

муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 46 комбинированного вида»
юридический адрес: 624440гo Краснотурьинск, ул. Чапаева, 18. Тел.
фактический адрес: 624440гo Краснотурьинск, ул. Чапаева, 18.
электронный адрес: mdou-46@mail.ru
телефон: 8(34384)6-54-35

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
МА ДОУ № 46
Протокол №1 от 27.08.2025г.

УТВЕРЖДЕНА
приказом заведующей
МА ДОУ № 46
№ 39-ОД от 27.08.2025г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ И ОЗДОРОВЛЕНИЮ ВОСПИТАННИКОВ В УСЛОВИЯХ БАССЕЙНА

- на основе ФГОС ДО (Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384), с изменениями, внесенными приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 января 20 г. № 31 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 13 февраля 2019 г., регистрационный № 53776) в федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования)
- на основе ФОП ДО (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 "Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования"(Зарегистрирован 28.12.2022 № 71847)

Разработчик:
инструктор по физической культуре
Григорьева А.А.

г.о. Краснотурьинск
2025

СОДЕРЖАНИЕ

№	Наименование разделов	стр.
Раздел I	Целевой	4
1.1	Пояснительная записка	4
1.2	Цели и задачи реализации рабочей программы по физическому развитию и оздоровлению воспитанников в условиях бассейна	4
1.2.1	Задачи реализации рабочей программы по физическому развитию и оздоровлению воспитанников в условиях бассейна в обязательной части.	5
1.2.2	Задачи реализации рабочей программы по физическому развитию и оздоровлению воспитанников в условиях бассейна в части, формируемой участниками образовательных отношений	5
1.3	Принципы и подходы к формированию рабочей программы по физическому развитию и оздоровлению воспитанников в условиях бассейна	7
1.3.1	Принципы и подходы к формированию рабочей программы по физическому развитию и оздоровлению воспитанников в условиях бассейна в обязательной части	7
1.3.2.	Принципы и подходы к формированию рабочей программы по физическому развитию и оздоровлению воспитанников в условиях бассейна в части, формируемой участниками образовательных отношений	7
1.4	Значимые для разработки рабочей программы по физическому развитию и оздоровлению воспитанников в условиях бассейна характеристики	9
1.4.1	Учет специфики национальной культуры и иные условия.	10
1.5	Возрастные особенностей развития воспитанников	10
1.6	Планируемые результаты реализации рабочей программы по физическому развитию и оздоровлению воспитанников в условиях бассейна	11
1.6.1	Планируемые результаты реализации рабочей программы по физическому развитию и оздоровлению воспитанников в условиях бассейна в обязательной части.	11
1.6.2	Планируемые результаты реализации рабочей программы по физическому развитию и оздоровлению воспитанников в условиях бассейна в части, формируемой участниками образовательных отношений	13
1.7	Развивающее оценивание качества образовательной деятельности	15
1.8	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	15
Раздел 2.	Содержательный	17
2.1	Содержание образовательной деятельности обязательной части рабочей программы по физическому развитию и оздоровлению воспитанников в условиях бассейна.	17
2.1.1	Модуль 1. Обучение плаванию детей четвертого года жизни	20
2.1.2	Модуль 2. Обучение плаванию детей пятого года жизни	21
2.1.3	Модуль 3. Обучение плаванию детей шестого года жизни	22
2.1.4	Модуль 4. Обучение плаванию детей седьмого года жизни	24
2.2	Содержание образовательной деятельности части, формируемой участниками образовательных отношений.	26
2.3	Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации рабочей программы по физическому развитию и оздоровлению воспитанников в условиях бассейна	29
2.4	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	31
2.5	Способы и направления поддержки детской инициативы	32
2.6	Особенности взаимодействия с семьями воспитанников	32

2.7	Содержание коррекционной работы и инклюзивного образования	34
2.8	Рабочая программа воспитания	35
Раздел 3.	Организационный	35
3.1	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	35
3.2	Материально – техническое обеспечение рабочей программы по физическому развитию и оздоровлению воспитанников в условиях бассейна	35
3.3	Кадровые условия	37
3.4	Учебный план, режим образовательной деятельности	37
3.5	Режим и распорядок дня	40
3.6	Календарный план воспитательной программы	41
3.7	Перспективы работы по совершенствованию и развитию содержания Рабочей программы по физическому воспитанию и оздоровлению воспитанников в условиях бассейна, обеспечивающих ее реализацию нормативно-правовых, финансовых, научно-методических, кадровых, информационных и материально-технических ресурсов	41
3.8	Перечень нормативных и нормативно-методических документов	42

