

ПРИНЯТО:
Педагогический совет МБДОУ д/с №29
Протокол № 1 от 30.08.2021г

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ д/с №29
_____ С.Л.Мордвина
« ____ » _____ 2021г

Приказ по основной деятельности МБДОУ д/с №29 №95-од от 31.08.2021г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
организации образовательной деятельности
в рамках реализации области
«Физическое развитие»
(направленность - «Обучение плаванию»)
Муниципального бюджетного дошкольного
образовательного учреждения
«Детский сад №29»
на 2021-2022 учебный год

г.Глазов, 2021г

СОДЕРЖАНИЕ

| Название раздела | Страница |
|---|----------|
| 1.ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ | 3 |
| 1.1.Пояснительная записка | 3 |
| 1.2. Планируемые результаты освоения Программы | 13 |
| 2.СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ | |
| 2.1. Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития ребенка | 17 |
| 2.2.Вариативные методы, средства и формы реализации Программы | 19 |
| 2.3.Способы и направления поддержки детской инициативы | 23 |
| 2.4.Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников | 24 |
| 3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ | 26 |
| 3.1.Описание материально-технического обеспечения Программы | 26 |
| 3.2.Распорядок, режим дня и сетка ООД | 27 |
| 3.3.Особенности организации РППС | 32 |
| 4.ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ | 33 |
| Презентация к рабочей программе | 33 |

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

Пояснительная записка

Здоровые дети – это основа жизни всего человеческого общества. Одним из важнейших средств воспитания здорового ребенка с самого раннего возраста, является физическая культура. Правильная организация деятельности по физической культуре способствует гармоничному развитию жизненно необходимых физических качеств детей: силы, ловкости, выносливости, быстроты, гибкости, а также выработке гигиенических навыков. Физическая активность помогает снять нервное перенапряжение и позволяет детской психике работать уравновешенно и гармонично. Дошкольный возраст является важнейшим этапом в физическом развитии ребенка. Именно в это время интенсивно формируется и происходит становление важнейших систем организма. Задача детского сада -приобщить детей к активным ООД физической культурой, начиная с младшего возраста. Плавание как вид физических упражнений способствует поддержанию достигнутого ребенком уровня здоровья, обеспечению достаточного уровня двигательной активности, увеличению функциональных резервов детского организма. Обеспечение начального обучения плаванию дошкольников представляет одну из самых важных целей в области физического воспитания -это залог безопасности на воде, а значит уменьшение несчастных случаев, потому что именно большой процент погибших на воде -это дети.

Рабочая программа по обучению детей плаванию:

- разработана на основе ООП МБДОУ д/с № 29 и Рабочей программы воспитания МБДОУ д/с №29 с интеграцией с педагогическими технологиями Т.И.Осокиной «Обучение детей плаванию в детском саду», В.М.Рыбак «Плавай как мы!» и В.М.Рыбак, Г.Глушковой «Раз , два, три, плыви» и с учётом реализуемой в ДОУ комплексной образовательной программы «Мир открытий».
- определяет содержание и организацию деятельности по обучению плаванию детей с 3 до 7 лет.
- обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в двигательной деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.
- определяет комплекс основных характеристик по физическому развитию детей (объём, содержание и планируемые результаты в виде целевых ориентиров дошкольного образования).

Программа предполагает проведение НОД по обучению детей плаванию 1 раз в неделю в каждой возрастной группе (с 3 до 7 лет), на основании календарного учебного графика, учебного плана, календарного плана воспитательной работы, рассчитана на учебный год.

Программа построена в соответствии с принципами и подходами, определёнными Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования и реализуемыми образовательными программами: содержание соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики, обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей.

Цели образовательной деятельности определены требованиями государственной политики в области образования, запросом родителей (социальный заказ), профессиональными интересами педагогов, приоритетными направлениями деятельности,

накопленным опытом и традициями МБДОУ д/с №29.

Рабочая программа по организации образовательной деятельности с детьми 3-7 лет строится с учетом целей комплексной образовательной программы дошкольного образования «Мир открытий» под редакцией Л.Г.Петерсон, И.А.Лыковой - создание условий для развития функционально грамотной личности человека, способного решать любые жизненные задачи (проблемы), используя для этого приобретаемые в течение всей жизни знания, умения и навыки и, оставаясь при этом, человеком.

Рабочая программа направлена на реализацию содержания образовательной области «Физическое развитие» ООП ДО и содержания физического и оздоровительного, патриотического и др. направлений воспитания рабочей программы воспитания посредством создания условий

- для развития ребёнка (открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития)
- развития инициативы и творческих способностей (на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками),
- соответствующим возрасту видам деятельности, обеспечивающим социализацию и индивидуализацию детей.

разработана в соответствии с актуальными нормативно-правовыми документами.

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
3. Комментарии Минобрнауки России к ФГОС дошкольного образования от 28.02.2014 г. № 08-249;
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 № 373 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования"
5. Приказ Минобрнауки России от 28.12.2010 г. № 2106 «Об утверждении и введении в действие федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»;
6. Постановление №28 от 28.09.2020г «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
7. Постановление Главного государственного санитарного врача России №2 от 28.01.2021 года «Об утверждении санитарных правил и норм 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (раздел VI пункт «Требования к организации образовательного процесса»)
8. Постановление №16 от 30.06.2020г «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4 3598 – 20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19) – на период действия документа»;
9. Устав МБДОУ д/с № 29
10. Программа развития
11. Основная образовательная программа МБДОУ д/с №29
12. Рабочая программа воспитания и календарный план воспитательной работы

13. Другие локальные акты МБДОУ д/с №29.

В основе программы лежит принцип современной российской системы образования непрерывность, которая на этапах дошкольного и школьного детства обеспечивается тесной координацией действий трех социальных институтов - семьи, детского сада и школы. Данная рабочая программа реализует идею объединения усилий родителей и педагогов для успешного решения оздоровительных и воспитательно-образовательных задач по основным направлениям развития ребенка. Программа обеспечивает единство целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, строится с учетом принципа интеграции- что позволяет гармонизировать воспитательно-образовательный процесс и гибко его планировать, в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников спецификой и возможностями образовательных областей; основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса; предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Организация обучения плаванию в детском саду осуществляется в комплексе со всеми разнообразными формами физкультурно-оздоровительной работы, так как, только сочетание ООД в бассейне с рациональным режимом деятельности и отдыха детей может дать положительный результат в укреплении их здоровья и закаливания организма. Задачей ООД по плаванию является не только закаливание организма детей, но также предоставление им возможность научиться плавать, преодолеть чувство страха и боязнь глубины. Успешность обучения дошкольников плаванию и степень его оздоровительного влияния зависят от того, насколько четко будут соблюдены все основные требования к его организации, обеспечены меры безопасности, выполнены необходимые санитарно-гигиенические правила. Основное содержание программы составляют физические упражнения, игры и игровые упражнения, освоение которых помогают детям научиться основным навыкам плавания. Программа ориентирована на поддержание положительного эмоционального отношения детей к занятиям на всех этапах обучения, стремлению к тому, чтобы упражнения и игры в воде доставляли им удовольствие и радость, побуждали их к самостоятельности, стремлению научиться плавать. Детей учат осознавать ценность здорового образа жизни, бережно относиться к своему здоровью, знакомят с элементарными правилами безопасного поведения на воде. Рабочая программа определяет содержание и организацию образовательного процесса по реализации образовательной области «Физическое развитие» (обучение детей плаванию) для детей следующих возрастных групп:

- младшей
- средней
- старшей
- подготовительной.

В соответствии с образовательными технологиями реализуемых образовательных программ образовательная деятельность предусматривает разнообразные способы организации: совместную деятельность педагога и ребенка; совместную деятельность ребенка со сверстником; самостоятельную деятельность детей. Организация образовательного процесса в рамках общеобразовательной программы МБДОУ д/с №29 построена с использованием адекватных возрасту формах работы и с учетом основных видов деятельности детей:

| | | |
|---|-----------------|----------------|
| Совместная деятельность взрослого и детей | Самостоятельная | Взаимодействие |
|---|-----------------|----------------|

| | | | |
|---|--|--|---|
| Организованная образовательная деятельность | Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов | деятельность детей | с родителями воспитанников |
| ООД по обучению детей плаванию Подвижные игры Подвижные игры имитационного характера Совместные действия детей Физкультурные досуги Дни здоровья Неделя здоровья Физкультурные праздники | Утренняя гимнастика Оздоровительная прогулка Упражнения Спортивные упражнения Игры-соревнования Игры-эстафеты Подвижные игры во второй половине дня Закаливающие процедуры Гимнастика после дневного сна | Утренняя гимнастика Оздоровительная прогулка Упражнения Спортивные упражнения Игры-соревнования Игры-эстафеты Подвижные игры во второй половине дня Закаливающие процедуры Гимнастика после дневного сна | Физкультурный досуг Физкультурные праздники консультативные встречи Встречи по заявкам Наглядная агитация Совместные проекты Походы Соревнования |

При организации образовательного процесса по физическому развитию с детьми 3-7 лет в течение года учитывается принцип построения модели, предложенной комплексной образовательной программой дошкольного образования «Мир открытий» под редакцией Л.Г.Петерсон, И.А.Лыковой:

Цель Программы:

накопление ребенком культурного опыта деятельности и общения в процессе активного взаимодействия с окружающим миром, детьми и взрослыми, позитивной социализации, решения задач и проблем (в соответствии с возрастом), как основы для становления в его сознании целостной картины мира, формирования готовности к непрерывному образованию, саморазвитию и успешной самореализации на всех этапах жизни.

