда сложена аккуратно, сам научился мыться мочалкой и вытираться	Ребенок малоподвижен, боится отойти от бортика. Неуверенно выполняет большинство упражнений, движения скованные, координация движений низкая, боится полностью погрузиться в воду. Не умеет действовать по указанию воспитателя, согласовывать свои движения с движениями других детей. Не желает вступать в общение с инструктором по плаванию и другими детьми для выполнения игровых упражнений в воде и участия в подвижных играх, не инициативен, его результаты ниже минимальных. Ребенок не проявляет интереса к правилам безопасного поведения. Имеет крайне скромные представления о правилах личной гигиены. Испытывает затруднения в самостоятельном выполнении процессов одевания, мытья мочалкой, протираться полотенцем, постоянно ждет помощи взрослого.

	в воду в парах и самостоятельно, опускать лицо и полностью погружать голову в воду, выполнять скольжение с поддержкой и без нее. Развивать физические качества: быстроту, силу, ловкость.	полотенцем). С интересом изучает себя, наблюдает за своим здоровьем, слушает стихи и потешки о процессах умывания, купания и т. п.	
<i>Старшая</i>	Формировать гигиенические навыки. Развивать двигательные умения и навыки: выполнять вдох и выдох в воду, скользить на груди и на спине с доской в руках, работать ногами в стиле «кроль» на груди и на спине с доской в руках и без нее. Продолжать развивать физические качества: быстроту, силу, ловкость.	Ребенок гармонично физически развивается, в воде проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость. Уверенно и активно выполняет основные элементы техники основных движений и упражнений, свободно ориентируется в пространстве. Осуществляет элементарный контроль за действиями сверстников. Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность. Ребенок самостоятельно играет в подвижные игры, активно общаясь со сверстниками и инструктором, контролирует и соблюдает правила. Ребенок с интересом познает правила безопасного поведения на воде, узнает как можно больше об опасных и безопасных ситуациях, с удовольствием слушает рассказы и сказки, стихи, любит рассуждать на эту тему, задает вопросы, разгадывает загадки. Умеет привлечь внимание взрослого в случае возникновения непредвиденных и опасных для	Ребенок имеет отклонения в состоянии здоровья, часто болеет. Редко посещает плавательный бассейн. Ребенок допускает существенные ошибки в технике движений в воде. Не соблюдает заданный темп и ритм, действует только в сопровождении показа инструктора по плаванию. Затрудняется в оценке движений других детей, выделении их ошибок, нарушении правил в играх. Сам нарушает правила в играх. Ребенок не всегда самостоятельно играет в подвижные игры на воде, активно общаясь со сверстниками и инструктором по плаванию, редко проявляет творчество, инициативность, не контролирует правила. У ребенка не проявляется интерес к освоению правил безопасного поведения на воде. Он сам становится источником возникновения опасных ситуаций в отношениях со сверстниками, часто травмируется. Несмотря на предупреждение взрослого, не проявляет осторожность при движении по

		жизни и здоровья ситуаций. Осуществляет перенос опыта безопасного поведения в игру. Умеет в угрожающих жизни и здоровью ситуациях позвать на помощь.	обходным дорожкам.
<i>Подготовительная к школе</i>	Освоение скольжения на груди, спине с различным положением рук. Учить согласовывать движения ног с дыханием. Изучать движения рук способами кроль на груди, спине, брасс. Учить плавать облегчённым способом "Кроль" на груди, спине (без выноса рук) Изучать движения ног способом дельфин. Способствовать закаливанию организма. Повышать общую и силовую выносливость мышц. Активизировать обменные процессы и работу центральной нервной системы. Увеличивать	Ребенок гармонично физически развивается, его двигательный опыт в плавании богат. Проявляет высокий, стойкий интерес к новым и знакомым игровым упражнениям в воде, избирательность при выполнении плавательных упражнений. Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет игровые упражнения в воде. Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру. Ребенок имеет представления о своем здоровье, знает, как можно поддержать, укрепить и сохранить его. Опрятный приходит на занятия. Следит за чистотой нижнего белья, следит за ногтями на руках и ногах, перед занятием прибирает волосы. Ребенок умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения на воде. Умеет определить состояние своего здоровья (здоров он или болен), высказаться о своем самочувствии, назвать и показать, что именно у него болит, какая часть тела, какой орган. Проявляет интерес к закаливающим процедурам и упражнениям выполняемых в воде.	Ребенок имеет отклонения в состоянии здоровья. Часто болеет и пропускает занятия в бассейне, от этого у него плавательный опыт беден (малый объем освоенных основных движений в воде, плохо знаком с игровыми упражнениями и играми). Не проявляет интереса к новым упражнениям на воде. Представления о правилах личной гигиены: необходимости мыться, подстригать ногти, надевать чистую одежду; о правилах безопасного поведения на воде носят поверхностный, формальный характер. Ребенок не проявляет интереса к проблемам здоровья. Ребенок испытывает затруднения в самостоятельном выполнении культурно-гигиенических навыков, в уходе за своим внешним видом, своими вещами и игрушками. Требуется постоянное напоминание и помощь взрослого. Ребёнок неохотно откликается на просьбы о помощи взрослому или другому ребёнку.

	резервные возможности дыхания. Формировать гигиенические навыки.	Готов оказать элементарную помощь себе и другому.	
--	---	---	--

Задачи, средства, методы и методические приёмы «Обучения детей плаванию в детском саду»

Непосредственно образовательная деятельность	Решение образовательных задач	Методический прием
I. Задача: Учить не бояться входить в воду, научить плескаться в ней		
1.1. Организованный вход в воду (индивидуально)	Наглядный: показ, помощь педагога Словесный: объяснения, указания Практический: повторение упражнений	Формы организации: с помощью педагога попытки выполнить самостоятельно при словесном поощрении Образные сравнения
1.2. Поточный вход в воду	Наглядный: зрительные ориентиры Словесный: объяснения, указания Практический: повторение упражнений, игровой метод	Формы организации: поточная, под наблюдением педагога, самостоятельная
1.3. Умывание в воде бассейна	Наглядный: показ, имитация, помощь педагога Словесный: рассказ Практический: повторение упражнений, игровой метод	Вначале на мелкой части бассейна Форма организации: фронтальная
1.4. Плескание	Наглядный: показ, имитация, помощь педагога Словесный: беседа, рассказ название упражнений	Практический: повторение упражнений, игровой метод
1.5. Движения руками в воде	Наглядный: имитация, помощь педагога Словесный: беседа, рассказ, указания, название упражнений Практический: повторение упражнений, игровой метод	Выполнение в различном темпе с постепенным усложнением условий, образные сравнения Формы организации: фронтальная, индивидуальная
1.6. Игры, связанные с	Наглядный: показ, зрительные и	Практический: повторение упражнений, игровой метод Образные

привыканием к воде и взаимодействием с ней	звуковые ориентиры Словесный: объяснения, указания, команды, название упражнений	сравнения, выполнение в различном темпе, с разной амплитудой, постепенное усложнение условий. Использование элементов соревнования Формы организации: фронтальная, групповая (по звеньям)
II. Задача Научить передвигаться в воде по дну бассейна разными способами на различной глубине		
2.1. Передвижения по дну бассейна шагом (в воде)	Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры Словесный: объяснения, указания, команды, название упражнений Практический: повторение упражнений, игровой метод	Постепенное усложнение условий (глубины): держась друг за друга, лицом вперед, отдельно, спиной вперед, боком и тд. Использование образных сравнений Формы организации: фронтальная в различных направлениях
2.2. Передвижения по дну бассейна бегом (в воде)	Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры Словесный: объяснения, указания, команды, название упражнений Практический: повторение упражнений, игровой метод	Использование образных сравнений Бег в различных направлениях, изменяя скорость. Постепенное усложнение условий (глубины, скорости) Формы организации: поточная, групповая по звеньям)
2.3. Передвижения по дну бассейна прыжками (в воде)	Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога Словесный: название упражнений, распоряжения, команды Практический: повторение упражнений, игровой метод	Образные сравнения Прыжки: без падения в воду, с падением, в различных направлениях, при разной глубине воды с постепенным увеличением Формы организации: групповая, поточная, иногда индивидуальная
2.4. Передвижения в воде по дну бассейна изученными ранее способами в сочетании с движениями рук	Наглядный :показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры Словесный: указания, распоряжения, команды, название упражнений Практический: повторение упражнений, игровой метод	Использование образных сравнений Передвижение шагом, бегом, прыжками с движениями рук с постепенным усложнением условий (глубины, скорости, характера движений) Формы организации: групповая, поточная, в ряде случаев индивидуальная
2.5. Передвижения в воде на руках по дну бассейна		Использование образных сравнений На мелкой части бассейна, на четвереньках, только на руках, поднимая голову и опуская лицо в воду, с закрытыми глазами, открывая глаза на различной глубине, в разных направлениях с постепенным усложнением Использование вспомогательных снарядов и игрушек Формы организации: групповая

2.6. Игры в воде, связанные с передвижением по дну бассейна различными способами	Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры, имитация, помощь педагога Словесный: объяснение, указания, распоряжения, название упражнений Практический: игровой метод, повторение упражнений	Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры, имитация, помощь педагога Словесный: указания, распоряжения, название упражнений Практический: повторение упражнений, игровой и контрольный методы
Непосредственно образовательная деятельность	Решение образовательных задач	Методический прием
III. Задача Учить погружаться в воду, открывать в ней глаза» передвигаться и ориентироваться под водой		
3.1. Опускание лица в воду, стоя на дне	Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога Словесный: указания, вопросы-предложения, распоряжения Практический: повторение упражнений, игровой метод	В ограниченном водном пространстве (обруч, спасательный круг), с опорой и без нее. С закрытыми и открытыми глазами, при различной глубине, с постепенным увеличением ее. Использование образных сравнений Формы организации: фронтально, по подгруппам, иногда индивидуальная
3.2. Открывание глаз в воде, стоя на дне	Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога Словесный: указания, пояснения, распоряжения Практический: повторение упражнений, игровой метод	В ограниченном водном пространстве (обруч, спасательный круг, игрушки) с опорой и без нее: на различной глубине, с постепенным увеличением ее Использование образных сравнений, игрушек Формы организации: по подгруппам, иногда индивидуальная
3.3. Приседания в воде	Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры Словесный: указания, пояснения, распоряжения Практический: повторение упражнений» игровой метод	До уровня пояса, груди, подбородка, с опорой и без опоры. Постепенное увеличение глубины воды Формы организации: фронтальная, поточная
3.4. Погружения в воду (с опорой)	Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога Словесный: указания, пояснения, распоряжения Практический: повторение упражнений, игровой метод	С опорой, держась за бортик, спасательный круг, игрушку, педагога. Погружение с постепенным увеличением глубины. С закрытыми, открытыми глазами. Использование образных сравнений Формы организации: фронтальная, поточная, иногда индивидуальная

3.5. Погружения в воду (без опоры)	Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, образные названия и сравнения, помощь педагога Словесный: указания, пояснения Практический: повторение упражнений, игровой и контрольный методы	Полное погружение без опоры, постепенно увеличивая глубину, с закрытыми глазами и попытками открывать глаза Формы организации: фронтальная, по подгруппам
3.6. Погружения с рассматриванием предметов	Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога Словесный: объяснения, пояснения, указания Практический: повторение упражнений, игровой метод	Открывание глаз на различной глубине, рассматривание предметов, доставание их со дна, на ограниченном и свободном пространстве с постепенным увеличением глубины. Использование вспомогательных снарядов, игрушек Формы организации: индивидуальная, групповая (не более 2-3 чел.)
3.7. Игры, связанные с погружением в воду, передвижением и ориентированием под водой	Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога Словесный: объяснения, указания, команды и распоряжения Практический: игровой метод	На различной глубине, с постепенным ее увеличением, с открытыми глазами, использование элементов соревнования, применение снарядов, игрушек Формы организации: фронтальная по подгруппам Игры: без сюжета и сюжетные
3.8. Ныряние	Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога Словесный: объяснения, указания, команды и распоряжения Практический: упражнения, игровой метод	Открывание глаз на различной глубине с постепенным ее увеличением. Попытки ныряния в длину и глубину. Ориентирование под водой, использование игрушек и другого инвентаря. Применение элементов соревнования Формы организации: только индивидуальная
Непосредственно образовательная деятельность	Решение образовательных задач	Методический прием
IV. Задача Научить выдоху в воду		
4.1. Выдох перед собой в воздух	Наглядный: показ, имитация Словесный: рассказ, указания, распоряжения, название упражнений Практический: повторение упражнений, игровой метод	Находясь на суше, в воде, образные сравнения Форма организации: фронтальная
4.2. Выдох на воду	Наглядный: показ, имитация	Выдох через рот: на игрушку, непосредственно в воду в ограниченное

	Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений Практический: повторение упражнений, игровой метод	пространство (обруч), просто на воду Образные сравнения Форма организации: фронтальная
4.3. Выдох на границе воды и воздуха	Наглядный: показ, имитация Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений Практический: повторение упражнений, игровой метод	Выдох через рот до появления пузырей Образные сравнения Постепенное усложнение упражнения: с наклоном, приседанием, на различной глубине Форма организации: фронтальная
4.4. Выдох в воду	Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры Словесный: объяснения, распоряжения, названия упражнений Практический: повторение упражнений, игровой метод, контрольный метод	Постепенное усложнение: попытки выдоха в воду на мелком месте, более глубокой, с наклоном, приседанием, на количество выдохов Формы организации: фронтальная
4.5. Игры с использованием выдоха в воду	Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры» имитация Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений Практический: игровой метод, повторение упражнений	В различных условиях, использование снарядов, игрушек. Введение элементов соревнования Формы организации: парами, групповая (по звеньям), фронтальная
Непосредственно образовательная деятельность	Решение образовательных задач	Методический прием
V. Задача Научить лежать в воде на груди и спине		
5.1. Упражнение на всплытие	Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога Словесный: объяснения, распоряжения, указания, название упражнений Практический: повторение упражнений, игровой и контрольный методы	Постепенное усложнение, при различных положениях рук, ног (вытянуты, врозь, в стороны), лицо в воде: с закрытыми, открытыми глазами, постепенным увеличением глубины воды Образные сравнения и ориентиры. Применение элементов соревнования. Выполнение на качество, длительность Формы организации: фронтальная, групповая (по звеньям), иногда индивидуальная
5.3. Лежание на спине	Тоже	Тоже
5.4. Игры, связанные с	Наглядный: показ, имитация,	Постепенное усложнение условий: большая глубина, задания

лежа кием на груди и спине	зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений Практический: игровой метод	потруднее. Введение элементов соревнования Формы организации: фронтальная, групповая (по звеньям)
VI. Задача научить скольжению в воде на груди и спине		
6.1. Упражнения на скольжение в воде со вспомогательными снарядами и помощью педагога	Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры, имитация, помощь педагога Словесный: пояснения, указания, распоряжения, название упражнений Практический: повторение упражнений, игровой метод	Буксировка, подталкивание, поддержка педагога. Постепенное увеличение глубины. Использование вспомогательных снарядов и игрушек Формы организации: индивидуальная, групповая, фронтальная
Непосредственно образовательная деятельность	Решение образовательных задач	Методический прием
6.2. Выполнение скольжения на груди, отталкиваясь от дна	Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений Практический: повторение упражнений, игровой метод	Использование разных отталкиваний: с одной и двух ног, наклоняясь в воду, с различными положениями рук. Использование снарядов и игрушек Формы организации: фронтальная, групповая, иногда индивидуальная, поточная
6.3. Выполнение скольжения на груди, отталкиваясь от стенки бассейна	Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений Практический: повторение упражнений, игровой и контрольный методы	Отталкивание одной, двумя ногами, с наклоном туловища над водой, с различным положением рук, открывая глаза, поперек бассейна, вдоль его Образные сравнения, постепенное увеличение глубины Формы организации: фронтальная, групповая, иногда индивидуальная
6.5. Выполнение скольжения в сочетании с движениями рук	Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры Словесный: пояснения, указания, распоряжения, название упражнений Практический: повторение, игровой метод, разучивание по частям	Выполнение различных движений руками в воде по типу простейших гребковых. Выдох в воду во время скольжения. Первые попытки сочетания скольжения с одиночным выдохом. Усложнение заданий Формы организации: фронтальная, групповая, поточная, иногда индивидуальная

Непосредственно образовательная деятельность	Решение образовательных задач	Методический прием
6.6. Скольжение на спине, отталкиваясь от дна	Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры, имитация, помощь педагога Словесный: пояснения, указания, распоряжения, название упражнений Практический: повторение, игровой метод	Отталкивание от дна при постепенно увеличивающейся глубине, открывая глаза, использование игрушек Формы организации: фронтальная, групповая, поточная, иногда индивидуальная
6.7. Скольжение на спине, отталкиваясь от стенки бассейна	Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога Словесный: указания, пояснения, название упражнений Практический: повторение упражнений, игровой метод	Отталкивание одной, двумя ногами, постепенное увеличение глубины, открывая глаза в воде, держа руки в различных положениях Формы организации: фронтальная, групповая, поточная, иногда индивидуальная
6.8. Скольжение на спине в сочетании с дыханием	То же и контрольный	То же и дополнительно: попытки выдоха и вдоха во время скольжения
6.9. Скольжение на спине с движениями рук	То же	То же и дополнительно различные движения руками по типу простейших гребковых (без выноса рук)
6.10. Игры, связанные со скольжением на груди и спине	Наглядный, имитация, зрительные и звуковые ориентиры Словесный: объяснения, пояснения, указания, название упражнений Практический: игровой метод	Игры со скольжением на груди, спине, поочередно меняя эти положения, без движения руками и с движением. Усложнения условий (глубины, содержания игры). Использование игрушек, элементов соревнования Формы организации: фронтальная, групповая
	VII. Задача Обучение координационным возможностям в воде: научить движениям ногами (по типу кроля)	
7.1. Движения ногами на суше		Эксперимент показал нецелесообразность применения этого упражнения в обучении плаванию детей. Возможно применение с целью совершенствования
7.2. Движения ногами в воде, сидя	Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога Словесный: объяснения, распоряжения, название упражнений	Сидя на бортике, дне бассейна, попеременные движения ногами (по типу кроля). Постепенное усложнение условий Форма организации: фронтальная

	Практический: игровой метод, повторение упражнений	
7.3. Движения ногами в воде, опираясь на руки	Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога Словесный: указание, распоряжения, название упражнений Практический: игровой метод, повторение упражнений	Опираясь руками о дно бассейна, движения ногами по типу кроля, передвижение по дну на руках на мелком месте бассейна с движениями ногами по типу кроля. Опускание лица в воду, открывание глаз. То же в сочетании с выдохом в воду. Постепенное увеличение глубины Форма организации: фронтальная
7.4. Движения ногами, лежа на груди с опорой	То же	С опорой о бортик бассейна, вспомогательные снаряды, поднимая и опуская голову, открывая глаза Форма организации: фронтальная
7.5. Движения ногами, лежа на спине	То же	С неподвижной опорой на различной глубине (опираясь о борт бассейна, лежа в воде с опорой на предплечья) Форма организации: фронтальная
7.6. Движения ногами в скольжении на груди (по типу кроля)	Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры Словесный: объяснения, пояснения, указания, название упражнений Практический: повторение упражнений, игровой и контрольный методы	С постепенным увеличением глубины воды, с задержкой на вдохе, с выдохом в воду, открывая глаза, держа руки в различных положениях Форма организации: фронтальная, групповая, поточная, индивидуальная
7.7. Движения ногами в скольжении на спине (по типу кроля)	То же	То же (кроме упражнений на дыхание)
7.8. Движения ногами в плавании на груди и спине (по типу кроля) с подвижной опорой	Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры Словесный: объяснения, пояснения, указания, распоряжения, команды, название упражнений Практический: повторение упражнений, игровой метод	На груди, спине. Буксировка с использованием снарядов, в парах. Использование вспомогательных снарядов: доски, плавучие игрушки Форма организации: групповая, поточная, иногда индивидуальная
VIII. Задача Обучение координационным возможностям в воде, научить движениям руками в плавании на груди и спине		
8.1. Движения руками на суше (при плавании для детей старших и подготовительных групп)	Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога Словесный: объяснения, указания Практический: повторение упражнений	Различные вращения: вперед, назад, одной, двумя и др. Имитация гребковых движений при плавании на груди и спине: по типу облегченных и спортивных способов Формы организации: фронтальная, групповая
8.2. Движения руками в	То же	То же

воде		
8.3. Выполнение гребковых движений руками в скольжении	Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры Словесный: объяснения, указания, пояснения, команды Практический: разучивание по частям, повторение, игровой метод	Гребковые движения по типу различных облегченных, а также спортивных способов (по типу кроля). Без выноса из воды, с выносом (попытки), попеременные, одновременные Формы организации: фронтальная, поточная, групповая (по звеньям)
8.4. Выполнение гребковых движений руками в скольжении в сочетании с выдохом в воду	То же	То же (с дыханием)
8.5. Игры с использованием скольжения в воде с движениями рук	Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры Словесный: объяснения, указания, команды Практический: повторение упражнений, игровой метод	С постепенным усложнением условий выполнения: глубина, различные варианты. Использование вспомогательных снарядов: доски, надувные круги Формы организации: фронтальная, групповая (по звеньям)
	IX. Развитие и совершенствование координационных возможностей в воде: обучение сочетаниям движений руками и ногами на задержке дыхания и с выдохом в воду	
9.1. Передвижения по дну различными способами в сочетании с движениями рук	Наглядный: показ, имитация Словесный: объяснения, указания, пояснения, команды, название упражнений Практический: игровой метод, повторение упражнений	Передвижение по дну бассейна: шагом, бегом, прыжками с одновременными движениями рук по типу гребковых: попеременные, одновременные, без выноса рук из воды, с выносом. Поперек, вдоль бассейна, «змейкой» Форма организации: потчн
9.2. Плавание на груди с попеременными движениями ногами и движениями рук по типу облегченных и спортивных способов плавания	Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры Словесный: объяснения, указания, команды, название упражнений Практический: игровой метод, повторение упражнений	Движения ног по типу кроля. Движения рук попеременные: без выноса рук из воды, с попыткой выноса Сочетание этих вариантов движений рук и ног с постепенным усложнением. Одновременные движения рук и сочетание их с попеременными движениями ног. Дыхание: произвольное, с задержкой на вдохе, выдохом в воду (поднятие головы, поворот в сторону) Формы организации: распределение по звеньям (по подготовленности), поточная, иногда индивидуальная
9.3. Плавание на спине с попеременными	То же	Движение ног по типу кроля- Движения рук: попеременные и одновременные, с выносом рук (попытка), без выноса. Дыхание:

движениями ног и движениями рук по типу облученных и спортивных способов плавания		произвольное» на задержке, в ритме движений. Постепенное усложнение координации в работе рук и ног, дыхания Формы организации: фронтальная, групповая, поточная, иногда индивидуальная
9.4. Игры, связанные с координацией движений рук и ног	Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры Словесный: объяснения, указания, команды Практический: игровой метод, повторение упражнений	Постепенное усложнение координации движений, используемых в играх. Изменение условий игры (с усложнением). Использование элементов соревнований Формы организации: фронтальная, групповая
Непосредственно образовательная деятельность	Решение образовательных задач	Методический прием
Х. Обучение облегченным способам плавания		
10.1. Попеременные движения лежа на груди и спине в опорных положениях в сочетании с дыханием (по типу кроля)	Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры Словесный: объяснения., указания, команды Практический: повторение упражнений, игровой метод	Движение ног по типу кроля на груди и на спине: с неподвижной опорой -у стенки, лесенки, держась за шест; подвижной - доска» игрушки и др.; с буксировкой. Дыхание в сочетании с движениями Формы организации: групповая, поточная, в парах
Непосредственно образовательная деятельность	Решение образовательных задач	Методический прием
10.2 Попеременные движения ног в плавании на груди и спине без опоры в сочетании с дыханием (по типу кроля)	Тоже	Движения ног по типу кроля: на груди, спине. Различные положения рук: вытянуты вперед, прижаты к туловищу, за спину, за голову; одна впереди, другая у туловища и т.д. Максимальное использование бассейна Формы организации: групповая, поточная
10.3, Движения руками на суше в сочетании с дыханием	Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры, имитация, помощь педагога Словесный: объяснения, указания, распоряжения, команды Практический: повторение упражнений, игровой метод	Имитация гребковых движений: в облегченных способах (без выноса), в спортивных способах (имитация выноса с гребком). Дыхание произвольное, в ритме движения: с подниманием головы, с поворотом в сторону выдоха. Имитация выдоха в воду: постепенный, взрывной Формы организации: фронтальная, групповая
10.4. Движения руками в воде в опорных положениях в сочетании с	Тоже	Гребковые движения руками: одной, двумя, попеременные и одновременные стоя на дне бассейна, передвигаясь по дну. Дыхание в ритме работы рук: с подниманием головы, поворотом ее в сторону