РАЗДЕЛ I. ЦЕЛЕВОЙ

1.1 Пояснительная записка

Рабочая программа по физическому воспитанию и оздоровлению воспитанников в условиях бассейна (далее Программа) разработана на основе основной образовательной программы дошкольного образования МА ДОУ 46 (далее - ООП ДО) в группах общеразвивающей и компенсирующей направленности.

Программа спроектирована в соответствии с ФГОС ДО, с учетом ФОП, особенностей образовательного учреждения, региона (Северного Урала) и муниципалитета (г.о Красноуральск), образовательных потребностей и запросов воспитанников и их родителей (законных представителей). Программа определяет цель, задачи, планируемые результаты, содержание и организацию образовательного процесса на уровне дошкольного образования.

Программа разработана в соответствии с действующим законодательством, нормативными правовыми актами федерального, регионального уровня, локальными актами ДОУ, регулирующими его деятельность.

Программа состоит из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений. Обе части являются взаимодополняющими и необходимыми с точки зрения реализации требований ФГОС ДО.

Программа разработана с учетом возрастных и индивидуальных особенностей различных категорий детей, в том числе с ОВЗ, посещающих в МА ДОУ группы общеразвивающей и компенсирующей направленности.

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 социального 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.

В МА ДОУ проводится целенаправленная работа по обучению детей плаванию, которая включает следующие формы:

- занятия или непрерывная образовательная деятельность (далее НОД) по плаванию (комплексы упражнений по обучению плаванию, игры разной направленности);
- оздоровительно – профилактическая деятельность (упражнения на суше, коррекционная и ортопедическая гимнастика, самомассаж, комплексы упражнений на дыхание, а также на развитие диафрагмального дыхания и регуляцию мышечного тонуса);
- развлечения, праздники на воде.

В Программе определены методы коррекционной направленности для детей с тяжелыми нарушениями речи (далее ТНР), ОВЗ в условиях бассейна учреждения, обоснованы комплекс средств, форм и приемы коррекции оздоровления, реализации индивидуально – дифференцированного подхода и определено влияние серии коррекционно – развивающих и оздоровительных методов, направленных на повышение уровня здоровья воспитанников.

Инструктор по физической культуре (плаванию) целенаправленно организует образовательный процесс так, чтобы от воспитанников требовалась оптимальная двигательная активность во всех видах детской деятельности. Такой подход не только стимулирует физическое развитие, но и способствует более успешному решению остальных образовательных задач.

1.2. Цели и задачи реализации Программы

Цель: разностороннее развитие ребёнка в период дошкольного детства с учётом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей русского народа, исторических и национально-культурных традиций.

В области физического развития основными **задачами** образовательной деятельности являются:

- обеспечивать охрану жизни и укрепление здоровья ребёнка, гигиенический уход;
- организовывать физиологически целесообразный режим жизнедеятельности и двигательную деятельность детей, обучая основным движениям на основе положительного эмоционального общения и совместных действий педагога с ребёнком;
- поддерживать положительную эмоциональную реакцию при выполнении движений, чувство удовлетворения и радости от совместных действий ребёнка с педагогом в играх-забавах.

Объём обязательной части образовательной программы составляет не менее 60% от ее общего объема; части, формируемой участниками образовательных отношений, не более 40%, определен:

- в соответствии с требованиями органов здравоохранения;
- с учетом возрастных особенностей детей каждой группы.

1.2.1 Цели и задачи реализации Программы в основной части.

Цель: создать благоприятные условия для оздоровления, закаливания, и обеспечения всестороннего развития психических и физических качеств у воспитанников в условиях бассейна.

Задачи программы:

Оздоровительные:

- сохранять и укреплять здоровье детей;
- учить бережному отношению к своему здоровью, личной гигиене;
- развивать функциональные и адаптационные возможности детей и улучшать их работоспособность, закаливание организма;
- совершенствование ОДА, формирование правильной осанки;

Образовательные:

- расширять и углублять представления и знания о пользе занятий плаванием;
- ознакомить детей с различными способами плавания;
- развивать психофизические качества и двигательные способности (выносливость, силу, ловкость, гибкость, координацию движений, дыхательные функции)
- формировать умения и навыки спортивным способом.