Задачи Программы:

- охрана и укрепление здоровья детей, обеспечение их физической и психологической безопасности, эмоционального благополучия; создание комфортных условий жизнедеятельности, в которых каждый ребенок чувствует себя защищенным и уверенным в том, что его любят и принимают таким, какой он есть;
- развитие социальных, нравственных, физических, интеллектуальных, эстетических качеств; создание благоприятных условий для гармоничного развития каждого ребенка в соответствии с его возрастными, гендерными, индивидуальными особенностями и склонностями;
- формирование у ребенка способностей и потребностей открывать и творить самого себя в основных формах человеческой деятельности, готовности познавать себя в единстве с миром, в диалоге с ним; создание предпосылок для многостороннего самовыражения, творчества;
- формирование общей культуры личности, в том числе ценностей здорового и устойчивого образа жизни, инициативности, самостоятельности и ответственности,

активной жизненной позиции, предпосылок учебной деятельности;

- развитие языковых способностей и творческого потенциала каждого ребенка; организация содержательного взаимодействия ребенка с другими детьми, взрослыми и окружающим миром на основе гуманистических ценностей и идеалов, прав свободного человека;

- воспитание патриотических чувств, любви к Родине, гордости за ее достижения на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;

- воспитание чувства собственного достоинства в процессе освоения разных видов социальной культуры, в том числе и многонациональной культуры народов России и мира, умения общаться с разными людьми;

- создание социокультурной образовательной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным (психологическим и физиологическим) особенностям детей в зависимости от локальных условий;

- объединение воспитательно-оздоровительных ресурсов семьи и дошкольной организации на основе традиционных духовно-нравственных ценностей семьи и общества; установление партнерских взаимоотношений с семьей, оказание ей психолого-педагогической поддержки, повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования детей, охраны и укрепления их здоровья;

- обеспечение преемственности целей, задач, методов и содержания образования с позиций самооценки каждого возраста и непрерывности образования на всех этапах жизни растущего человека.

Цели, задачи и принципы по реализации Программы:

Цель: обучение детей дошкольного возраста плаванию, закаливание и укрепление детского организма, формирование двигательной активности, развитие физической культуры, воспитание потребности в здоровом образе жизни.

Задачи:

Оздоровительные задачи:

- Укрепить здоровье ребенка.
- Совершенствовать опорно-двигательный аппарат.
- Формировать правильную осанку.
- Повышать работоспособность организма, приобщать ребенка к здоровому образу жизни.

Образовательные задачи:

- Формировать двигательные умения и навыки.
- Формировать знание о видах и способах плавания и собственном теле.

Воспитательные задачи:

- Воспитывать двигательную культуру.
- Воспитывать нравственно-волевые качества: смелость, настойчивость, чувство собственного достоинства, уверенность в себе.
- Воспитывать заботу о своем здоровье.

Программа построена в соответствии с принципами и подходами, определёнными Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования и реализуемыми образовательными программами.

Принципы обучения:

Систематичность. Занятия плаванием должны проводиться регулярно, в

определенной системе. Следует учитывать, что регулярные занятия дают несравненно больший эффект, чем эпизодические.

Доступность. Предполагает постепенное возрастание требований, соответствующих психологической, физической, координационной готовности к обучению. Объяснение и показ упражнений инструктором по плаванию, их выполнение и физическая нагрузка должны быть доступны детям.

Активность. Известно, что основной формой деятельности дошкольников является игра. Исходя из этого, необходимо применять как можно больше игр и игровых упражнений. Это позволит разнообразить занятия, повысить активность детей и сделать интересным процесс обучения.

Наглядность. Предполагает использование наглядных пособий, ориентиров, образных выражений, заданий предметного характера, которые создают условия более четкого ощущения, воспитания, представления движений в воде и их совершенствование

Последовательность и постепенность. При обучении детей плаванию простые и легкие упражнения должны предшествовать более сложным и трудным. Не следует форсировать разучивание большого количества новых движений. К ним приступайте только после хорошего освоения, правильного и уверенного выполнения предыдущих. Вначале ознакомьте детей с местом занятий, покажите способы плавания и расскажите о них.

Индивидуальность подхода – обеспечивает учет индивидуальных способностей и возможностей ребенка в процессе обучения.

Характеристика возрастных особенностей развития детей дошкольного возраста.

Младший дошкольный возраст (от 3 до 4 лет)

Четвёртый год жизни ребёнка характеризуется особенностью развития дыхательной системы и к 3 – 4 годам устанавливается лёгочный тип дыхания, но строение лёгочной ткани не завершено, потому лёгочная вентиляция ограничена. В 3 – 4 года у ребёнка многие движения резки и угловаты, низка выносливость мышечной системы. Из-за этого статическое напряжение мышц кратковременно, и малыш не может сидеть или стоять, не меняя позы. Сила мышц кисти рук увеличивается с 3,5 кг – 4 в возрасте 3 – 4 лет.

Весовые показатели физического развития между девочками и мальчиками почти одинаковы: рост составляет 92 – 99 см, масса тела 14 – 16 кг.

На четвёртом году жизни ребёнок владеет большим объёмом двигательных навыков, способен совершать достаточно сложные двигательные действия, соблюдая определённую последовательность. Детей характеризует большая осознанность восприятия показа движений и словесного пояснения, что положительно сказывается на качестве выполнения упражнения. Однако, отмечается ещё недостаточная слаженность в работе разнообразных мышечных групп (плечевого пояса, туловища, ног), не сформирована произвольность движений.

Средний дошкольный возраст (от 4 до 5 лет)

Пятый год жизни ребёнка характеризуется дисбалансом в развитии дыхательного аппарата: при относительной мощности лёгких пока ещё узок просвет верхних воздухоносных путей (полости носа, гортани) и слабы дыхательные мышцы. Вместе с тем размах грудной клетки при вдохе и выдохе значительно шире, вследствие чего жизненная ёмкость лёгких у пятилетнего ребёнка значительно больше, чем у 3 – 4 летнего. Дыхательные пути сравнительно узки, что вызывает преобладание брюшного типа

дыхания, при котором главной дыхательной мышцей является диафрагма. С четырёх лет у детей уже довольно хорошо развиты миндалины, и они легко гипертрофируются. В этом возрасте обычно учащаются ангины, и в миндалинах нередко формируется очаг хронической инфекции. Малыши страдают аденоидами, и дыхание их через нос затруднено.

Интенсивно развивается кровеносная система. Сердечно – сосудистая система, при условии соблюдения адекватности нагрузок, сравнительно лучше приспособлена к потребностям растущего организма, чем дыхательная.

В течение пятого года жизни происходит значительный сдвиг в развитии мускулатуры, в том числе - нервно-психической регуляции и её функциях, возрастают сила и работоспособность мышц. Мелкие мышцы (пальцев, кистей, стоп) ещё недостаточно развиты в сравнении с крупной мускулатурой, из-за чего детям даются движения всей рукой, а не её мелкими мышечными группами. Кроме того, сила мышц-сгибателей больше силы мышц - разгибателей, что определяет особенности поз ребёнка – голова слегка наклонена вперёд, живот выпячен, ноги согнуты в коленных суставах.

Быстро вырабатываются условные рефлексы, но закрепляются не сразу, поэтому навыки ребёнка, вначале непрочны и легко разрушаются. Процессы возбуждения и торможения в коре головного мозга легко распространяются, поэтому внимание детей неустойчиво, ответные реакции носят эмоциональный характер и дети быстро утомляются. Дошкольникам свойственна большая отвлекаемость внимания, им обычно трудно сконцентрироваться на решении какой -нибудь задачи.