дыханием		выдоха Формы организации: фронтальная, групповая, парами, иногда индивидуальная
10.5. Плавание за счет движений руками	Тоже	С подвижной опорой в ногах (доска, круг, надувная игрушка и др.), без опоры- ноги вытянуты, сжаты, разведены. Попеременные движения руками (по типу кроля): без выноса, попытки выноса. Одновременные движения руками (без выноса). Дыхание произвольное, в ритме работы рук: с подниманием головы, с поворотом Формы организации: фронтальная, групповая, поточная, иногда индивидуальная
10.6. Плавание облегченными способами в полной координации	Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры Словесный: объяснения, указания, распоряжения, команды Практический: повторение упражнений, игровой и контрольный методы	Попытки плавать облегченными способами в различных сочетаниях движений рук и ног; руки и ноги по типу кроля (без выноса рук) на груди и спине, попытки с выносом. Ноги - по типу кроля, руки - одновременные движения (без выноса). Дыхание произвольное и в соответствии с ритмом движения Формы организации: поточная, групповая (по звеньям).
10.7. Игры с использованием облегченных способов плавания Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога Словесный: о	Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога Словесный: объяснения, указания, команды Практический: повторение упражнений, игровой метод	Игры на плавание в различных сочетаниях движений рук и ног с постепенным усложнением. Введение элементов соревнования Формы организации: групповая, поточная, иногда индивидуальная
XI. Обучение спортивным способам плавания (кроль на груди и спине)		
11.1. Упражнения имитационного характера	Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога Словесный: объяснения, указания, команды Практический: повторение упражнений, игровой метод	На суше, в воде на месте и в продвижении по дну: шагом, бегом - имитация гребковых движений руками в кроле (на груди и спине). Имитация движений ног в кроле: на суше и в воде. Различные имитационные движения руками и ногами в сочетании с дыханием Формы организации: фронтальная, групповая, групповая (по звеньям). 51 поточная
11.2. Плавание за счет движений ногами на груди и спине, в сочетании с дыханием (способом кроль)	Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога Словесный: указания, команды Практический: повторение упражнений, разучивание по частям, игровой метод	На груди и спине с различным положением рук: вытянуты, вперед, прижаты к туловищу - одна, обе и т. д.; с доской, кругом, игрушкой в руках. Дыхание в ритме движения: с подниманием, поворотом головы Формы организации: поточная, групповая

11.3. Плавание за счет движений руками на груди и спине в сочетании с дыханием	То же	На груди, спине из различных положений рук: вытянуты вперед, прижаты к туловищу - одна, обе, гребок одной, другая вытянута и т.д.; поочередная работа рук. Ноги произвольно, вытянуты, с поддерживающими средствами Формы организации: поточная, групповая
11.4. Упражнения, подводящие к плаванию кролем на груди и спине в полной координации	То же, что в п. 11.2.	Упражнения, подводящие к выполнению одного цикла способом кроль, двух циклов и т.д. Различные варианты работы рук с движениями ног по типу кроля. Дыхание в ритме и темпе работы рук с поворотом головы и выдохом в воду. Упражнения с постепенным усложнением Формы организации: поточная, групповая
11.5. Плавание кролем на груди и спине в полной координации	То же, что в п. 11.2. Практический: дополнительно контрольный	Плавание кролем на груди и спине в полной координации, выполняя 1, 2, 3, 4 и более циклов. Дыхание на груди с выдохом в воду, вдох - с поворотом головы. На спине - в ритме работы. Постепенное увеличение длины проплывания. Устранение ошибок Формы организации: поточная, групповая, иногда индивидуальная
11.6. Игры в воде с использованием изученных способов плавания	Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры Словесный: объяснения, указания, команды Практический: игровой метод	Игры с постепенным усложнением задания в плавании на груди и спине. Использование элементов соревнования Формы организации: поточная, групповая (по звеньям)

2.3. Перспективное планирование образовательной деятельности

Перспективный план обучения основным движениям в бассейне

Перспективный план для детей 3-4 лет

Перспективный план для детей 4-5 лет

Перспективный план для детей 5-6 лет

Перспективный план для детей 6-7 лет

Приложение №2

2.4. Интеграция с другими образовательными областями

Процесс интеграции представляет собой объединение в единое целое ранее разрозненных компонентов и элементов системы на основе взаимозависимости. Принцип интеграции ОО выступает как основополагающий принцип работы ДОО. В педагогической науке понятие «интеграция в сфере образования» определяется как средство и условие достижения целостности мышления. Интегративный подход дает возможность развивать в единстве познавательную, эмоциональную и практическую сферы деятельности

Образовательная область	Формы работы
Социально-коммуникативное развитие	Создание на физкультурных занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственно-волевых качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки и пр., побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников. Побуждение к проговариванию действий и называнию упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливания и занятий физической культурой
Познавательное развитие	Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья. Измерение расстояний условными мерками, подсчет количества движений, ориентировка в пространстве, придумывание новых образных названий упражнениям, выполнение различных упражнений, отражающих сезонные явления, объекты природы, выполнение упражнений под музыку
Речевое развитие	Обогащать активный словарь на занятиях физической культуры (команды, построения, виды движений и упражнений), развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх. Развивать умение понимать обращенную речь с опорой и без опоры на наглядность при выполнении физических упражнений и в подвижных играх, обогащать словарь детей за счет расширения представлений о физических упражнениях, исходных положениях, зимних и летних видах спорта, подвижных игр и эстафет, развивать умение соблюдать этику общения в условиях коллективного взаимодействия.
Художественно-эстетическое развитие	Организация игр и упражнений под тексты стихотворений, потешек, считалок, сюжетных физкультурных занятий на темы прочитанных сказок, потешек. Отражение впечатлений детей о прослушанных и знакомых произведениях, литературных героях и событиях на физкультурных занятиях и спортивных досугах; использование различных жанров фольклора (загадки, заклички, считалки) на физкультурных занятиях, спортивных праздниках, подвижных играх; освоение элементов танца и ритмопластики для создания танцевальных композиций спортивного направления.

2.5. Образовательная деятельность в режимных процессах (бассейн)

Режимные процессы	Образовательная деятельность
Утренний отрезок времени	индивидуальная работа в соответствии с задачами ОО бассейн, оздоровительные и закаливающие процедуры, двигательная деятельность (подвижные игры, гимнастика и другое).
Занятия	В каждой возрастной группе в неделю проводится 1 занятие бассейн.
Прогулка	Проведение занятий в бассейне (в содержание занятий входят подвижные игры и спортивные упражнения);

	организация подвижных игр и спортивных упражнений направленных на оптимизацию режима двигательной активности; индивидуальная работа в соответствии с задачами ОО бассейн; проведение спортивных праздников.
Вторая половина дня	закаливающие процедуры (гимнастика пробуждения), проведение спортивных досугов, праздников; индивидуальная работа в соответствии с задачами ОО бассейн, работа с родителями (законными представителями)

Расписание занятий бассейн

Теремок					
Ягодка					11.00
Лягушонок	10.10				
Дюймовочка			10.00		
Белоснежка				10.30	
Золушка				10.00	
Почемучки			9.00		
Хозяюшка					11.00

2.6. Условия, способы и приемы поддержки детской инициативы

Любая деятельность ребенка в ДОО может протекать в форме самостоятельной инициативной деятельности, например: самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры, выполнение ритмических и танцевальных движений.

Условия поддержки детской инициативы	Уделять внимание развитию детского интереса к окружающему миру, поощрять желание ребенка получать новые знания и умения, осуществлять деятельностные пробы в соответствии со своими интересами, задавать познавательные вопросы; организовывать ситуации, способствующие активизации личного опыта ребенка в деятельности, побуждающие детей к применению знаний, умений при выборе способов деятельности. Расширять и усложнять в соответствии с возможностями и особенностями развития детей задач, которые ребенок способен и желает решить самостоятельно, уделять внимание таким задачам, которые способствуют активизации у ребенка творчества, сообразительности, поиска новых подходов; поощрять проявление детской инициативы в течение всего дня пребывания ребенка в ДОО, используя приемы поддержки, одобрения, похвалы.
---	---

	Создавать условия для развития произвольности в деятельности, использовать игры и упражнения, направленных на тренировку волевых усилий, поддержку готовности и желания ребенка преодолевать трудности, доводить деятельность до результата. Поощрять и поддерживать желание детей получать результат деятельности, обращать внимание на важность стремления к качественному результату, подсказывать ребенку, проявляющему небрежность и равнодушие к результату, как можно довести дело до конца, какие приемы можно использовать, чтобы проверить качество своего результата. Внимательно наблюдать за процессом самостоятельной деятельности детей, в случае необходимости оказывать детям помощь, но стремиться к ее дозированию; поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы и творчества через использование приемов похвалы, одобрения, восхищения.
Способы и приемы поддержки детской инициативы	Не спешить на помощь ребенку, если он испытывает затруднения решения задачи, побуждать его к самостоятельному решению, подбадривать и поощрять попытки найти решение. В случае необходимости оказания помощи дать совет, задать наводящий вопрос, активизировать имеющийся у ребенка опыт. Дать возможность ребенку самостоятельно решить поставленную задачу. Помочь в поиске разных вариантов решения одной задачи, поощрять активность детей в поиске, принимать любые предположения детей, связанные с решением задачи, поддерживать инициативу и творческие решения, акцентировать внимание детей на качестве результата, их достижениях, одобрять, хвалить за результат, вызывать у них чувство радости и гордости от успешных самостоятельных действий. Особое внимание уделять общению с детьми в период кризиса семи лет: характерные для ребенка изменения в поведении и деятельности становятся поводом для смены стиля общения с ребенком. Уделять внимание ребенку, уважать его интересы, стремления, инициативы в познании, активно поддерживать стремление к самостоятельности. Поддерживать ощущение своего взросления, вселять уверенность в своих силах. Акцентировать внимание на освоение ребенком универсальных умений организации своей деятельности и формировании у него основ целеполагания: поставить цель(или принять ее от педагога), обдумать способы ее достижения, осуществить свой замысел, оценить полученный результат. Предложить детям средства, помогающие детям планомерно и самостоятельно осуществлять свой замысел: опорные схемы, наглядные модели, пооперационные карты. Уделять внимание обогащению РППС, обеспечивающей поддержку инициативности ребенка

2.7. Работа с родителями (законными представителями)

Построение взаимодействия с родителями (законными представителями) придерживается следующих требований:

приоритет семьи в воспитании, образовании и развитии ребенка: в соответствии с Законом об образовании у родителей (законных представителей) обучающихся не только есть преимущественное право на обучение и воспитание детей, но именно они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка;

открытость: для родителей (законных представителей) доступна актуальная информация об особенностях пребывания ребенка ДОО, предоставлен свободный доступ в ДОО, между педагогом и родителями (законными представителями) происходит обмен информацией об особенностях развития

ребенка в ДОО и семье;
 взаимное доверие, уважение и доброжелательность во взаимоотношениях педагога и родителей (законных представителей), позитивный настрой на общение и сотрудничество, этичное и разумное использование полученной информации в интересах детей;
 индивидуально-дифференцированный подход к каждой семье: при взаимодействии в совместное решение образовательных задач учитываются особенности семейного воспитания, потребности родителей (законных представителей) в отношении образования ребенка, отношение к педагогу и ДОО, проводимым мероприятиям; возможности включения родителей (законных представителей).