Воспитательные:

- воспитывать интерес к активной деятельности в воде;
- воспитывать нравственно-волевые качества: смелость, настойчивость, чувства собственного достоинства, самостоятельность.

1.2.2. Цели и задачи реализации Программы в части, формируемой участниками образовательных отношений.

Задачи в соответствии с программой Т.И. Осокиной «Программа по обучению плаванию детей в детском саду»

Цели: Улучшение общего физического состояния, всестороннее развитие физических качеств ребёнка, способствование оздоровлению детского организма, повышение интереса к занятиям плаванием.

Задачи программы:

1. Учить, не бояться входить в воду, играть и плескаться в ней.
2. Учить передвигаться по дну бассейна различными способами.
3. Учить погружаться в воду, открывать в ней глаза; передвигаться и ориентироваться под водой.
4. Учить выдоху в воде.

5. Учить лежать в воде на груди и на спине.
6. Учить скольжению в воде на груди и на спине.
7. Учить выполнять попеременные движения ногами во время скольжения на груди и на спине.
8. Учить выполнять попеременные и одновременные движения руками во время скольжения на груди и на спине.
9. Учить сочетать движения руками и ногами при скольжении на груди и на спине.
10. Учить различным прыжкам в воду.
11. Научить детей уверенно и безбоязненно держаться на воде.
12. Максимально использовать все факторы, способствующие укреплению здоровья детей и их физическому развитию.
13. Заложить прочную основу для дальнейшей образовательной деятельности по обучению плаванию, привить интерес, любовь к воде.

Цели и задачи с учетом Образовательной программой дошкольного образования «СамоЦвет»: дошкольный возраст / О. А. Трофимова, О. В. Толстикова, Н. В. Дягилева, О. В. Закревская; Министерство образования и молодежной политики Свердловской области, Государственное автономное образовательное учреждение дополнительного профессионального образования Свердловской области «Институт развития образования». – Екатеринбург: ГАОУ ДПО СО «ИРО», 2019

1. Содействовать формированию опыта рефлексии (самопонимания, самопрезентации).
2. Способствовать развитию навыков самоорганизации, соорганизации, понимания других, презентации совместных действий.
3. Способствовать формированию навыка элементарного саморегулирования активности.
4. Обеспечить развитие двигательных умений и навыков; стимулировать интерес к разным видам двигательной активности; формировать опыт участия в спортивной жизни (образовательной организации, города(села), страны).
5. Воспитывать привычки здорового образа жизни

Цели и задачи с учетом проекта «Урал-наш край родной», разработанным совместно с МАДОУ № 4,8 (приказ №27/1-ОД)

Цель: создание условий для приобщения воспитанников старшего дошкольного возраста к историческим, культурным и духовным ценностям родного края.

Задачи:

- формирование представлений о живой природе родного края (о растительности, многообразии деревьев, цветов, трав и т. п.; о животных, птицах, насекомых, особенностях их жизни);
- формирование представлений о неживой природе родного края (об особенностях климата, многообразии полезных ископаемых, минералов).
- формирование представлений об истории родного города, края (представления о возникновении города, его основателях, о коренном населении, важных исторических событиях, протекавших в данном регионе, исторических личностях, внесших вклад в развитие родного города, края);
- формирование представлений о достопримечательностях и исторических местах родного города (о памятниках архитектуры, музейных комплексах и пр.).
- формирование представлений о символах региона, города (о флаге, гербе как области, так и города, их цветовой символике, о значении каждого элемента на гербе и пр.);
- воспитание уважения к культурным и национальным традициям.

1.3. Принципы и подходы к формированию Программы

1.3.1. Принципы и подходы к формированию Программы в основной части:

Программа построена на следующих **принципах**, установленных ФГОС ДО:

- 1) полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- 2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- 3) содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников (далее вместе – взрослые);
- 4) признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- 5) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- 6) сотрудничество ДОО с семьей;
- 7) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- 8) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- 9) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- 10) учет этнокультурной ситуации развития детей.