Тем не менее, на пятом году жизни движения ребёнка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает всё более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятие, развивается целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движения, выделять их элементы. У них появляется интерес к результатам движения, потребность выполнять его в соответствии с образом. Всё это позволяет педагогу приступить к обучению техники основных движений, отработке их качества.

Старший дошкольный возраст (от 5 до 6 лет).

Шестой год жизни ребёнка характеризуется замедлением скорости роста тела. Тело растёт неравномерно – длина ног и верхней части тела растёт медленно, а скорость роста длины рук и диаметра тела увеличивается. Развитие опорно-двигательной системы ребёнка ещё незавершенно (скелет, суставно – связочный аппарат, мускулатура).

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

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

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

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

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

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования (к 7 годам):

- ребенок овладевает основными культурными средствами и способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников совместной деятельности;
- ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства;
- ребенок активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх; способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;
- ребенок владеет способами передачи собственных эмоциональных состояний, умеет сдерживать проявления негативных эмоций; откликается на эмоции близких людей и друзей, понимает эмоциональные состояния окружающих, проявляет сочувствие, готовность помочь окружающим, сопереживает персонажам сказок, историй, рассказов; эмоционально реагирует на произведения изобразительного искусства, музыкальные и художественные произведения, мир природы, умеет наслаждаться ее красотой; бережно относится к животным и растениям;
- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации;
- ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности;
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях с взрослыми и сверстниками,

может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены; может оценить свои и чужие поступки в соответствии с первичными ценностными представлениями о том, «что такое хорошо, а что такое плохо»;

- ребенок проявляет любознательность, задает вопросы, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей, склонен экспериментировать и наблюдать;

- ребенок проявляет познавательный интерес и уважение к явлениям истории и культуры своей семьи, города, страны; проявляет толерантность, интерес, симпатию и уважение к носителям других национальных культур, стремится к познавательно-личностному общению с ними;

- ребенок обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.;

- ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности; стремится самостоятельно преодолевать ситуации затруднения разными способами, в зависимости от ситуации может преобразовывать способы решения задач (проблем);

- ребенок умеет работать по правилу, по образцу и по простейшему алгоритму (3-4 шага); с помощью взрослого может определить свое затруднение, выявить его причины и сформулировать познавательную задачу, зафиксировать достижение результата и условий, которые позволили его достичь.

Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестацией воспитанников. Целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. При реализации Программы педагогическими работниками проводится оценка индивидуального развития детей в рамках педагогической диагностики.

Цель диагностики - оценка эффективности педагогических действий и их дальнейшее планирование на основе полученных результатов. Результаты педагогической диагностики (мониторинга) используются также для решения следующих образовательных задач: - индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития); - оптимизации работы с группой детей.

Характеристика основных двигательных качеств

В общей системе воспитания, развитие двигательных качеств детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия формируются здоровье, общая выносливость и работоспособность, жизнедеятельность и другие качества, необходимые для всестороннего гармонического развития личности. Формирование двигательных качеств, навыков и умений тесно связано с интеллектуальным и психическим развитием ребенка с воспитанием нравственно-волевых черт личности. Основными двигательными качествами человека принято считать ловкость, быстроту, гибкость, равновесие, глазомер, силу, выносливость. При выполнении любого упражнения в той или иной степени проявляются все двигательные качества, но преимущественное значение приобретает какое-нибудь одно из них. Например, при беге на короткие дистанции - быстрота, при беге на длинную дистанцию - выносливость, а при прыжках в длину и в высоту с разбега - сила в сочетании с быстротой. В дошкольном возрасте преимущественное внимание

должно быть уделено развитию ловкости, быстроты, глазомера, гибкости, равновесия, но не следует забывать и о соразмерном развитии силы и выносливости.

Ловкость – это способность человека быстро осваивать новые движения, а также перестраивать их в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки. К развитию ловкости приводит систематическое разучивание с детьми новых упражнений. Обучение повышает пластичность нервной системы, улучшает координацию движений и развивает способность овладевать новыми, более сложными упражнениями. Развитию ловкости способствует выполнение упражнений в изменяющихся условиях. Так, в подвижных играх детям приходится непрерывно переключаться от одних движений к другим, заранее не обусловленным; быстро, без всякого промедления решать сложные двигательные задачи, сообразуясь с действиями своих сверстников.

Ловкость развивается при выполнении упражнений, проводимых в усложненных условиях, требующих внезапного изменения техники движения (бег и ходьба между предметами, и др.), с использованием различных предметов, физкультурного инвентаря, оборудования; с дополнительными заданиями, при коллективном выполнении упражнений с одним предметом (обруч, шнур).

Быстрота - способность человека выполнять движения в наикратчайшее время. Высокая пластичность нервных процессов, сравнительная легкость образования и перестройки условно-рефлекторных связей у детей создают благоприятные условия для развития у них быстроты. Быстрота развивается в упражнениях, выполняемых с ускорением (ходьба, бег с постепенно нарастающей скоростью), на скорость (добежать до финиша как можно быстрее), с изменением темпа (медленный, средний, быстрый и очень быстрый), а также в подвижных играх, когда дети вынуждены выполнять упражнения с наивысшей скоростью (убегать от водящего). Развитию быстроты способствуют скоростно-силовые упражнения: прыжки, метание (толчок при прыжке в длину и в высоту с разбега, бросок при метании совершается с большой скоростью). Для развития быстроты целесообразно использовать хорошо освоенные упражнения, при этом учитывать физическую подготовленность детей, а также состояние их здоровья.

Глазомер-способность человека определять расстояние с помощью зрения и мышечных ощущений. Развить глазомер можно при выполнении любых упражнений: при ходьбе дети должны уметь правильно ставить ногу, соблюдать направление; в прыжках – точно попадать ногой на опору, чтобы, оттолкнувшись, совершить полет в нужном направлении, а затем приземлиться в определенном месте; при построениях в колонну по одному нужно на глаз измерить расстояние до впереди стоящего ребенка; в метании на дальность и особенно в цель - расстояние до цели и т.д. Важно при выполнении упражнений учить детей измерять расстояние на глаз, проверяя затем его шагами.

Гибкость- способность достигать наибольшей величины размаха (амплитуды) движений отдельных частей тела в определенном направлении. Гибкость зависит от состояния позвоночника, суставов, связок, а также эластичности мышц. Гибкость развивается при выполнении физических упражнений с большой амплитудой, в частности общеразвивающих. У детей дошкольного возраста опорно-двигательный аппарат обладает большой гибкостью. Следует стремиться к сохранению этой естественной гибкости, не злоупотребляя упражнениями на растягивание, которые могут привести к необратимым деформациям отдельных суставов (например, коленного). Упражнения на гибкость целесообразно сначала выполнять с неполным размахом, например, сделать 2-3 полунаклона, а потом уже полный наклон, 2-3 полуприседания, затем - глубокое приседание.

Равновесие -способность человека сохранять устойчивое положение во время выполнения разнообразных движений и поз на уменьшенной и приподнятой над уровнем земли (пола) площади опоры. Это качество необходимо человеку, чтобы передвигаться в помещении и на улице, не задевая предметы, друг друга, успешно справляться с обязанностями, необходимыми при разных работах (верхолаз и др.). Равновесие зависит от состояния вестибулярного аппарата, всех систем организма, а также от расположения общего центра тяжести тела (ОЦТ). У дошкольников ОЦТ расположен высоко, поэтому им труднее сохранять равновесие. При выполнении упражнений, смене положения центр тяжести тела смещается и равновесие нарушается. Требуется приложить усилие, чтобы восстановить нужное положение тела. Равновесие развивается в большей степени в упражнениях, выполняемых на уменьшенной и приподнятой площади опоры (катание велосипеде, ходьба, бег по скамейке по доске), также в упражнениях, требующих значительных усилий, чтобы сохранить устойчивое положение тела (метание на дальность, прыжок в длину с места и с разбега и др.).

Сила - степень напряжения мышц при их сокращении. Развитие силы мышц может быть достигнуто благодаря увеличению веса предметов, применяемых в упражнениях (набивной мяч, мешочки с песком и др.); использованию упражнений, включающих поднятие собственной массы (прыжки), преодоление сопротивления партнера (в парных упражнениях). В детском саду следует использовать разнообразные упражнения для развития силы всех групп мышц, уделяя преимущественное внимание мышцам-разгибателям. Учитывая анатомо -физиологические особенности дошкольников, не следует стремиться к максимальным результатам и превышать нормы для прыжков в длину, в высоту, так как это может отрицательно повлиять на развитие костной системы, а также внутренних органов. Не рекомендуются упражнения, вызывающие задержку дыхания и большое напряжение организма. Интенсивность выполняемых упражнений, масса предметов (мешочков с песком и др.), дозировку физической нагрузки следует повышать постепенно.