Деятельность инструктора по физкультуре (бассейн) по построению взаимодействия с родителями (законными представителями)

Направление	Деятельность инструктора
диагностико-аналитическое	получение и анализ данных о семье каждого обучающегося, ее запросах в отношении охраны здоровья и развития ребенка; об уровне компетенции родителей (законных представителей) по вопросам особенностей физического развития детей дошкольного возраста; планирование работы с семьей с учетом проведенного анализа
просветительское	просвещение родителей (законных представителей) по повышению уровня компетенции в вопросах здоровьесбережения ребенка: информирование о фактах, положительно влияющих на физическое и психическое здоровье ребенка (рациональная организация режима дня для ребенка, правильное питание в семье, закаливание, организация двигательной активности, благоприятный психологический микроклимат в семье и спокойное общение с ребенком и другое) информирование родителей (законных представителей) об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях ДОО в решении данных задач; знакомство родителей (законных представителей) с оздоровительными мероприятиями проводимыми в ДОО
консультационное	консультирование родителей (законных представителей) по вопросам их взаимодействия с ребенком, преодоления возникающих проблем воспитания и обучения детей; способам организации и участия в детских деятельности, образовательном процессе и другом

План работы с родителями (законными представителями) и коллегами на 2023 -24учебный год **Приложение № 5**

2.8. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы (КРР)

КРР и (или) инклюзивное образование в ДОО направлено на обеспечение коррекции нарушений развития у различных детей (целевые группы), включая детей с ООП, в том числе детей с ОВЗ и детей- инвалидов; оказание им квалифицированной помощи в освоении Программы, их разностороннее развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, социальной адаптации.

Задачи КРР ОО Физическое развитие(бассейн) на уровне ДОО	Определение ООП обучающихся, в том числе с трудностями освоения Федеральной программы и социализации; своевременное выявление обучающихся с трудностями социальной адаптации, обусловленными различными причинами; Осуществление индивидуально ориентированной психолого-педагогической помощи обучающимся с учетом особенностей их психического и (или) физического развития, индивидуальных возможностей и потребностей (в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии (ППК))
Содержание КРР	В образовательной области Физическое развитие содержание КРР для каждого обучающего определяется с учетом его ООП на основе рекомендаций ППК ДОО

Категории целевых групп обучающихся для оказания им адресной психологической помощи и включения их в программы психолого-педагогического сопровождения

Целевые группы	Реализация КРР
Дети с ОВЗ и (или) инвалидностью, получившие статус в порядке, установленном законодательством Российской Федерации	Реализация КРР с обучающимися с ОВЗ и детьми инвалидами согласно нозологическим группам осуществляется в соответствии с Федеральной адаптированной образовательной программой дошкольного образования.
Обучающиеся по индивидуальному учебному плану на основании медицинского заключения (дети, находящиеся под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющие дети)	Часто болеющие дети характеризуются повышенной заболеваемостью острыми респираторными инфекциями, которые не связаны с врожденными и наследственными состояниями, приводящими к большому количеству пропусков ребенком в посещении ДОО. Детям, находящиеся под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющим детям, свойственны: быстрая утомляемость, длительный период восстановления после заболевания и (или) его обострения (не менее 4-х недель), специфические особенности межличностного взаимодействия и деятельности (ограниченность круга общения больного ребенка, объективная зависимость от взрослых, стремление постоянно получать от них помощь). У таких детей в итоге появляются сложности в освоении программы и социальной адаптации. Направленность КРР с детьми, находящимися под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющими детьми на дошкольном уровне образования: коррекция (развитие) коммуникативной, личностной, эмоционально-волевой сфер, познавательных процессов; снижение тревожности; помощь в решении поведенческих проблем; создание условий для для успешной социализации, оптимизации межличностного взаимодействия со взрослыми и

	сверстниками. Включение часто болеющих детей в программу КРР, определение индивидуального маршрута психолого-педагогического сопровождения осуществляется на основании медицинского заключения и рекомендаций ППК по результатам психолого педагогической диагностики.
Обучающие, испытывающие трудности в освоении образовательных программ, развитии, адаптации.	В эту группу могут входить дети мигрантов, испытывающие трудности с пониманием государственного языка Российской Федерации на дошкольном уровне образования. Направление КРР: развитие коммуникативных навыков, формирование чувствительности к сверстнику, его эмоциональному состоянию, намерениям и желаниям; формирование уверенного поведения и социальной успешности; коррекция деструктивных эмоциональных состояний, возникших вследствие попадания в новую языковую и культурную среду (тревога, неуверенность, агрессия); создание атмосферы доброжелательности, заботы и уважения по отношению к ребенку. Психолого-педагогическое сопровождение детей данной целевой группы осуществляется в контексте общей программы адаптации ребенка к ДОО. В случаях выраженных проблем социализации, личностного развития и общей дезадаптации ребенка, его включают в программу КРР на основе заключения ППК или по запросу родителей (законных представителей) ребенка.
Обучающиеся «группы риска»	Дети проявляющие комплекс выраженных факторов риска негативных появлений (импульсивность, агрессивность, неустойчивая или крайне низкая (завышенная) самооценка, завышенный уровень притязаний. Направленность КРР с обучающимися, имеющими девиации развития и поведения на дошкольном уровне образования: коррекция (развитие) социально-коммуникативной, личностной, эмоционально-волевой сферы; помощь в решении поведенческих проблем; формирование адекватных, социально приемлемых способов поведения; развитие рефлексивных способностей; совершенствование способов саморегуляции. Включение ребенка «группы риска» в программу КРР, определение индивидуального маршрута психолого-педагогического сопровождения осуществляется на основе заключения ППК или по запросу родителей (законных представителей) ребенка.
Одаренные обучающиеся	Направленность КРР с одаренными обучающимися на дошкольном уровне образования: определение уровня одаренности, личностных особенностей, прогноз возможных проблем и потенциала развития; вовлечение родителей (законных представителей) в образовательный процесс и установление с ними отношений сотрудничества как обязательного условия поддержки и развития одаренного ребенка, как в ДОО, так и в условиях семейного воспитания;

создание атмосферы доброжелательности, заботы и уважения по отношению к ребенку, обстановки, формирующей у ребенка чувство собственной значимости, поощрение его индивидуальности;
 сохранение и поддержка индивидуальности ребенка, развитие его индивидуальных способностей и творческого потенциала как субъекта отношений с людьми, миром и самим собой;
 формирование коммуникативных навыков и развитие эмоциональной устойчивости;
 организация предметно-развивающей, обогащенной образовательной среды в условиях ДОО, благоприятную для развития физических способностей и одаренности в области физического развития.
 Включение ребенка в программу КРР, определение индивидуального маршрута психолого- педагогического сопровождения осуществляется на основе заключения ППК по результатам психологической и педагогической диагностики.

2.9. Рабочая программа воспитания ОО Физическое развитие

1 Целевой раздел	
Общая цель воспитания в ДОО	1) формирование первичных представлений о традиционных ценностях российского народа, социально приемлемых нормах и правилах поведения; 2) формирование ценностного отношения к окружающему миру (природному и социокультурному), другим людям, самому себе; 3) становление первичного опыта деятельности и поведения в соответствии с традиционными ценностями, принятыми в обществе нормами и правилами.
Общие задачи воспитания в ДОО	1) содействовать развитию личности, основанному на принятых в обществе представлениях о добре и зле, должном и недопустимом; 2) способствовать становлению нравственности, основанной на духовных отечественных традициях, внутренней установке личности поступать согласно своей совести; 3) создавать условия для развития и реализации личностного потенциала ребенка, его готовности к творческому самовыражению и саморазвитию, самовоспитанию; 4) осуществлять поддержку позитивной организации ребенка посредством проектирования и принятия уклада, воспитывающей среды, создания воспитывающих общностей.
Направления воспитания	1) Патриотическое направление воспитания Цель- содействовать формированию у ребенка личностной позиции наследника традиций и культуры, защитника отечества и творца (созидателя), ответственного за будущее своей страны Ценности- родина и природа культура, семья

	2) Духовно-нравственное направление. Цель- формирование способности к духовному развитию, нравственному самосовершенствованию, индивидуально ответственному поведению. Ценности- жизнь, милосердие, добро. 3)Социальное направление воспитания Цель- формирование ценностного отношения детей к семье, дому, человеку развитие дружелюбия, умения находить общий язык с другими людьми. Ценности: семья, дружба, человек и сотрудничество 4)Познавательное направление Цель- формирование ценности познания Ценности: познание 5) Физическое и оздоровительное направление Цель: формирование ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, овладение элементарными навыками и правилами безопасности. Ценности: жизнь, здоровье. 6)Трудовое направление воспитания Цель: формирование ценностного отношения детей к труду, трудолюбию и приобщение ребенка к труду. Ценность: труд 7) Эстетическое направление воспитания Цель: способствовать становлению у ребенка ценностного отношения к красоте Ценности: культура, красота.
Целевые ориентиры воспитания на этапе завершения освоения программы ОО Физическое развитие	Понимающий ценность жизни, владеющий основными способами укрепления здоровья- занятия физической культурой, закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены и безопасного поведения и другое; стремящийся к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих. Проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества. Демонстрирующий потребность в двигательной деятельности. Имеющий представление о некоторых видах спорта и активного отдыха.
2. Содержательный раздел	
Задачи воспитания ОО Физическое	Решение задач воспитания в рамках ОО Физическое развитие направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает: -формирование у ребенка возрастосообразных представлений о жизни, здоровье и физической культуре;

развитие	-становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, интереса к физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, к овладению гигиеническими нормами и правилами; -воспитание активности, самостоятельности, уверенности, нравственных и волевых качеств.
Формы деятельности сотрудничества с родителями (законными представителями) в процессе воспитательной работы	-родительское собрание; -круглый стол; -опрос; -мастер-класс; -анкета; -консультация -консультация- передвижка -стенд
События образовательной организации ОО Физическое развитие	-проекты воспитательной направленности -праздники -тематические встречи с родителями (законными представителями) имеющими отношение к спорту (мастер спорта, тренер, другое) -общие дела
Совместная деятельность в образовательных ситуациях ОО Физическое развитие	-ситуативная беседа, совет, вопрос; -заучивание стихов, считалок наизусть (подготовка к спортивным праздникам, сопровождение подвижных игр); -рассматривание и обсуждение картин, иллюстраций, просмотр видеороликов, презентаций, мультфильмов спортивной направленности; -организация выставок детского рисунка, семейных фотографий спортивной направленности; -экскурсии (в спорткомплексы, школьный спортзал); -участие в массовых мероприятиях города («Лыжня России», другие); туристические походы.
Организация предметно-пространственной среды	-знаки и символы государства; -компоненты среды, обеспечивающие ребенку возможности для укрепления здоровья, раскрывающие смысл здорового образа жизни, физической культуры и спорта(физкультурное оборудование, спортивный инвентарь); -компоненты среды, предоставляющие ребенку возможность погружения в культуру России, знакомства с особенностями традиций многонационального российского народа. (атрибуты к народным подвижным играм, другое); -компоненты среды, обеспечивающие детям возможность общения, игры и совместной деятельности (спортивный инвентарь)
Социальное партнерство	-участие представителей комплекса ГТО в сдаче нормативов ГТО, мероприятиях, посвященных популяризации ГТО среди обучающихся;

	-проведение на базе школы спортивных мероприятий акций воспитательной направленности; -участие представителей ГИБДД в мероприятиях ДОО по безопасности дорожного движения; -реализация проектов воспитательной направленности, совместно разрабатываемых детьми, родителями (законными представителями), педагогами с организациями- партнерами.
3 Организационный раздел	
Нормативно-методическое обеспечение.	Практическое руководство «Воспитателю о воспитании» электронный ресурс институтвоспитания.рф .
Приложение №6	

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Психолого- педагогические условия реализации Федеральной программы

Успешная реализация Федеральной программы ОО Физическое развитие обеспечивается следующими психолого-педагогическими условиями:

- 1) признание детства как уникального периода в становлении человека, понимание неповторимости личности каждого ребенка, принятие воспитанника таким, какой он есть, со всеми его индивидуальными проявлениями; проявление уважения к развивающейся личности, как высшей ценности, поддержка уверенности в собственных возможностях и способностях у каждого воспитанника;
- 2) решение образовательных задач с использованием как новых форм организации процесса образования (проектная деятельность, обогащение двигательной активности в центрах здоровья, проблемно-обучающие ситуации в рамках интеграции образовательных областей и другое), так и традиционных (фронтальные, подгрупповые, индивидуальные занятия).
- 3) обеспечение преемственности содержания и форм организации образовательного процесса в ДОО, в том числе дошкольного и начального общего уровней образования (опора на опыт детей, накопленный на предыдущих этапах развития, изменение форм и методов образовательной работы, ориентация на стратегический приоритет непрерывного образования- формирование умения учиться);
- 4) учет специфики возрастного и индивидуального психофизического развития обучающихся;
- 5) создание развивающей и эмоционально-комфортной для ребенка образовательной среды, способствующей физическому развитию ребенка, сохранению его индивидуальности, в которой ребенок реализует право на свободу выбора деятельности, партнера и прочее;
- 6) построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывая его социальную ситуацию его развития;
- 7) индивидуализация образования (в том числе поддержка ребенка, построение его образовательной траектории) и оптимизация работы с группой детей, основанные на результатах педагогической диагностики;
- 8) оказание ранней коррекционной помощи детям ООП, в том числе с ОВЗ на основе специальных психолого-педагогических подходов, методов, способов общения и условий, способствующих получению ДО, социальному развитию этих детей, в том числе посредством инклюзивного