Выносливость - способность человека выполнять физические упражнения допустимой интенсивности возможно более длительное время. Развитие выносливости требует большого количества повторений одного и того же упражнения. Однообразная нагрузка приводит к утомлению, и дети теряют интерес к этому упражнению. Поэтому лучше всего применять разнообразные динамические упражнения, особенно на свежем воздухе: ходьбу, бег, катание на санках, велосипеде, плавание и др. Полезны также подвижные игры, которые вызывают положительные эмоции и снижают ощущение усталости. Рекомендуются и прогулки (пешие, на лыжах), во время которых упражнения чередуются с отдыхом. Дозировка упражнений и длительность занятий от группы к группе увеличиваются, и это также способствует развитию выносливости.

Планируемые результаты освоения Программы:

Реализация Программы позволит детям:

- уверенно и безбоязненно держаться на воде; укрепить здоровье детей, снизить заболеваемость; расширить спектр двигательных умений и навыков в воде (передвижения - ходьба, бег, прыжки; погружение - с открытыми, закрытыми глазами; плавание - с предметами, с опорой и без неё; скольжение, лежание на воде, усвоение и совершенствование техники способов плавания);
- развить эмоциональное и двигательное раскрепощение в воде;
- заложить прочную основу для дальнейшей образовательной деятельности по обучению плаванию, привить интерес, любовь к воде.

Для обеспечения физического и психического развития ребенка трудно переоценить значение двигательной активности с первых дней его жизни. Специфика детского возраста создает неограниченные условия для закладки возможно большего потенциала моторики. В этом смысле плавание является наиболее оптимальным видом физической активности. Человек рождается со способностью ходить, но плавать необходимо учиться. Очень важно, чтобы первые впечатления ребенка от знакомства с водной средой были положительными, необходимо сделать пребывание ребенка в воде приятным. Общую оценку благоприятного влияния плавания на организм ребенка в дошкольном возрасте можно представить в трех аспектах:

- 1) В *медико - физиологическом* - содействует разностороннему физическому развитию, стимулирует деятельность нервной, сердечно - сосудистой и дыхательной систем, укрепляет опорно - двигательный аппарат. Плавание - одно из лучших средств закаливания и формирования правильной осанки ребенка. Оно способствует лучшему усвоению питательных веществ детским организмом. После занятий процессы обмена и выделения протекают более совершенно. Мышцы брюшного пресса и тазового дна укрепляются, у ребенка улучшается аппетит.
- 2) В *психологическом* - один из путей формирования произвольной регуляции движений и действий, которые обладают повышенной восприимчивостью к внешним «обучающим» воздействиям именно в дошкольном возрасте. Ребенок становится более уравновешенным, лучше контролирует свое поведение и быстрее приспосабливается к новым видам деятельности в различной обстановке. ООД плаванием оказывают на ребенка благотворное психологическое воздействие: вызывает положительные эмоции. Обучение плаванию, особенно упражнения, связанные с погружением в воду, вызывает у детей необходимость преодолевать чувство страха и неуверенности. Поэтому правильно

организованные занятия способствуют развитию у них волевых свойств: смелости, решительности, самостоятельности, дисциплинированности.

3) В педагогическом - это не только пропедевтика сложно-организованных действий дошкольника, но и прямой способ становления навыков саморегуляции. На ООД по плаванию закрепляются уже имеющиеся у детей умения и навыки в беге, прыжках, ходьбе. Но основной задачей ООД плаванием является формирование нового навыка - скольжения на воде. Этот навык - базовое движение в плавании, а его формирование во многом зависит от развития двигательных способностей, среди которых ведущее место занимают гибкость, координация движений, мышечная сила и выносливость в мышечной работе. В процессе занятий плаванием дети обогащаются не только двигательным опытом, но и эстетическим, эмоциональным, волевым, нравственным, спортивным, укрепляют навыки общения, что формирует у них уверенность в своих силах, служит основой для успешного овладения школьной программой.

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. 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.

Оценка плавательной подготовленности дошкольников по мере решения конкретной задачи

| Возрастная группа | Задача |
|---------------------------------|---|
| Младшая группа | То же, что и в первой младшей группе, а также делать попытки лежать на воде, делать выдох на границе воды и воздуха. |
| Средняя группа | То же, что и в младшей группе, а также научить кратковременно, держаться и скользить на воде, выполнять плавательные движения ногами, пытаться делать выдох в воду. |
| Старшая группа | То же и в средней группе, а также более уверенно держаться на воде, скользить по ней, научить выдоху в воду, пытаться плавать способами кроль на груди и на спине. |
| Подготовительная к школе группа | То же, что и в старшей группе, а также уверенно держаться на воде более продолжительное время, скользить на ней, выполнять плавательные движения ногами и руками, пытаться плавать способами кроль на груди и на спине. |

Контрольное тестирование (младший возраст)

| | |
|----------------|--|
| Навык плавания | Контрольное упражнение |
| Ныряние | Погружение лица в воду. Погружение головы в воду. |
| Продвижение в | Ходьба вперед и назад (вперед спиной) в воде глубиной до бедер или |

| | |
|---------------|---|
| воде | до груди с помощью рук. |
| | Бег (игра «Догони меня», «Бегом за мячом»). |
| | Упражнение «Крокодилчик». |
| Выдох в воду | Вдох над водой и выдох в воду. |
| Прыжки в воду | Выпрыгнуть вверх из приседа в воде глубиной до бедер или до груди. |
| Лежание | Лежать на воде вытянувшись в положении на груди и на спине. Скользить по поверхности воды. |

Контрольное тестирование (средний возраст)

| | |
|--------------------|---|
| Навык плавания | Контрольное упражнение |
| Ныряние | Пытаться проплыть тоннель. |
| | Подныривание под гимнастическую палку. |
| | Пытаться доставать предметы со дна. |
| Продвижение в воде | Упражнения в паре «на буксире». |
| | Бег парами. |
| | Скольжение на груди. |
| Выдох в воду | Упражнение на дыхание «Ветерок». |
| | Вдох над водой и выдох в воду с неподвижной опорой. |
| Прыжки в воду | Выполнение серии прыжков с продвижением вперед. |
| | Прыжок ногами вперед. |
| Лежание | Лежать на воде вытянувшись в положении на груди и на спине. |

Контрольное тестирование (старший возраст)

| | |
|--------------------|---|
| Навык плавания | Контрольное упражнение |
| Ныряние | Ныряние в обруч. |
| | Проплавание тоннеля. |
| | Подныривание под мост. |
| | Игровое упражнение «Ловец». |
| Продвижение в воде | Скольжение на груди с работой ног, с работой рук. |
| | Скольжение на спине. |
| | Продвижение с плавательной доской с работой ног на груди. |
| Выдох в воду | Выполнение серии выдохов в воду. |
| | Упражнение на задержку дыхания «Кто дольше». |
| Прыжки в воду | Прыжок ногами вперед. |
| | Соскок головой вперед. |
| Лежание | Упражнение «Поплавок». |
| | Упражнение «Звездочка» на груди, на спине. |
| | Лежание на спине с плавательной доской. |

Контрольное тестирование (подготовительный к школе возраст)

| Навык плавания | Контрольное упражнение |
|--------------------|--|
| Ныряние | Проплавание «под мостом» (несколько звеньев). |
| | Поднимание со дна предметов с открыванием глаз под водой. |
| Продвижение в воде | Плавание на груди с работой рук, с работой ног. |
| | Продвижение с плавательной доской на спине с работой ног. |
| Выдох в воду | Ритмичный вдох - выдох в сочетании с движениями ног. |
| | Дыхание в положении лежа на груди с поворотом головы в сторону с неподвижной опорой. |
| Прыжки в воду | Прыжок головой вперед. |
| | Прыжок ногами вперед в глубокую воду. |
| Лежание | Упражнение «Осьминожка» на длительность лежания. |
| | Упражнение «Звездочка» на груди, на спине в глубокой воде. |

При оценке двигательных навыков детей, вводятся следующие обозначения.

Высокий уровень – означает правильное выполнение, т. е. навык сформирован, автоматизирован. Ребенок сам выполняет упражнение.

Средний уровень – говорит о промежуточном положении, т.е. недостаточно правильном выполнении упражнения. Ребенок выполняет с помощью.

Низкий уровень – указывает на неправильное выполнение движения. Ребенок не выполняет упражнение

СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития ребенка

Цель: формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих задач:

- развивать физические качества (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопить и обогатить двигательный опыт детей (овладение основными движениями);
- сформировать у воспитанников потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании
- сохранение здоровья детей и сформировать основу культуры здоровья через решение следующих задач:
- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- формирование первоначальных навыков о здоровом образе жизни.

Задачи по обучению детей плаванию в разных возрастных группах:

| Возраст | Задачи обучения плаванию |
|----------------|--|
| 3-4 года | <p>1. Формировать гигиенические навыки: самостоятельно раздеваться, мыться под душем, пользуясь мылом и губкой; насухо вытираться при помощи взрослого; одеваться в определенной последовательности.</p> <p>2. Развивать двигательные умения и навыки: самостоятельно передвигаться в воде, выполняя различные задания и помогая себе гребковыми движениями рук; подскакивать в воде; отрывая ноги от дна бассейна; ходить по дну бассейна с доской, выполняя гребковые движения руками; задерживать дыхание; погружаться в воду; выполнять вдох-выдох в воду; вдох и выдох в воду в движении; скользить на груди и на спине с доской в руках.</p> <p>3. Учить правилам поведения на воде; спускаться в воду друг за другом самостоятельно и с поддержкой инструктора; не толкаться и не торопить впереди идущего; не выходить за пределы установленного места занятия; выполнять все указания инструктора.</p> <p>4. Развивать физические качества: силу, выносливость, быстроту.</p> |
| 4-5 лет | <p>1. Формировать гигиенические навыки: раздеваться и одеваться в определенной последовательности; аккуратно складывать и вешать одежду; самостоятельно пользоваться полотенцем; последовательно вытирать части тела; сушить волосы; пользоваться средствами личной гигиены (расческа).</p> <p>2. Развивать двигательные умения и навыки: самостоятельно передвигаться в воде, выполняя различные задания; ходить по дну бассейна, выполняя гребковые движения руками вперед, назад, в полуприседе, в наклоне вперед,</p> |

| | |
|--------|---|
| | <p>спиной вперед; выпрыгивать из воды (кто выше); прыгать, отрывая ноги от дна бассейна, с продвижением вперед; выпрыгивать с последующим погружением в воду, последующим падением вперед в воду; прыгать с бортика в воду, отталкиваясь обеими ногами; погружаться в воду самостоятельно и поочередно в паре с товарищем, доставать со дна предметы руками; задерживать дыхание (длительно); делать энергичный выдох, опуская лицо и полностью погружая голову в воду; выполнять скольжение на груди и спине с поддержкой и без нее, с работой ног, в движении.</p> <p>3. Развивать физические качества: быстроту, силу, ловкость.</p> |
| 5-7лет | <p>1. Формировать гигиенические навыки: самостоятельно мыться под душем с мылом и мочалкой; тщательно вытирать все тело.</p> <p>2. Развивать двигательные умения и навыки: работа ног кролем на боку и на груди с доской в руке и выполнением вдоха и выдоха в воду; выполнение поочередных гребковых движений рук при плавании кролем на спине; работа ног кролем на боку в руках и выполнением вдоха и выдоха в воду; плавание кролем на груди с выполнением вдоха-выдоха в сторону и поочередным движением рук; плавание кролем на спине с выполнением вдоха-выдоха и цикла движений руками; плавание кролем на груди с полной координацией движений; плавание кролем на спине с полной координацией движений; плавание способами «дельфин» и «брасс».</p> <p>3. Продолжать развивать физические качества: быстроту, силу, ловкость.</p> |

Для каждой возрастной группы разработаны перспективные планы. Введение похожих тем в различных возрастных группах обеспечивает достижение единства образовательных целей и преемственности в детском развитии на протяжении всего дошкольного возраста, органичное развитие детей в соответствии с их индивидуальными возможностями.

Организация деятельности взрослых и детей по реализации и освоению Программы осуществляется в двух основных моделях организации образовательного процесса – совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей. Образовательные задачи решаются в ходе организации:

-образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов; самостоятельной деятельности детей;

- в процессе взаимодействия с семьями детей по реализации программы.

Основой здорового образа жизни и полноценного развития детей в МБДОУ д/с№29 является режим дня. Продуманная организация питания, сна, содержательной деятельности каждого ребенка обеспечивает его хорошее самочувствие и активность, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. Режим дня, включающий ООД 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. ООД по плаванию должна проходить не ранее чем через 40 минпосле 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 ООД по плаванию в разных возрастных группах в течение года

| Возрастная группа | Кол-во подгрупп | Кол-во детей в подгруппе | Длительность занятий, мин. | |
|--------------------------|-----------------|--------------------------|----------------------------|----------------|
| | | | В подгруппе | В группе |
| Вторая младшая | 2(3) | 8-10 | 10-15 до 20 | 20-30 до 40-60 |
| Средняя | 2 | 10-12 | 15-20 до 25-30 | 30-40 до 50-60 |
| Старшая | 2 | 10-12 | 20-25 до 30 | 40 до 60 |
| Подготовительная к школе | 2 | 10-12 | 30 до 35 | 50 до 60 |

В детском саду созданы специфические условия: имеется физкультурный зал, бассейн со всем необходимым стандартным и нестандартным оборудованием изготовленным руками педагогов и родителей. С учетом требований СанПиН и содержания образовательной области «Физическое развитие», составлена сетка двигательной активности, в которую включена вся динамическая деятельность детей, как организованная, так и самостоятельная, и предусматривающая рациональное содержание двигательной активности, основанное на оптимальном соотношении разных видов занятий, подобранных с учётом возрастных и индивидуальных возможностей дошкольников.

В ДОУ систематически проводится профилактическая работа, направленная на снижение заболеваемости и обеспечение физического и психического развития детей. Для часто болеющих детей разработан щадящий режим, который предусматривает проведение индивидуальных закаливающих мероприятий, увеличение дневного сна, регулирование времени прогулок. Дети, перенесённые заболевания и имеющие отклонения в здоровье (нарушение осанки, заболевание органов дыхания, заболевания сердечнососудистой системы, заболевание почек и мочевыводящих путей, заболевания нервной системы) не освобождаются от двигательной активности. Для них создаются наиболее благоприятные условия: более высокая температура воды в душевой после занятия, сокращённое время для свободного плавания, ограниченные нагрузки с учётом заболевания.

Качественное проведение режимных моментов, четкий режим дня обеспечивает охрану нервной системы дошкольников. Регулярно проводятся плановые медицинские осмотры детей с привлечением специалистов. Результаты обследования учитываются медицинской сестрой, воспитателями, педагогами дополнительного образования в работе с детьми. Для повышения устойчивости организма к температурным перепадам, воспитателями всех групп в системе проводятся закаливающие мероприятия: обширное умывание после сна, ходьба босиком, полоскание рта, ходьба по мокрым дорожкам, обтирание влажным полотенцем после сна, закаливание в сочетании с движением, контрастное обливание ног.

Вариативные методы, средства и формы реализации Программы

Обучение плаванию следует начинать с того, чтобы дети освоились в воде, не испытывали боязни и страха, почувствовали себя уверенно и совершенно свободно. Это наилучшим образом достигается проведением таких форм работы как, игры, забавы и развлечения в воде. Игры и упражнения повышают интерес к ООД плаванием, позволяют ознакомиться со свойствами воды, являются прекрасным средством начального обучения плаванию. При этом нельзя ограничиваться только подвижными играми в воде. Широко применяйте игровые упражнения и соревнования.

Методы обучения:

Словесные: объяснения, в форме образных выражений и сравнений, рассказ, беседы, команды, распоряжения и указания.

Наглядные: показ изучаемого движения в целостном виде, с разделением на части; анализ его с помощью наглядных пособий, видеосюжетов, жестов.

Практические: 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.

1. **Общеразвивающие и специальные упражнения «суша»:**
 - комплекс подводящих упражнений;
 - элементы «сухого плавания».
2. **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.
3. **Упражнения для разучивания техники плавания «с опорой и без»:**
 - движение рук и ног;
 - дыхание пловца;
 - согласование движений рук, ног, дыхания;
 - плавание в координации движений.
4. **Простейшие спады и прыжки в воду:**
 - спады;
 - прыжки на месте и с продвижением;
 - прыжки ногами вперед;
 - прыжки головой вперед.
5. **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.

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. 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.

В процессе ООД используются различные **формы организации детей:** групповые; командные; индивидуальные.

Рекомендуются такие формы ООД как: ООД тренировочного типа; сюжетно- игровое; игровые; контрольно- проверочное; в форме бесед (безопасность на воде); ООД с участием родителей; спортивные досуги, развлечения.

Методика обучения плаванию детей дошкольного возраста

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.