образования;

- 9) совершенствование образовательной работы на основе результатов выявления запросов родительского и профессионального сообщества;
- 10) психологическая, педагогическая и методическая помощь и поддержка, консультирование родителей (законных представителей) в вопросах обучения, воспитания и развития детей, охраны и укрепления их здоровья;
- 11) вовлечение родителей (законных представителей) в процесс реализации образовательной программы и построение сотрудничества в соответствии с образовательными потребностями и возможностями семьи обучающихся;
- 12) развитие профессиональной компетенции, психолого-педагогического просвещения родителей (законных представителей) обучающихся;
- 13) взаимодействие с различными социальными институтами (сферы образования, физкультуры и спорта), использование форм и методов взаимодействия, востребованных современной педагогической практикой и семьей, участие всех сторон взаимодействия в совместной социально-значимой деятельности;
- 14) использование широких возможностей социальной среды, социума как дополнительного средства развития личности, совершенствования ее социализации;
- 15) предоставление информации о Федеральной программе семье, заинтересованным лицам, вовлеченным в образовательную деятельность, а также широкой общественности.

3.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.

Для реализации программы образования и воспитания по физической культуре в ДОО предусмотрен спортивный зал и спортивная площадка.

РППС рассматривается как часть образовательной среды и фактор, обогащающий развитие детей.

При проектировании РППС учитываются местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно-климатические условия; возраст уровень развития детей и особенности их деятельности, содержание образования; задачи образовательной программы для различных возрастов групп; возможности и потребности участников образовательной деятельности.

РППС соответствует требованиям ФГОС ДО, образовательной программе ДОО, возрастным особенностям детей; воспитательному характеру обучения детей; требованиям безопасности и надежности.

Наполняемость РППС спортивного зала, спортивной площадки ДОО

Предметно-развивающая среда бассейна

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во на зал	Есть в наличии	Планируется пополнить (кол-во, год)
Для создания безопасных условий для здоровья и жизни детей, поддержки и страховки обучающихся плаванию	Длинный шест	2 – 2,5 м	1	1	
	Спасательные круги	50-80, 60-100 ...	от 4 шт.	35шт.	
	Поплавок «Малыш»		12		12шт.
	Цветные поплавки	Высота от 30 см.	12	12шт.	

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во на зал	Есть в наличии	Планируется пополнить (кол-во, год)
	Флажки	30-40 см.	12	6 шт.	
Для обучения способам плавания	Доски из пенопласта	25х35 см., 30х 40 см.,	12	6 шт.	6 шт.
	Надувные игрушки (резиновые круги, мячи и др.)	Высота от 15 см.	от 12 шт.	25 шт.	
	Кольцеброс (набор)		2	2	
	Нуды и колобашки		12	12шт.	
	Мяч средний	10-12 см	12	12 шт.	
	Мяч для массажа	Диаметр 6-7 см, 10 см	по 5	15шт.	
	Кольцо мягкое	Диаметр 13 см	10		10 шт.
	Кегли (набор)		1		
Для погружения в воду с головой (ныряния), подныривания	Мелкие игрушки из плотной резины (тонущие)	Высота от 10 см.	от 12 шт.	30 шт.	
	Обруч малый	Диаметр 54-60 см	12	20шт.	
	Дуга большая	Высота 50 см, Ширина 50 см	6		6 шт.
	Дуга малая	Высота 30-40 см, Ширина 50 см	6		6 шт.
Для разучивания движений рук	Кольцо плоское	Диаметр 18 см	10		12 шт.

3.3. Технические средства обучения

№	Технические средства обучения	Необходимо для реализации программы	Есть в наличии	Необходимо дополнить
1	Ноутбук	1 шт		+

2	Музыкальный центр	1 шт		+
3	Проектор с экраном	1 шт		+
4	Цветной принтер с расходниками	1 шт		+
5	Гарнитура усиления звука	1 шт		+

3.4.Методическое обеспечение

Перечень учебно - методических пособий, в том числе ЭОР, используемых для реализации рабочей программы.

Задачи данной области	Название программы, методического		
3-4 года	.Адаптировать детей к водному пространству: -познакомить с доступными их пониманию свойствами воды (мокрая, прохладная, ласковая и пр.); -учить не бояться входить в воду и выходить из воды, свободно передвигаться в водном пространстве; -учить задерживать дыхание на вдохе, выполнять лежание на поверхности воды с помощью		Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва 2014г. Образовательная область «Физическая культура». Растим детей активными, ловкими, жизнерадостными. стр. 31 -Е.К.Воронова "Программа обучения плаванию в д/с" СП,2003 -Т.М.Осокина "Как научить детей плавать" Москва; Просвещение 1985г. М.Рыбак "Раз, два, три, плыви" Москва, Обруч, 2010г. -М.Рыбак "Плавай, как мы" Москва, Обруч, 2014г. -Программа «Здоровье» В.Г.Алямовская -«Как воспитать здорового ребенка» В.Г.Алямовская Система обучения плаванию детей дошкольного возраста. А.А.Чеменева, Т.В. Столмакова . Издательство «Детство –пресс», 2022г.
4-5 лет	1.Учить детей погружаться в воду с головой, с задержкой дыхания;		Примерная основная общеобразовательная

	2.Учить самостоятельному горизонтальному лежанию на груди и на спине; 3.Учить плавать при помощи попеременных движений прямыми ногами способом кроль с вспомогательными средствами. 3.Воспитывать организованность и чувство коллективизма в группе. -Способствовать становлению интереса детей к правилам здоровьесберегающего поведения; - развивать представления о человеке (себе, сверстнике и взрослом), об особенностях здоровья и условиях его сохранения: режим, закаливание, физкультура и пр.; -способствовать сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей закаливание, участие в физкультурных праздниках и досугах; -способствовать повышению функциональных возможностей сердечно – сосудистой и дыхательной систем; -укреплять мышечный корсет ребёнка; -активизировать работу вестибулярного аппарата. -формировать гигиенические навыки (раздеваться и одеваться в определённой последовательности; аккуратно складывать и вешать одежду; самостоятельно пользоваться полотенцем; последовательно вытирать части тела).	программа дошкольного образования «От рождения до школы» издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва 2014г. Образовательная область «Физическая культура». Растим детей активными, ловкими, жизнерадостными. стр. 31 -Е.К.Воронова "Программа обучения плаванию в д/с" СП,2003 -Т.М.Осокина "Как научить детей плавать" Москва; Просвещение 1985г. - М.Рыбак "Раз, два, три, плыви" Москва, Обруч, 2010г. -М.Рыбак "Плавай, как мы" Москва, Обруч, 2014г - Программа «Здоровье» В.Г.Алямовская -«Как воспитать здорового ребенка» В.Г.Алямовская Москва ,1993 Система обучения плаванию детей дошкольного возраста. А.А.Чеменева, Т.В. Столмакова . Издательство «Детство –пресс», 2022г.
5-6 лет	1.Продолжать учить скользить на груди, спине без и с работой ног (используя и не используя вспомогательные средства); 2.Учить выполнять многократные выдохи в воду. 3.Учить согласовывать движения ног с дыханием. 4.Воспитывать чувство коллективизма. -Способствовать становлению устойчивого интереса к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и безопасного поведения, сведениями о некоторых травмирующих ситуациях, о важности органов чувств, о некоторых приемах первой помощи, о правилах поведения в обществе в случаях заболевания, о некоторых правилах ухода за больными и т.д. -формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья, о здоровом образе жизни, о значении гигиенических процедур	-Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва 2014г. Образовательная область «Физическая культура». Растим детей активными, ловкими, жизнерадостными. стр. 31 -Е.К.Воронова "Программа обучения плаванию в д/с" СП,2003 -Т.М.Осокина "Как научить детей плавать" Москва; Просвещение 1985г. - М.Рыбак "Раз, два, три, плыви" Москва, Обруч, 2010г.

	-способствовать развитию самостоятельности детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек; -развивать умение элементарно описывать свое самочувствие; умение привлечь внимание взрослого в случае неважного самочувствия, недомогания; -развивать умение избегать опасных для здоровья ситуаций, обращаться за помощью взрослого в случае их возникновения; -обеспечивать сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.	-М.Рыбак "Плавай, как мы" Москва, Обруч, 2014г - Программа «Здоровье» В.Г.Алямовская -«Как воспитать здорового ребенка» В.Г.Алямовская Москва ,1993 Система обучения плаванию детей дошкольного возраста. А.А.Чеменева, Т.В. Столмакова . Издательство «Детство –пресс», 2022г.
6-7 лет	1.Продолжать совершенствовать движения ног в плавании способом кроль на груди и спине. 2.Закреплять умение согласовывать работу ног и дыхания при плавании способом кроль на груди и спине, с разным положением рук. 3.Воспитывать целеустремленность и настойчивость. -Способствовать укреплению здоровья ребёнка, его гармоничному психическому развитию; -совершенствовать опорно–двигательный аппарат, формировать правильную осанку; повышать работоспособность организма; -воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей; -обучать приёмам самопомощи и помощи тонущего; -обогащать и углублять представления детей о том, как поддержать, укрепить и сохранить здоровье. -воспитывать самостоятельность в выполнении культурно-гигиенических навыков, обогащать представления детей о гигиенической культуре. -обеспечить сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.	-Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва 2014г. Образовательная область «Физическая культура». Растим детей активными, ловкими, жизнерадостными. стр. 31 -Е.К.Воронова "Программа обучения плаванию в д/с" СП,2003 -Т.М.Осокина "Как научить детей плавать" Москва; Просвещение 1985г. - М.Рыбак "Раз, два, три, плыви" Москва, Обруч, 2010г. -М.Рыбак "Плавай, как мы" Москва, Обруч, 2014г -Программа «Здоровье» В.Г.Алямовская -«Как воспитать здорового ребенка» В.Г.Алямовская Москва ,1993 Система обучения плаванию детей дошкольного возраста. А.А.Чеменева, Т.В. Столмакова . Издательство «Детство –пресс», 2022г.

Перечень музыкальных произведений для выполнения музыкально-ритмических движений из ФОП

3-4 года	Игровые упражнения, ходьба и бег под музыку «Марш и бег» А. Александрова; «Скачут лошадки», муз. Т. Попатенко; «Шагаем как физкультурники», муз. Ломовой;»Топотушки» , муз. М. Раухвергера; «Птички
----------	---

	летают», муз. Л. Банниковой. Перекачивание мяча под музыку Д. Шостаковича (вальс-шутка) Бег под музыку Р. Шумана (игра в жмурки)
4-5 лет	Игровые упражнения «Пружинки» рус.нар.мелодия Ходьба под марш, муз. И. Беркович Подпрыгивания и бег «Веселые мячики», муз М. Сатулиной Лиса и зайцы «В садике», муз. А. Майкапара Ходит медведь «Этюд», муз. К. Черни «Полька», муз. М. Глинки «Всадники», муз. В.Витлина Потопаем покругимся рус.нар.мелодии «Петух», муз. Т.Ломовой «Кукла», муз. М. Старокадомского Упражнения с цветами «Вальс» муз. А. Жилина Музыкальные игры «Курочка и петушок» муз. Г. Фрида. «Жмурки», муз. Ф.Флотова «Медведь и заяц», муз. В.Ребикова «Самолеты», муз. М. Магиденко «Найди себе пару», муз. Т. Ломовой «Займи домик», муз. М. Магиденко
5-6 лет	Упражнения «Шаг и бег», муз.Н.Надененко «Плавные руки», муз Р. Лизра («Вальс», фрагмент) «Кто лучше скачет», муз. Т. Ломовой «Росинки», муз. С. Майкапара Упражнения с предметами «Упражнения с мячами», муз. Т. Ломовой; «Вальс», муз. Ф. Бургмюллера. Музыкальные игры «Не выпустим», муз. Т. Ломовой «будь ловким», муз. Н. Ладухина «Ищи игрушку», «Найди себе пару», латв.нар. Мелодия обраб. Т. Потапенко
6-7 лет	Упражнения «Марш», муз. М. Роберта

«Бег», «Цветные флажки», муз. Е. Тиличеевой «Кто лучше скачет», «Шагают девочки и мальчики», муз. В. Золотарева Поднимай и скрещивай флажки «Этюд», муз. К. Гуритта полоскать платочки «Ой, утушка луговая», рус.нар. Мелодия, обраб. Т. Ломовой «Упражнение с кубиками», муз. С. Соснина Музыкальные игры «Кот и мыши», муз. Т. Ломовой «Кто скорей», муз. М. Шварца Игра с погремушками», муз. Ф. Шуберта «Экоссез» «Поездка», «Пастух и козлята», рус. Нар. Песня, обраб. в. Трутовского.
--

3.5. Организация и санитарно-гигиенические условия проведения НОД по плаванию

Успешность обучения дошкольников практическим навыкам плавания и степень его оздоровительного влияния зависят от того, насколько четко и правильно соблюдаются все основные требования к его организации, обеспечиваются меры безопасности, выполняются необходимые санитарно - гигиенические правила.