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. |
| 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

| Результат (задачи) | Возраст детей |
|---|--------------------------|
| I этап | |
| Знакомство с водой, ее свойствами. Освоение с водой (безбоязненное и уверенное передвигаться по дну с помощью и самостоятельно, совершать простейшие действия, играть). | Средняя группа |
| II этап | |
| Приобретение детьми умение и навыков, которые помогают чувствовать себя в воде достаточно надежно (всплывать, лежать, скользить, самостоятельно выполнять вдох-выдох в воду). | Средняя и старшая группа |
| III этап | |
| Обучение плаванию определенным способом (согласованность движений рук, ног, дыхания). | Подготовительная группа |
| IV этап | |

| | |
|--|-------------------------|
| Продолжение усвоения и совершенствования техники способа плавания, простых поворотов, элементарных прыжков в воду. | Подготовительная группа |
|--|-------------------------|

Оценка плавательной подготовленности дошкольников по мере решения конкретной задачи.

| Возрастная группа | Задача |
|--|---|
| 2 младшая группа | Научить, не бояться воды, самостоятельно входить в нее, безбоязненно играть и плескаться, делать попытки лежать на воде, делать выдох на границе воды и воздуха. |
| Средняя группа | То же, что и в младшей группе, а также научить кратковременно, держаться и скользить на воде, выполнять плавательные движения ногами, пытаться делать выдох в воду. |
| Старшая группа | То же и в средней группе, а также более уверенно держаться на воде, скользить по ней, научить выдоху в воду, пытаться плавать |
| Подготовительная к школе группа | То же, что и в старшей группе, а также уверенно держаться на воде более продолжительное время, скользить на ней, выполнять плавательные движения ногами и руками, пытаться плавать способами кроль на груди и на спине. |

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.

Способы и направления поддержки детской инициативы

Планируемые результаты освоения Программы представлены в виде **целевых ориентиров** - возрастных характеристик возможных достижений ребенка. Целевые ориентиры выступают основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования и предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования. Целевые ориентиры освоения Программы представлены к началу дошкольного возраста (к 3 годам) и на этапе завершения дошкольного образования (к 7 годам).

Целевые ориентиры по ФГОС ДО - У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими. Имеет начальные представления о ЗОЖ. Воспринимает ЗОЖ как ценность.

Целевые ориентиры к началу дошкольного возраста (к 3 годам):

- ребенок интересуется окружающими предметами и активно действует с ними; эмоционально вовлечен в действия с игрушками и другими предметами, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий;
- ребенок использует специфические, культурно фиксированные предметные действия, знает назначение бытовых предметов (ложки, расчески, карандаша и пр.) и умеет пользоваться ими. Владеет простейшими навыками самообслуживания; стремится проявлять самостоятельность в бытовом и игровом поведении. может вариативно менять свои действия на пути достижения цели;
- ребенок проявляет стремление к независимости, свободе, перестройке отношений с взрослыми (выбор движения, материала, места, партнеров, длительности деятельности и т.п.);
- ребенок владеет активной речью, включенной в общение; может обращаться с вопросами и просьбами, понимает речь взрослых; знает названия окружающих предметов и игрушек;
- в общении ребенка преобладает положительный эмоциональный фон; ребенок не проявляет необоснованной агрессии по отношению к окружающим и себе. В соответствующих ситуациях сопереживает сверстнику, герою литературного произведения, мультфильма;
- ребенок стремится к общению с взрослыми и активно подражает им в движениях и действиях; проявляются игры, в которых ребенок воспроизводит действия взрослого. Может быть ведущим в диалоге с взрослым, даже малознакомым (задает вопросы, призывает к действию и т.п.);
- ребенок проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им;
- ребенок проявляет интерес к стихам, песням и сказкам, рассматриванию картинок, стремится двигаться под музыку; эмоционально откликается на различные произведения культуры и искусства;
- у ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.). Пытается использовать приобретенные двигательные навыки в новых предлагаемых условиях (преодоление препятствий, расстояний в изменившихся условиях);
- ребенок узнает и называет членов своей семьи. ориентируется в отношении гендерных представлений о людях и себе (мальчик, девочка, тетя, дядя) и возраста людей (дедушка, бабушка, тетя, дядя, дети). Имеет первичные представления о некоторых профессиях (продавец, воспитатель, врач, водитель).

Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

Работа с родителями осуществляется по четырем направлениям:

- информационно - аналитическое;
- досуговое;
- познавательное;
- наглядно -информационное.

Формы работы с семьей: спортивные мероприятия, праздники, развлечения, родительские собрания (общие и групповые), консультации, беседы; дни открытых дверей; папки - передвижки; совместный досуг, оформление информационных материалов.

Методы и приемы работы с родителями:

- анкетирование,
- тестирование,
- экспресс-опрос,
- использование компьютерных технологий (презентации, оформление сайта ДОУ, отзывы родителей на сайте),
- индивидуальные беседы с родителями,
- практические советы и рекомендации по интересующей проблеме.

Формы и методы работы с родителями направлены на повышение педагогической культуры родителей, на укрепление взаимодействия ДОУ и семьи, на усиление ее воспитательного потенциала.

| Месяц | Мероприятие |
|--------------|---|
| Сентябрь | Консультация «Сухой бассейн в ДОУ как способ адаптации детей младшего дошкольного возраста к воде» |
| Октябрь | Консультация «Плавание как средство закаливания» |
| Ноябрь | Индивидуальные консультации. Оформление стенда «Неделя удмуртской культуры», Консультация «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ» |
| Декабрь | Консультация «Плавание жизненно необходимый навык» Открытые ООД |
| Январь | Консультация «Адаптация детей к водной среде» |
| Февраль | Индивидуальное консультирование, Консультация «Плавание как средство закаливания» |
| Март | оформление стенда «Спортландия» |
| Апрель | Индивидуальные консультации по вопросам физического развития детей, Консультация «Плавание уникальный способ влияния на организм ребенка» |
| Май | Индивидуальные консультации, заполнение диагностических карт |

План работы с детьми в течение года:

| Месяц | Мероприятие |
|--------------|--|
| Сентябрь | «Осенние забавы» (развлечение на воде) |
| Октябрь | «На помощь русалочке» (развлечение на воде) |
| Ноябрь | «В гостях у Кикиморы» (развлечение на воде) Игры народов мира |
| Декабрь | «Морское путешествие по островам Здоровья» (праздник) |
| Январь | «Когда мы вместе- вдвойне интересней» (развлечение на воде) |
| Февраль | «В гости к нам пришел ВуМурт» (развлечение на воде) |
| Март | «За здоровьем в детский сад» (праздник на воде) |
| Апрель | «Космические разведчики» (развлечение на воде) |
| Май | «День Нептуна» (праздник) |
| Июнь | «Праздник воды и солнца» |
| Июль | «Вокруг света с Нептуном» (развлечение на воде) |
| Август | «День физкультурника» (праздник) |

ОБЩАЯ СХЕМА ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ

1. Демонстрация изучаемого способа плавания и его элементов (плакаты, картинки, фото и видео-показ).
2. Объяснение техники данного способа и его элементов.
3. Практическое знакомство с формой движений (на суше).
4. Овладение элементами движений и их сочетанием (в зале и в бассейне).
5. Овладение способом в целом.
6. Теоретическое обоснование техники данного способа плавания.
7. Освоение техники способа плавания и его элементов.
8. Игры, эстафеты, соревнования в воде.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

Описание материально-технического обеспечения Программы

Примерный перечень материалов и оборудования для создания развивающей предметно-пространственной среды

Программа разработана для реализации в условиях стандартных дошкольных образовательных организаций, поэтому создание развивающей предметно-пространственной среды не требует значительных финансовых вложений.