Обучение плаванию детей дошкольного возраста по данной рабочей программе проходит в крытом малоразмерном бассейне и спортивном зале, расположенных в здании МКДОУ детский сад « Красная шапочка» р.п. Линево

Наличие бассейна в детском саду создает возможность привлечь к образовательной деятельности по плаванию всех детей, начиная с младшего возраста. Обучение детей плаванию представляет собой ряд взаимосвязанных процессов, достаточно сложных в организационном и методическом плане. Организация обучения детей плаванию в детском саду осуществляется в комплексе со всеми многообразными формами физкультурно - оздоровительной работы, так как только в сочетании непосредственно образовательной деятельности в бассейне с рациональным режимом деятельности и отдыха детей может дать положительный результат в укреплении их здоровья и закаливания организма.

Режим дня, включающий непосредственно образовательную деятельность по плаванию предусматривает достаточное пребывание детей на воздухе, полноценное проведение общеобразовательной деятельности, приема пищи, сна, всех других форм, физкультурно-оздоровительной и воспитательной работы. Обязательно учитывается время приема пищи. Непосредственно образовательная деятельность по плаванию должна проходить не ранее чем через 40 мин после еды.

Обучение плаванию проходит в форме групповой образовательной деятельности по установленному расписанию. Группы делят на подгруппы в зависимости от возраста детей и от конкретных условий.

Длительность НОД по плаванию в разных возрастных группах в течении года

Возрастная группа	Количество подгрупп	Число детей в подгруппе	Длительность занятий, мин.	
			в одной подгруппе	во всей группе
Первая младшая	3(4)	5-6	от 5-10 до 15	от 15-20 до 45-60
Вторая младшая	2(3)	8-10	от 10-15 до 20	от 20-30 до 40-60
Средняя	2	10-12	от 15-20 до 25-30	от 30-40 до 50-60
Старшая	2	10-12	от 20-25 до 30	от 40 до 60
Подготовительная к школе	2	10-12	От 25 до 30	От 50 до 60

Распределение количества НОД по плаванию в разных возрастных группах на учебный год

Возрастная группа	Количество занятий		Количество часов		
	в неделю	в год	в неделю	в месяц	в год
Первая младшая	1	36	15мин	1	9
Вторая младшая	1	36	15мин	1	9
Средняя	1	36	40мин	1 часа 20мин	16
Старшая	1	36	50мин	1 часа 80мин	22
Подготовительная к школе	1	36	60мин	2 часа 40мин	29

**Продолжительность и распределение количества
развлечений, праздников на воде в разных возрастных группах**

Возрастная группа	Количество проведения		Продолжительность проведения	
	развлечение	праздник	развлечение	праздник
Вторая младшая	1 раз в год		15-20 мин	
Средняя	1 раз в месяц	2 раза в год	20 мин	45 мин
Старшая	1 раз в месяц	2 раза в год	25-30 мин	до 1 часа
Подготовительная к школе	1 раз в месяц	2 раза в год	40 мин	до 1 часа

Длительность образовательной деятельности в разных возрастных группах неодинакова. Она устанавливается в зависимости от возраста, периода обучения. В начале обучения занятия короче по времени, затем, по мере освоения детей с водой, их длительность постепенно увеличивается.

Отличается и длительность пребывания в воде в каждой возрастной группе и зависит уже не только от вышеперечисленных причин, но и от того как организована совместная работа всего коллектива образовательного учреждения.

Большая роль в подготовке и проведении непосредственно образовательную деятельность по плаванию отводится воспитателям групп. Воспитатели групп работают в тесном контакте с инструктором по физической культуре и медицинским персоналом. Они ведут работу в своей группе: следят за выполнением расписания образовательную деятельность и готовят подгруппы к ним, знакомят с правилами поведения в бассейне, непосредственно во время занятий, учат быстро раздеваться и одеваться. Вместе с медсестрой определяет, кому из детей необходим щадящий режим или освобождение от занятий, поддерживает тесную связь с родителями.

Воспитатель перед образовательной деятельностью по плаванию проверяет наличие у детей всех плавательных принадлежностей, помогает детям подготовить все необходимое. Воспитатель сопровождает детей в бассейн, под его присмотром дети раздеваются, надевают плавательные шапки и готовятся к занятию. Особого внимания взрослых требуют дети младшего возраста. Им необходима помощь и при раздевании, и при одевании, и при мытье под душем, и при вытирании, так как самостоятельно делать это они еще не умеют, а также при входе в воду и при выходе из нее. Дети младшего возраста плохо еще запоминают свои принадлежности. Поэтому, для того, чтобы ускорить все процессы и не допустить, охлаждения детей и необходима помощь воспитателя.

Роль воспитателя очень важна при организации плавания в бассейне и имеет огромное значение для воспитания гигиенических навыков.

При проведении непосредственно образовательной деятельности осуществляется медико-педагогический контроль над воспитанием и здоровьем каждого ребенка, с учетом его индивидуальных психофизиологических особенностей.

Санитарно-гигиенические условия проведения НОД по плаванию включают следующее:

- освещенные и проветриваемые помещения;
- ежедневная смена воды;
- текущая и генеральная дезинфекция помещений и инвентаря;
- дезинфекция ванны при каждом спуске воды;
- анализ качества воды и дезинфекции помещений и оборудования контролируется санэпидстанцией.

Санитарные нормы температурного режима в бассейне, параметры набора воды в каждой возрастной группе

Возрастная группа	Температура воды (0С)	Температура воздуха (0С)	Глубина бассейна (м)
Первая младшая	+ 30... +320С	+26... +280С	0,4 -0,5
Вторая младшая	+ 30... +320С	+26... +280С	0,4-0,5
Средняя	+ 28... +290С	+24... +280С	0,7-0,8
Старшая	+ 27... +280С	+24... +280С	0,8
Подготовительная к школе	+ 27... +280С	+24... +280С	0,8

Обеспечение безопасности НОД по плаванию

До начала организации плавания в бассейне детей надо ознакомить с правилами поведения в помещении бассейна и на воде. Все взрослые должны знать меры по оказанию помощи на воде и в любую минуту быть готовыми помочь детям.

Обеспечение безопасности при организации плавания с детьми дошкольного возраста включает следующие правила.

- Непосредственно образовательную деятельность по плаванию проводить в местах, полностью отвечающих всем требованиям безопасности и гигиены.
- Не допускать неорганизованного плавания, самовольных прыжков в воду и ныряния.
- Не разрешать детям толкать друг друга и погружать с головой в воду, садиться друг на друга, хватать за руки и за ноги, нырять навстречу друг другу, громко кричать, звать на помощь, когда она не требуется.
- Не проводить непосредственно образовательную деятельность по плаванию с группами, превышающими 10-12 человек.
- Допускать детей к непосредственно образовательной деятельности только с разрешения врача.
- Приучать детей выходить из воды по неотложной необходимости только с разрешения преподавателя.
- Проводить поименно переключку детей до входа в воду и после выхода из нее.

- Научить детей пользоваться спасательными средствами.
- Во время непосредственно образовательной деятельности внимательно наблюдать за детьми, видеть всю группу, каждого воспитанника отдельно и быть готовым в случае необходимости быстро оказать помощь ребенку.
- Обеспечить обязательное присутствие медсестры при проведении непосредственно образовательной деятельности по плаванию.
- Не проводить непосредственно образовательную деятельность раньше, чем через 40 минут после еды.
- При появлении признаков переохлаждения (озноб, «гусиная кожа», посинение губ) вывести ребенка из воды и дать ему согреться.
- Соблюдать методическую последовательность обучения.
- Знать индивидуальные данные физического развития, состояние здоровья и плавательную подготовку каждого ребенка.
- Прыжки в воду разрешать детям, умеющим уверенно держаться на поверхности воды.
- Не злоупотреблять возможностями ребенка, не форсировать увеличения плавательной дистанции.
- Добиваться сознательного выполнения детьми правил обеспечения безопасности непосредственно образовательной деятельности по плаванию.

Каждый воспитанник должен знать и соблюдать следующие правила поведения в бассейне:

- внимательно слушать задание и выполнять его;
- входить в воду только по разрешению преподавателя;
- спускаться по лестнице спиной к воде;
- не стоять без движений в воде;
- не мешать друг другу, окунаться;
- не наталкиваться друг на друга;
- не кричать;
- не звать нарочно на помощь;
- не топить друг друга;
- не бегать в помещении бассейна;
- проситься выйти по необходимости;
- выходить быстро по команде инструктора.

При обучении прыжкам каждый воспитанник должен знать и соблюдать правила прыжков в воду.

- Во время проведения прыжков в воду необходимо соблюдать строгую дисциплину: не толкать и не торопить друг друга, внимательно слушать объяснения преподавателя.
- Выполняются прыжки строго под наблюдением преподавателя и по его команде.
- Очередная команда подается после того, как выполнившие прыжок дети, отплыли на безопасное расстояние или вышли из воды.
- При прыжках в воду с твердой опоры необходимо обхватывать пальцами ног передний край этой опоры, чтобы не поскользнуться и не упасть назад.
- При выполнении прыжка вниз ногами нужно, попав в воду согнуть ноги в коленях.
- Внимательно слушать объяснение техники прыжка инструктором.

Соблюдение правил поведения в бассейне при организации плавания с детьми дошкольного возраста способствует обеспечению безопасности при проведении непосредственно образовательной деятельности

Приложение №1

2 младшая группа

№	Ф.И.	Свободное передвижение по дну бассейна (ходьба, прыжки,	погружение	Выдохи в воду	Плавание с игрушкой
1.					
2.					

Средняя группа

№	Ф.И.	Ориентирование в воде	Лежание на груди	Лежание на спине	Плдование с доской
1.					
2.					

Старшая группа

№	Ф.И.	Скольжение на груди	Скольжение на спине	Плавание с доской	Плавание произвольным способом
1.					
2.					

Подготовительная группа.

№	Ф.И.	торпеда	Кроль на груди	Кроль на спине	Плавание произвольным способом
1.					
2.					

Качественная оценка техники выполнения плавательных упражнений и плавания спортивными способами.