Предложенный перечень является примерным и может корректироваться (расширяться, заменяться) в зависимости от возможностей образовательной организации, приоритетных направлений деятельности и других факторов. (Деление материалов и оборудования по образовательным областям также является достаточно условным.)

| Физическое развитие | | |
|--|-------------------------------|------------|
| Вид | Наименование | Количество |
| <i>Оздоровительное оборудование</i> Оздоровительный модуль: | Массажные дорожки | 2шт |
| | Сухой бассейн | 2шт |
| | Массажные коврики | 24шт |
| | Массажеры для ног | 5 шт |
| Оборудование для воздушных и водных процедур: | Пластмассовые тазы | 1 шт |
| | Полотенца | 2 шт |
| | «Морская тропа здоровья» | 1 шт |
| | Дельфины (синие , красные) | 10 шт |
| | Уточки (красны, желтые) | 8 шт |
| | Гантели красные | 20 шт |
| | Гантели желтые | 20 шт |
| | Гантели утяжелители(зеленые) | 20 шт |
| | Ведро малые(синие , красные) | 13шт |
| | Игра «Рыбалка» | 3 шт |
| | Резиновые цветные мячи | 20 шт |
| | Спасательный круг (большой) | 2 шт |
| Спасательный круг (малый) | 4 шт | |

| | | |
|--|---|--------|
| | Жилет спасательный | 4 шт |
| | Нарукавники | 7 пар |
| | Звери | 12 шт |
| | Кубики резиновые | 15шт |
| | Ласты | 2 пары |
| | Обруч | 10 шт |
| | Массажные мячи (маленькие, цветные) | 17 шт |
| | Массажные мячи средник (красный, желтый, зеленый) | 3 шт |
| | Маленькие рыбки | 8 шт |
| | Кораблики цветные | 14 шт |
| | Доски плавательные | 25 шт |
| | Нудлы (синие) | 10 шт |
| | Нудлы (цветные) | 5 шт |
| | Калабашки | 10 шт |
| Оборудование для обеспечения экологической безопасности: | Вытяжная вентиляция | 1 шт |
| | Приточная вентиляция | 1 шт |

Распорядок, режим дня и сетка ООД

Организационные условия – в МБДОУ ЦРР д/с №29 оборудован плавательный бассейн. Образовательная деятельность по обучению детей плаванию осуществляется инструктором по физкультуре на бассейн с детьми 3-7 лет 2 раза в неделю. С детьми 2-3 лет организуются ООД, и целью снятия нагрузки и психо-эмоционального напряжения у детей проводятся игры на воде (согласно расписанию). Для детей 1-2 года организуются игры в сухом бассейне. Всего за учебный год насчитывается 36 недель по обучению детей плаванию.

Цели и задачи деятельности МБДОУ д/с № 29 по реализации регионального компонента:

Цель: воспитание у детей интереса к изучению родного края, города, формирование представлений об удмуртской праздничной культуре средствами удмуртского фольклора.

Задачи:

1. Продолжать развивать у старших дошкольников интерес к родному городу, республике; их достопримечательностям, событиям прошлого и настоящего.
2. Расширять представления детей о том, что делает малую родину, родной город, республику красивыми, развивать эмоциональную отзывчивость на красоту родного края.
3. Формировать представления об удмуртской праздничной культуре.
4. Продолжать знакомить детей с жизнью и творчеством некоторых знаменитых горожан.
5. Развивать чувство гордости за свою малую родину, ее достижения и культуру, формировать бережное отношение.
6. Способствовать развитию основ патриотических и гражданских чувств, развитию этнической идентичностью ребенка.

7. Воспитывать у детей миролюбие, принятие и понимание других людей (детей и взрослых) независимо от расовой и национальной принадлежности, языка и других особенностей культуры.
8. Воспитывать негативное отношение к насилию и агрессии в любой форме, в том числе, по национальному признаку.
9. Развивать способность к толерантному общению, позитивному взаимодействию к людям разных стран этносу.

Организация организованной образовательной деятельности с детьми в течение недели с учетом возрастных особенностей в рамках реализации образовательных областей

| Часть образовательной программы ДОУ | Объем времени, отводимого на реализацию содержания образовательных областей в процессе организованной образовательной деятельности (занятия) | | | | |
|--|--|------------------|--|----------------|-------------------------|
| | Образовательная область | 2 младшая группа | Средняя группа | Старшая группа | Подготовительная группа |
| Обязательная часть | Физическое развитие (обучение плаванию) | 15 минут | 20 минут | 25 минут | 30 минут |
| Часть, формируемая участниками образовательного процесса | Программы по приоритетному направлению, кружки, региональный компонент | --- | --- | | |
| | | | Праздники на фольклорном материале, тематические развлечения – в зависимости от тематического планирования | | |

ООД по плаванию должна проходить не ранее, чем через 40 мин после еды. ООД проводится в первой половине дня. Обучение плаванию проходит в форме групповой образовательной деятельности по установленному расписанию. Группы делятся на подгруппы в зависимости от возраста детей и от конкретных условий. При проведении непосредственно образовательной деятельности осуществляется медико-педагогический контроль над воспитанием и здоровьем каждого ребенка, с учетом его индивидуальных психофизиологических особенностей.

Структура ООД традиционная и состоит из:

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).

Прогнозируемый результат:

- снижение заболеваемости детей и укрепление организма;
- сформированное эмоциональное отношение ребенка к ООД по плаванию;
- сформированный навык подготовительных и специальных упражнений по плаванию;
- сформированный навык плавания кролем на груди и на спине.

Длительность ООД по плаванию в разных возрастных группах в течение года (ООД проводится по подгруппам)

| Возрастная группа | Максимальная численность в подгруппе | Длительность занятия в воде(мин) |
|--------------------------|---|---|
| Младшая | 8 | 15 |
| Средняя | 10-12 | 20 |
| Старшая | 10-12 | 25 |
| Подготовительная | 10-12 | 30 |

Санитарные нормы температурного режима в бассейне

Для организации плавания детей в дошкольном бассейне должны быть созданы определенные условия. Санитарно-гигиенические условия проведения НОД по плаванию проводятся в соответствии СанПиН и включают следующее:

- освещенные и проветриваемые помещения;
- ежедневная очистка (фильтрация) воды;
- текущая и генеральная дезинфекция помещений и инвентаря;
- дезинфекция чаши бассейна при каждом спуске воды;
- анализ качества воды и дезинфекции помещений и оборудования контролируется санэпидстанцией.

| Температура воздуха в раздевалке | Температура воздуха в зале | Температура воздуха в бассейне | Температура воды |
|---|-----------------------------------|---------------------------------------|-------------------------|
| 26-27 | 20-22 | 29-31 | 29-32 |

Обеспечение безопасности ООД 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 подгруппами, превышающими 5-6 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.

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

Содержание разделов рабочей программы

| Содержание воспитательно-образовательного процесса | Автор, название программы, методики или технологии | Пособия, методические рекомендации |
|--|---|---|
| ООД по обучению детей плаванию | Т.И.Осокина, Е.А.Тимофеева, Т.П. Богина «Обучение детей плаванию в детском саду» | Т.И.Осокина, Е.А.Тимофеева, Т.П. Богина «Обучение детей плаванию в детском саду» В.М.Рыбак «Плавай как мы!» |

| | | |
|--|-------|---|
| | саду» | В.М.Рыбак, Г.Глушкова «Раз , два, три, пльиви» Л.Ф. Еремеева «Научите ребенка плавать» |
| Оздоровительная работа | | Т.И.Осокина, Е.А.Тимофеева, Т.П. Богина «Обучение детей плаванию в детском саду» В.М.Рыбак «Плавай как мы!» В.М.Рыбак, Г.Глушкова «Раз , два, три, пльиви» Л.Ф. Еремеева «Научите ребенка плавать» Л.В. Канидова «обучение детей плаванию» |
| Подвижные игры и упражнения в воде: | | Т.И.Осокина, Е.А.Тимофеева, Т.П.Богина «Обучение детей плаванию в детском саду» В.М.Рыбак «Плавай как мы!» В.М.Рыбак, Г.Глушкова «Раз , два, три, пльиви» Л.Ф. Еремеева «Научите ребенка плавать» Л.В. Канидова «обучение детей плаванию» |
| <ul style="list-style-type: none"> • Знакомство с сопротивлением воды и способом передвижения по дну • Погружение в воду с головой и открывание глаз в воде • Позволяющие овладеть выдохом в оду • Воспитание и лежание на воде • Скольжение по поверхности | | |
| Спортивные праздники в бассейне | | Л.В.Канидова «обучение детей плаванию» |
| Открытые ООД для родителей | | Л.Ф.Еремеева «Научите ребенка плавать» В.М.Рыбак «Плавай как мы!» В.М.Рыбак, Г.Глушкова «Раз , два, три, пльиви» |

**Сочетание программ для осуществления
воспитательно - образовательного процесса**

| Название программ | Концептуальные основы | Чем дополняются | Какой материал используется |
|-------------------|-----------------------|-----------------|-----------------------------|
|-------------------|-----------------------|-----------------|-----------------------------|

| | | | |
|--|---|---|--|
| В.М.Рыбак «Плавай как мы!» В.М.Рыбак, Г.Глушкова «Раз , два, три, плыви» Т.И.Осокина, Е.А.Тимофеева, Т.П.Богина «Обучение детей плаванию в детском саду» | Опора на дидактические принципы систематичности, постепенности, доступности, наглядности, активности. Группировка подвижных игр | Л.В.Канидова «Обучение детей плаванию» | Рекомендации по обучению детей раннего возраста Приемы преодоления страха |
| В.М.Рыбак «Плавай как мы!» В.М.Рыбак, Г.Глушкова «Раз , два, три, плыви» Т.И.Осокина, Е.А.Тимофеева, Т.П.Богина «Обучение детей плаванию в детском саду» | Учет индивидуальных возможностей детей при обучении плаванию | Л.Ф.Еремеева «Научите ребенка плавать» | Четкая структура ООД Контрольные упражнения ООД на индивидуальную работу Игры и игровые упражнения |
| В.М.Рыбак «Плавай как мы!» В.М.Рыбак, Г.Глушкова «Раз , два, три, плыви» Т.И.Осокина, Е.А.Тимофеева, Т.П.Богина «Обучение детей плаванию в детском саду» | Опора на интеграцию образовательных областей: «Физическая культура» «Здоровье» «Безопасность» «Труд» «Художественное творчество» и т.д. | М.В.Рыбак «Занятия в бассейне с дошкольниками» | Упражнения в стихах и загадках, в том числе и с нестандартным оборудованием. Комплекс подводной гимнастики «Бригитта» Упражнения по акваэробике с мячом на воде |

Особенности организации РППС

Развивающая предметно - пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства бассейна, материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, возможность общения и совместной деятельности детей (в том числе детей разного возраста) и взрослых, двигательной активности детей.

Большую роль в формировании двигательных навыков плавания играет использование вспомогательного материала и оборудования. Оно помогает разнообразить приемы и методы обучения, виды упражнений, снять психологическую монотонность, постоянно повторяющихся движений, рационально использовать обучающее пространство, повышают интерес к ООД, 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.

Все пособия и игрушки периодически подвергаются санобработке в установленном порядке.

4.ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

Презентация к рабочей программе по физическому развитию (раздел «Плавание»).

Рабочая программа по обучению детей плаванию:

- разработана на основе ООП МБДОУ д/с № 29 и Рабочей программы воспитания МБДОУ д/с №29 с интеграцией с педагогическими технологиями Т.И.Осокиной «Обучение детей плаванию в детском саду», В.М.Рыбак «Плавай как мы!» и В.М.Рыбак, Г.Глушковой «Раз , два, три, плыви» и с учётом реализуемой в ДОУ комплексной образовательной программы «Мир открытий».
- определяет содержание и организацию деятельности по обучению плаванию детей с 3 до 7 лет.
- обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в двигательной деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.
- определяет комплекс основных характеристик по физическому развитию детей (объём, содержание и планируемые результаты в виде целевых ориентиров дошкольного образования).

Программа предполагает проведение НОД по обучению детей плаванию 1 раз в неделю в каждой возрастной группе (с 3 до 7 лет), на основании календарного учебного графика, учебного плана, календарного плана воспитательной работы, рассчитана на учебный год.

Программа построена в соответствии с принципами и подходами, определёнными Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования и реализуемыми образовательными программами: содержание соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики, обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей.

Цели образовательной деятельности определены требованиями государственной политики в области образования, запросом родителей (социальный заказ), профессиональными интересами педагогов, приоритетными направлениями деятельности, накопленным опытом и традициями МБДОУ д/с №29.

Рабочая программа по организации образовательной деятельности с детьми 3-7 лет строится с учетом целей комплексной образовательной программы дошкольного образования «Мир открытий» под редакцией Л.Г.Петерсон, И.А.Лыковой - создание условий для развития функционально грамотной личности человека, способного решать любые жизненные задачи (проблемы), используя для этого приобретаемые в течение всей жизни знания, умения и навыки и, оставаясь при этом, человеком.

Рабочая программа направлена на реализацию содержания образовательной области «Физическое развитие» ООП ДО и содержания физического и оздоровительного, патриотического и др. направлений воспитания рабочей программы воспитания посредством создания условий

- для развития ребёнка (открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития)
- развития инициативы и творческих способностей (на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками),
- соответствующим возрасту видам деятельности, обеспечивающим социализацию и индивидуализацию детей.

разработана в соответствии с актуальными нормативно-правовыми документами

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
3. Комментарии Минобрнауки России к ФГОС дошкольного образования от 28.02.2014 г.
4. № 08-249;
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 № 373 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования"
6. Приказ Минобрнауки России от 28.12.2010 г. № 2106 «Об утверждении и введении в действие федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»;
7. Постановление №28 от 28.09.2020г «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
8. Постановление Главного государственного санитарного врача России №2 от 28.01.2021 года «Об утверждении санитарных правил и норм 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (раздел VI пункт «Требования к организации образовательного процесса»)
9. Постановление №16 от 30.06.2020г «Об утверждении санитарно-эпидемиологических

правил СП 3.1/2.4 3598 – 20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19) – на период действия документа;

10. Устав МБДОУ д/с № 29
11. Программа развития
12. Основная образовательная программа МБДОУ д/с №29
13. Рабочая программа воспитания и календарный план воспитательной работы
14. Другие локальные акты МБДОУ д/с №29.

Обучение плаванию осуществляется на основе парциальной программы: Т.И. Осокиной, Е.А. Тимофеева, Т.Л. Богина «Обучение плаванию в детском саду», которая предлагает начинать формировать умение плавать со второй младшей группы, то есть с четвертого года жизни ребёнка. В программе выделена закономерность поэтапного формирования соответствующих навыков плавания на основе использования системы упражнений и игр. Оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи физического воспитания решаются на основе приобретения нового опыта -освоения водной среды обитания, которая предъявляет особые требования к двигательным способностям ребенка. Предусматриваются основные требования к организации проведения плавания, обеспечению мер безопасности и выполнению необходимых санитарно-гигиенических правил.

Программа определяет объём, содержание, планируемые результаты и организационно – педагогические условия образовательной деятельности, по физическому развитию дошкольников.

Цель: Обучение дошкольников плаванию через игровые приемы с включением элементов выразительного движения.

Формы и методы работы с родителями направлены на повышение педагогической культуры родителей, на укрепление взаимодействия ДОУ и семьи, на усиление ее воспитательного потенциала.

| Мероприятие |
|---|
| Консультация «Обучение детей плаванию» |
| Консультация «О пользе плавания» |
| Индивидуальные консультации. Оформление стенда «Неделя удмуртской культуры» |
| Индивидуальные консультации. Открытые ООД |
| Консультация «Плавание –уникальный способ на организм ребенка» |
| Индивидуальное консультирование |
| Папка –передвижка «Адаптация детей к воде» ;оформление стенда «Спортландия» |
| Индивидуальные консультации по вопросам физического развития детей |
| Индивидуальные консультации, заполнение диагностических карт |

План работы с детьми в течение года:

| Мероприятие |
|---|
| «Осень к нам в бассейн пришла» (развлечение на воде) |
| «На помощь русалочке» (развлечение на воде) |

| |
|---|
| «В гостях у Кикиморы»(развлечение на воде).Неделя удмуртской культуры «Игры с ВуМуртом» Игры народов мира |
| «Морское путешествие по островам Здоровья» (праздник) «Новый год на воде» |
| «Когда мы вместе- вдвойне интересней» (развлечение на воде) |
| «В гости к нам пришел ВуМурт» (развлечение на воде) |
| «За здоровьем в детский сад» (праздник на воде) |
| «Космические разведчики»(развлечение на воде) «Космическая Одиссея нептунят» |
| «День Нептуна» (праздник) |
| «Праздник воды и солнца» |
| «Вокруг света с Нептуном» (развлечение) |
| «День физкультурника» (праздник) |

Рабочая программа состоит из трех основных разделов(целевой, содержательный, организационный) в каждом из которых отражается обязательная часть и часть , формируемая участниками образовательных отношений.

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

Пояснительная записка

Планируемые результаты освоения Программы

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития ребенка

2.2. Вариативные методы, средства и формы реализации Программы

Способы и направления поддержки детской инициативы

Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

Описание материально-технического обеспечения Программы

3.2. Распорядок, режим дня и сетка ООД

3.3. Особенности организации РППС

4. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

Презентация к рабочей программе

Литература:

1. А. Котлярова, Г. Котлярова «Учимся плавать»
2. И.А.Большакова , Нетрадиционная методика обучения плаванию детей дошкольного возраста «Маленький дельфин». -Ижевск, 2002.
3. Л.Ф. Еремеева «Научите ребенка плавать»
4. М.В.Рыбак, Г. Глушкова «Раз, два, три пльви»
5. М.В.Рыбак «Плавай как мы!»
6. Т.И.Осокина, Е.А.Тимофеева, Т.Л.Богина «Обучение плаванию в детском саду»
7. Т.А.Протченко , Ю.А.Семенов Ю.А. «Обучение плаванию дошкольников и младших школьников».