№	Плавательные движения	красный	зелёный	синий
1	Скольжение на груди	Без ошибок	Кисти рук не соединены. Ноги врозь. носки не оттянуты	Чрезмерное пригибание туловища *высокий подъём головы и плеч) Сгибание туловища в поясничной области

2	Скольжение на спине	Без ошибок	Кисти рук не соединены, руки согнуты. Носки не вытянуты.	(скольжение «сидя»). Прогиб тела в поясничной области (голова сильно запрокидана назад) Сильное сгибание ног, стопы не повернуты внутрь.
3	Движения ногами при плавании кролем на груди, спине.	Практически без ошибок. Имеются нарушения в ритме движений ногами.	Неправильное положение тела на воде.	Чрезмерное подтягивание ног под грудь, недостаточное разведение стоп наружу Сгибание ног только в коленных суставах. сгибание ног только в тазобедренных суставах
4	Движение ногами при плавании способом брасс			Руки согнуты. Неполный гребок Широкий гребок. Глубокий гребок.
5	Движения ногами при плавании способом дельфин	Без ошибок	Слабая заключительная фаза толчка	Руки согнуты не полный гребок Нет согласования движений рук, ног и дыхания
6	Движения руками при плавании кролем на груди	Без ошибок	Слабый удар ногами вниз	Нет согласования Движений рук, ног и дыхания
	Движения руками способом брасс		Пальцы рук не соединены	Нет согласования движений рук, ног и дыхания

7	Движения руками при плавании кролем на спине	Без ошибок	Руки недостаточно вытягиваются вперёд	
8	Плавание кролем на груди в полной координации	Без ошибок	Неправильное положение тела на воде. Пальцы рук не соединены. Руки и ноги согнуты	
9	Плавание кролем на спине в полной координации	Без ошибок	Руки и ноги согнуты	
10	Плавание способом брасс в полной координации	Практически без ошибок. Затянутый вдох	Слабая заключительная фаза толчка ногами. «глажение» воды во время гребка руками	
11		Практически без ошибок. Неритмичное дыхание		
		Без ошибок		

Приложение №2

Перспективный план работы по обучению плаванию детей 1- 2-й младшей группы

м -ц	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
сентябрь	1. Ознакомить детей с посещением бассейна, с правилами поведения в воде.	1. Учить не бояться входить в воду, научить плескаться в ней	1. Учить выполнять движения руками в воде	диагностика
октябрь	диагностика	1. Ознакомить детей со свойствами воды 2. Создать представление о движениях в воде, о плавании	1. Ознакомить детей со свойствами воды 2. Создать представление о движениях в воде, о плавании	1. Продолжать приучать детей самостоятельно входить в воду 2. Упражнять в выполнении разных движений в воде
ноябрь	1. Учить детей самостоятельно спускаться в воду, двигаться, держась за руку преподавателя.	1. Продолжать приучать детей смело входить в воду, самостоятельно окунаться, не бояться воды 2. Приступить к упражнениям на погружение лица в воду	1. Приучать детей переходить от одного бортика бассейна к другому самостоятельно, не толкаясь, энергично разгребая воду руками 2. Продолжать упражнять в погружении лица в воду	1. Приучать детей принимать горизонтальное положение в воде, опираясь на руки 2. Учить передвигаться в таком положении (глубина воды по колено)
декабрь	1. Приучать детей переходить от одного бортика к другому самостоятельно, не толкаясь, энергично разгребая воду руками 2. Продолжать упражнять в погружении лица в воду	1. Приучать детей принимать горизонтальное положение в воде, опираясь на руки 2. Учить передвигаться в таком положении (глубина воды по колено)	1. Приучать детей принимать горизонтальное положение в воде, опираясь на руки 2. Упражнять в выполнении движений парами 3. Приучать играть в воде с игрушками самостоятельно	1. Приучать двигать ногами, как при плавании кролем, в упоре лёжа на руках (на суше и в воде) 2. Упражнять в различных движениях в воде: ходьбе, беге, прыжках
январь	1. Учить передвигаться на руках по дну, вытянув ноги	1. Учить передвигаться на руках по дну, вытянув ноги	1. Продолжать упражнять в различных движениях в воде: ходьбе, беге, прыжках 2. Приучать передвигаться организованно	1. Учить передвигаться в воде в разных направлениях

февраль	1. Продолжать учить детей выполнять вдох и выдох в воду 2. Упражнять в передвижении в воде 3. Воспитывать организованность, умение выполнять задания преподавателя	1. Учить вытягивать ноги в горизонтальном положении и опускать лицо в воду.	1. Упражнять в различных движениях в воде: ходьбе, беге, прыжках 2. Воспитывать уверенность в передвижении в воде	1. Приучать смело погружать лицо в воду, не вытирать руками 2. Упражнять детей в выполнении энергичных движений руками в воде
март	1. Приучать смело погружать лицо в воду, не вытирать руками 2. Упражнять детей в выполнении энергичных движений руками в воде	1. Учить детей погружаться в воду с головой 2. Приучать не бояться воды, выполнять вдох-выдох 3. Воспитывать самостоятельность	1. Продолжать учить детей погружаться в воду с головой 2. Упражнять в выполнении вдоха-выдоха 3. Воспитывать самостоятельность, уверенность в передвижении в воде	1. Продолжать учить детей погружаться в воду с головой 2. Упражнять в выполнении вдоха-выдоха
апрель	1. Учить детей делать глубокий вдох и постепенный выдох 2. Приучать погружаться в воду, выпрямлять руки и ноги	1. Продолжать закреплять умение делать вдох-выдох в воду 2. Воспитывать организованность, умение выполнять задания преподавателя	1. Продолжать упражнять в выполнении разных движений в воде: активно передвигаться, подпрыгивать, окунаться в воду до подбородка	1. Учить вытягивать ноги в горизонтальном положении и опускать лицо в воду. 2. Закреплять навык погружения в воду с головой с задержкой дыхания 3. Воспитывать самостоятельность
май	диагностика	диагностика	1. Закреплять навык погружения в воду с головой с задержкой дыхания 2. Приучать выполнять движения в воде, не мешая друг другу	развлечение

Перспективный план занятий по обучению плаванию в средней группе

м -ц	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
сентябрь	1. Беседа с детьми о пользе плавания 2. Знакомство с помещениями бассейна, основными правилами поведения в нём	1. Беседа о свойствах воды 2. Знакомство с правилами поведения на воде 3. Создать представление о движениях в воде, о плавании	1. Научить передвигаться в воде по дну бассейна разными способами 2. Научить опускать лицо в воду набранной в ладошке	диагностика
октябрь	диагностика	1. Приучать приседанию в воде без опоры до подбородка 2. Упражнять в выполнении разных движений в воде	1. Приучать детей входить в воду, самостоятельно окунаться, не бояться брызг, не вытирать лицо руками	1. Продолжать приучать детей самостоятельно входить в воду 2. Упражнять в выполнении разных движений в воде
ноябрь	1. Приучать детей смело входить в воду, самостоятельно окунаться, не бояться воды 2. Приступить к упражнениям на погружение лица в воду	1. Продолжать приучать детей смело входить в воду, самостоятельно окунаться, не бояться воды 2. Приступить к упражнениям на погружение лица в воду	1. Приучать детей переходить от одного бортика бассейна к другому самостоятельно, не толкаясь, энергично разгребая воду руками 2. Продолжать упражнять в погружении лица в воду	1. Приучать детей принимать горизонтальное положение в воде, опираясь на руки 2. Учить передвигаться в таком положении (глубина воды по колено)
декабрь	1. Приучать детей переходить от одного бортика к другому самостоятельно, не толкаясь, энергично разгребая воду руками 2. Продолжать упражнять в погружении лица в воду	1. Приучать детей принимать горизонтальное положение в воде, опираясь на руки 2. Учить передвигаться в таком положении (глубина воды по колено)	1. Приучать детей принимать горизонтальное положение в воде, опираясь на руки 2. Упражнять в выполнении движений парами 3. Приучать играть в воде с игрушками самостоятельно	каникулы
январь	каникулы	1. Приучать двигать ногами, как при плавании кролем, в упоре лёжа на руках (на суше и в воде) 2. Упражнять в различных движениях в воде: ходьбе, беге, прыжках	1. Продолжать упражнять в различных движениях в воде: ходьбе, беге, прыжках 2. Приучать передвигаться организованно	1. Учить детей выполнять вдох и выдох в воду 2. Упражнять в передвижении в воде

февраль	1. Продолжать учить детей выполнять вдох и выдох в воду 2. Упражнять в передвижении в воде 3. Воспитывать организованность, умение выполнять задания преподавателя	1. Продолжать учить детей выполнять вдох и выдох в воду 2. Приучать двигать ногами, как при плавании кролем, в упоре лёжа на руках (на суше и в воде)	1. Упражнять в различных движениях в воде: ходьбе, беге, прыжках 2. Воспитывать уверенность в передвижении в воде	1. Приучать смело погружать лицо в воду, не вытирать руками 2. Упражнять детей в выполнении энергичных движений руками в воде
март	1. Приучать смело погружать лицо в воду, не вытирать руками 2. Упражнять детей в выполнении энергичных движений руками в воде	1. Учить детей погружаться в воду с головой 2. Приучать не бояться воды, выполнять вдох-выдох 3. Воспитывать самостоятельность	1. Продолжать учить детей погружаться в воду с головой 2. Упражнять в выполнении вдоха-выдоха 3. Воспитывать самостоятельность, уверенность в передвижении в воде	1. Продолжать учить детей погружаться в воду с головой 2. Упражнять в выполнении вдоха-выдоха
апрель	1. Закреплять умение делать вдох-выдох в воду 2. Приучать делать энергичные движения руками в воде	1. Продолжать закреплять умение делать вдох-выдох в воду 2. Воспитывать организованность, умение выполнять задания преподавателя	1. Продолжать упражнять в выполнении разных движений в воде: активно передвигаться, подпрыгивать, окунаться в воду до подбородка	1. Закреплять навык погружения в воду с головой с задержкой дыхания 2. Приучать выполнять движения в воде, не мешая друг другу

Перспективный план работы по обучению плаванию детей старшей группы

м-ц	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
октябрь	диагностика	диагностика	1. Беседа о правилах поведения в бассейне 2. Показ на картинках разных способов плавания (кроль на груди и на спине)	1. Учить детей уверенно погружаться в воду с головой; 2. Упражнять в ходьбе вперед и назад (глубина по грудь), преодолевая сопротивление воды; 3. Приучать действовать организованно, не толкать друг друга.
ноябрь	1. Приучать детей, войдя в воду, самостоятельно погружаться с головой; 2. Упражнять в передвижениях парами, держась за руки; 3. Воспитывать смелость.	1. Продолжать приучать детей не бояться погружаться в воду, не вытирать лицо руками после погружения в воду с головой, 2. Упражнять в умении выполнять выдох в воду; 3. Совершенствовать умение лежать на поверхности воды; 4. Активизировать внимание детей.	1. Продолжать учить детей делать выдох в воду 2. Формировать умение принимать горизонтальное положение тела в воде	1. Продолжать формировать умение делать глубокий вдох и продолжительный полный выдох; 2. Подготавливать к выполнению скольжения на груди; 3. Разучивать движения ногами.
декабрь	1. Учить передвигаться и ориентироваться под водой 2. Упражнять в умении лежать на воде	1. Учить детей лежать на поверхности воды 2. Воспитывать у детей инициативу и находчивость	1. Учить двигаться в воде прямо, боком 2. Познакомить с движениями ног в воде в скольжении; 3. Отрабатывать согласованность действий.	каникулы

январь	каникулы	1. Учить детей выполнять скольжение, 2. Продолжать закреплять умения погружаться в воду с головой, открывать глаза, двигаться в воде в разных направлениях, не мешая друг другу; 3. Приучать внимательно слушать педагога, быстро, организованно действовать по сигналу.	1. Продолжать учить детей скольжению на груди; 2. Ознакомить со скольжением на спине. 3. Упражнять в выполнении выдоха в воду при горизонтальном положении тела; 4. Воспитывать организованность	1. Закреплять умение свободно лежать на воде, всплывать; 2. Учить выдоху в воду во время скольжения на груди; 3. Воспитывать смелость, настойчивость.
февраль	1. Учить детей всплывать и лежать на спине; 2. Подготавливать к разучиванию движений руками; 3. Приучать ориентироваться во время движения в воде.	1. Ознакомить детей со скольжением на груди с выдохом в воду; 2. Отрабатывать движения прямыми ногами, как при способе кроль; 3. Формировать навыки лежания на спине; 4. Воспитывать смелость.	1. Разучивать скольжение на спине; 2. Ознакомиться с движением ног лежа на спине; держась за поручень; 3. Приучать действовать по сигналу.	1. Упражнять детей в скольжении (отталкиваясь от стенки бассейна); 2. Ознакомить с сочетанием вдоха и выдоха в воду в горизонтальном положении; 3. Формировать умение скользить на спине; 4. Воспитывать самостоятельность, смелость.
март	1. Закреплять навык открывания глаз в воде; 2. Показать детям скольжение с доской или игрушкой в руках; 3. Приучать во время скольжения совершать выдох в воду; 4. Развивать ориентировку в воде и самостоятельность действий.	1. Разучивать движения ногами в скольжении на груди с предметом в руках; 2. Учить передвижению по дну с выполнением гребков руками; 3. Приучать помогать товарищам.	1. Разучивать согласование движений рук и ног кролем на груди с дыханием в упоре на месте; 2. Учить детей скольжению на груди с движениями ног; 3. Совершенствовать умение скользить на спине, согласовывать действия.	1. Учить детей плавать на груди; с предметом в руках при помощи движений ног; 2. Упражняться в скольжении на спине; 3. Воспитывать ловкость, смелость и ориентировку в воде.

апрель	1. Ознакомить детей с упражнениями в скольжении на груди с движениями ног в сочетании с выдохом и вдохом; 2. Опробовать скольжение с гребковыми движениями рук; 3. Приучать детей правильно оценивать свои достижения.	1. Учить согласовывать движения ног кролем на груди с дыханием в упоре на месте 2. Совершенствовать умение скользить на спине	1. Учить плавать на груди с доской в руках при помощи движений ног 2. Упражнять в скольжении на спине	Итоговое занятие
май	диагностика	диагностика	развлечение	развлечение

Перспективный план работы по обучению плаванию детей подготовительной к школе группе

м-ц	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
октябрь	диагностика	диагностика	1. Продолжать учить детей всплывать и лежать на воде 2. Упражнять в умении делать глубокий вдох и продолжительный выдох	1. Продолжать учить детей всплывать и лежать на воде 2. Упражнять в умении делать глубокий вдох и продолжительный выдох
ноябрь	1. Продолжать учить всплывать и лежать на воде на спине 2. Закрепить выполнение упражнения «стрела»	1. Совершенствовать скольжение на груди и спине по поверхности воды 2. Учить действовать по сигналу преподавателя, согласовывая свои действия с действиями товарищей	1. Учить плавать кролем на груди и на спине с доской в руках 2. Закрепить умение выполнять выдохи в воду сериями	1. Продолжать учить детей движениям рук, как при плавании кролем 2. Учить сочетать скольжение с выдохом в воду
декабрь	1. Упражнять детей выполнять движения руками, как при плавании кролем 2. Побуждать плавать на груди и спине	1. Учить детей выполнять старт в воду из разных положений 2. Учить выполнять гребковые движения руками попеременно	1. Учить согласовывать движения ног кролем на груди с дыханием в упоре на месте 2. Совершенствовать умение скользить на спине с доской в руках	1. Учить согласовывать движения рук и дыхания, как при плавании способом кроль 2. Упражнять в выполнении старта в воду

январь	каникулы	каникулы	1. Развивать умение ориентироваться в глубокой воде 2. Совершенствовать умение выполнять скольжение на груди и на спине	1. Учить согласовывать дыхание с движениями при плавании «кролем» на груди и на спине 2. Совершенствовать движения ногами в положении на груди и на спине
февраль	1. Учить детей задерживать дыхание на счёт до 10 2. Выполнять упражнения «Поплавок», «Медуза» в быстром темпе 3. Воспитывать выдержку	1. Отрабатывать движения, как при плавании способом кроль 2. Учить выполнять движения в ускоренном темпе 3. Развивать выносливость	1. Продолжать учить чётко выполнять движения ногами (из положения на груди, на спине), свободно ориентироваться под водой 2. Упражнять в скольжении	1. Упражнять в выполнении движений руками, как при плавании кролем на груди и на спине 2. Закреплять умение набирать воздух и полностью выдыхать при глубоком приседе
март	1. Учить выполнять скольжение из любого и.п. 2. Совершенствовать умение правильно выполнять гребковые движения руками 3. Воспитывать настойчивость	1. Учить детей выполнять вдох и выдох с поворотом головы 2. Упражнять в прыжках с нырянием	1. Продолжать учить правильно выполнять движения ногами, делать вдох, выдох с поворотом головы 2. Упражнять в скольжении, прыжках с нырянием	1. Закреплять умение ритмично дышать 2. Продолжать учить выполнять скольжение на груди и на спине 3. Воспитывать желание выполнять упражнения правильно
апрель	1. Учить согласованно выполнять движения руками, ногами с дыханием 2. Упражнять в скольжении на груди и на спине 3. Воспитывать ловкость	1. Продолжать учить плавать способом «кроль», ритмично дыша 2. Упражнять в нырянии 3. Закреплять правила поведения в воде	1. Совершенствовать умение согласовывать движения руками и дыхания при плавании способом кроль на груди 2. Упражнять в согласовании рук, ног и дыхания при плавании кролем на груди	Диагностика плавательных умений 1. Плавание «кролем» на спине с полной координацией движений 2. Плавание «кролем» на груди с полной координацией движений

Приложение №3

Перспективный план индивидуальной работы

Перспективный план индивидуальной работы с детьми 2-3 младшей группы.

Навыки, требующие дополнительной работы	
1. Погружение в воду до подбородка, передвижение по воде 2. Передвижение в воде по дну бассейна разными способами. 3. Выдох в воду	

Перспективный план индивидуальной работы с детьми средней группы.

Навыки, требующие дополнительной работы	
1. Погружение в воду, передвижение и ориентирование под водой 2. Передвижение в воде по дну бассейна разными способами. 3. Выдох в воду	1.1. Погружение в воду с опорой 1.2. Приседания в воде 1.3. Ходьба по дну руками вперёд и назад 2.1. Погружение в воду без опоры 3.1. Выдох на воду 3.2

Перспективный план индивидуальной работы с детьми старшей группы.

Навыки, требующие дополнительной работы	
1. Выдох в воду 2. Лежание на воде. Погружение в воду, передвижение и ориентирование под водой 3. Выдох в воду	1.1. Выдох на воду 1.2. Погружение в воду с головой. 2.1. Лежание на воде с поддержкой преподавателя 2.2. Погружение

Перспективный план индивидуальной работы с детьми подготовительной группы.

Навыки, требующие дополнительной работы	
1. Скольжение на груди, спине. 2. Работа ногами, как при плавании способом «кроль». 3. Работа руками, как при плавании способом «кроль»	1.1. Скольжение на спине с помощью педагога, вспомогательных снарядов 1.2. Использование разных отталкиваний: от дна, одной ногой от бортика, двумя ногами 2.1. Движение ногами в воде, опираясь на руки 2.2. Движения ногами, лёжа на груди с опорой 2.3. Движения ногами в скольжении на груди 3.1. Движения руками на суше в сочетании с дыханием 3.2. Движения

Приложение № 4

Перспективный план развлечений и праздников

Перспективный план развлечений и праздников для детей младших групп

Месяц	Название
октябрь	В гостях у «Здравика»
ноябрь	Развлечение на воде «Я как папа»
декабрь	Развлечение «Будь здоров»
январь	Морское веселье на воде
февраль	Мы мальчишки подрастём и в Морфлот служить пойдём
март	Происшествие на болоте
апрель	Встреча с Неумейкой
май	Развлечение «День Победы»

Перспективный план развлечений и праздников для детей младших групп

Перспективный план развлечений и праздников для детей старших групп

Месяц	Название
октябрь	В гостях у «Здравика»
ноябрь	Развлечение на воде «Я как папа»
декабрь	Развлечение на воде «Здоровье и безопасность»
январь	Морское веселье на воде
февраль	Ратный праздник
март	Происшествие на болоте
апрель	Состязание индейских племён
май	Развлечение «День победы»

Приложение № 5

Формы и направления взаимодействия с коллегами, семьями воспитанников

месяц	1, 2 младшие группы, средние	
октябрь	«Как научить ребенка не бояться воды» «Использование нестандартного оборудования для обучения детей плаванию» Новое о ГТО	Консультация для родителей Консультация для родителей

ноябрь	«Какое оборудование можно использовать, играя с детьми в ванне, обучаясь упражнениям на погружение»	Консультация для родителей
декабрь	«Для чего нужны упражнения на задержку дыхания» (комплекс дыхательных упражнений) «Закаливание детей в зимнее время года» «Пальчиковые игры в воде» Консультация- передвижка (составление карточек-схем)	Консультация для педагогов Консультация для родителей Консультация для педагогов
январь	«Игры с детьми на свежем воздухе в зимнее время года» «Упражнения на задержание дыхания в домашних условиях в ванной» «Закаливание в течении дня» Стенд 1 ступень ГТО	Консультация для родителей Консультация для родителей Буклет для педагогов
февраль	«Освоение дыхательных упражнений играя в домашних условиях» «Безопасность во время прогулок у водоемов в весеннее время года»	Консультация для родителей Консультация для родителей
март	«Дыхательные упражнения в игровой форме способствующие закаливанию детей»	Консультация для педагогов
апрель	«Упражнения на суше в домашних условиях со снудлами»	Консультация для родителей
май	Комплекс упражнений для сухова бассейна в игровой форме онлайн видео	Видео для родителей и детей

месяц	Старшие группы	
октябрь	Буклет «Безопасное поведение на улице во время прогулки в осеннее время года»	Консультация для родителей
ноябрь	«Комплекс пальчиковых игр»	Консультация для педагогов
декабрь	«О пользе совместной работы на занятиях с инструктором и воспитателем»	Консультация для педагогов
январь	«Плаваем с радостью и для пользы»	Консультация для родителей
февраль	«О пользе дыхательных упражнений на суше»	Консультация для педагогов
март	«Онлайн видео упражнение в ванне для оздоровления и закаливания дошкольников»	Видео для родителей и детей
апрель	«Как научить ребенка быстрее плавать при помощи вспомогательного оборудования»	Консультация для родителей
май	Видео онлайн комплекс технических упражнений для обучения детей плаванию	Видео для детей и родителей

месяц	Подготовительных группах	
октябрь	Закаливающие процедуры в течении дня	Консультация для педагога

ноябрь	Онлайн видео «упражнения на задержку дыхания в домашних условиях»	Консультация для родителей и детей
декабрь	« Использование лопаток для рук на занятиях по плаванию»	Консультация для родителей
январь	«Плываем с радостью и для пользы»	Консультация для родителей
февраль	Использование метода Су- Джок терапии, с детьми дошкольного возраста	Консультация для педагогов
март	«Использованием нестандартного оборудования в играх с детьми»	Консультация для педагогов

Приложение №6

к « Программе воспитания» Календарный план воспитательной работы в младших, средних и старших группах . 2023 –2024 учебный год.

Федеральный календарный план воспитательной работы	
Сентябрь	1 сентября- День знаний 3 сентября- День окончания Второй мировой войны, День солидарности в борьбе с терроризмом 8 сентября- Международный день распространения грамотности 27 сентября- День воспитателя и всех дошкольных работников
Октябрь	1 октября: Международный день пожилых людей, Международный день музыки 4 октября День защиты животных 5 октября- День учителя Третье воскресенье октября- День отца в России
Ноябрь	4 ноября- День народного единства 8 ноября- День памяти погибших при исполнении служебных обязанностей сотрудников органов внутренних дел России Последнее воскресенье ноября- День матери в России 30 ноября- День Государственного герба Российской Федерации
Декабрь	3 декабря- День неизвестного солдата; Международный день инвалидов (рекомендуется включить в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно) 5 декабря день добровольца (волонтера) в России 8 декабря Международный день художника 9 декабря День Героев Отечества 12 декабря День Конституции Российской Федерации

	31 декабря- Новый год
Январь	27 января День снятия блокады Ленинграда; День освобождения Красной армией крупнейшего «лагеря смерти» Аушвиц-Биркенау (Освенцима)- День памяти жертв Холокоста (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно)
	2 февраля- День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно)
	8 февраля День Российской науки
Февраль	15 февраля День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами отечества
	21 февраля- Международный день родного языка
	23 февраля День защитника Отечества
	8 марта- Международный женский день
	18 марта День воссоединения Крыма с Россией (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно)
	27 марта Всемирный день театра
Март	12 апреля- День космонавтики
	1 мая - Праздник весны и труда
	9 мая- День Победы
	19 мая- День детских общественных организаций в России
Апрель	24 мая-День славянской письменности и культуры
Май	1 июня- День защиты детей
	6 июня- День русского языка
	12 июня- День России
	22июня- День памяти и скорби
Июнь	8 июля- День семьи, любви и верности
	12 августа- День физкультурника
	22 августа- День государственного флага Российской Федерации
	27 августа- День российского кино

Июль	
Август	