Основные подходы к формированию Программы.

Программа:

- сформирована на основе требований ФГОС ДО и ФОП ДО, предъявляемых к структуре образовательной программы дошкольного образования;
- обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей.

1.3.2. Принципы и подходы к формированию Программы в части, формируемой участниками образовательных отношений.

Программа Т.И.Осокиной «Программа по обучению плаванию детей в детском саду»

- **СИСТЕМАТИЧНОСТЬ.** Занятия плаванием должны проводиться регулярно, в определенной системе. Следует учитывать, что регулярные занятия дают несравненно больший эффект, чем эпизодические.
- **ДОСТУПНОСТЬ.** 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.** Что бы обучение проходило успешно, любое объяснение сопровождайте показом упражнений. Полезны в обучении наглядные пособия – рисунки, плакаты и т.д.

- **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.

Образовательная программа дошкольного образования «СамоЦвет»:

1. Ориентировка на потенциальные возможности ребенка, на «зону ближайшего развития»

2. Реализация деятельностного подхода как развитие самой деятельности, основных ее компонентов (мотивов, целей, действий, способов действий или операций), что способствует развитию ребенка как субъекта деятельности (деятели).

3. Принцип универсальности содержания и одновременно вариативности и гибкости, позволяющий корректировать ее реализацию в зависимости от хода образовательного процесса и особенностей развития детей.

4. Принцип интеграции освоения предлагаемого содержания модулей образовательной деятельности, который, с одной стороны, не нарушает целостность каждого из направлений развития, а с другой – существенно их взаимообогащает, способствует их смысловому углублению, расширяет ассоциативное информационное поле детей, что и предполагает освоение культурной практикой.

5. Принцип создания проблемных ситуаций в процессе освоения содержания культурной практики, характеризующихся определенным уровнем трудности, связанной с отсутствием у ребенка готовых способов их разрешения и необходимостью их самостоятельного поиска. В результате найденные обучающимися способы обобщаются и свободно используются в новых ситуациях, что говорит о развитии их мышления.

6. Принцип продуктивного и игрового взаимодействия детей между собой и со взрослыми (диалогическое общение), благодаря чему формируется социокультурное пространство саморазвития, а также детское сообщество, в котором каждый ребенок чувствует себя успешным, умелым, уверенным в случае необходимости в помощи товарищей и взрослого. Стимулирование и мотивация игрового взаимодействия, предоставляет возможность поиска личностного смысла в игровой деятельности. Открытость игрового взаимодействия, обеспечивает субъектность ребенка, усвоение им социального опыта на основе взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

7. Принцип учета определенных особенностей психики детей (высокое развитие эмоционально-чувственного восприятия, способность непосредственно запечатлевать, сохранять и использовать в качестве ориентиров как материальные, так и духовные объекты внешнего мира). Целенаправленное формирование аксиологического ядра личности может успешно осуществляться в период дошкольного детства на основе психологических механизмов интериоризации, оценки, выбора и экстериоризации совокупности устойчивых общечеловеческих ценностей, имеющих нравственное содержание, представленных в социокультурной среде в виде идеальных форм, образцов, эталонов поведения, отношения, деятельности, доступных для восприятия дошкольников.

8. Принцип учета индивидуальных особенностей, как личностных (лидерство, инициативность, уверенность, решительность и т. п.), так и различий в возможностях и в темпе выполнения заданий и др. Это способствует успешному развитию каждого ребенка и его эмоциональному благополучию.

9. Принцип учета основных когнитивных стилей или модальностей обучения.

10. Принцип стимулирования рефлексивной позиции ребенка, означающий создание условий для поиска оптимальных средств и способов взаимодействия, позволяющих ребенку познать и реализовать себя.

11. Принцип учета специфики развития мальчиков и девочек, их позиционирования в культурной практике, а также принципы, необходимость учета которых позволяет достичь планируемых результатов на основе концепции:

– принцип обогащения (амплификации) детского развития

– получение опыта самоопределения и саморегуляции, созидательного отношения к миру и себе самому, формирование и развитие желания учиться постоянно и самостоятельно через игру и различные виды деятельности, через поддержку детской инициативы, исследовательской активности, любознательности, поддержку в реализации собственного потенциала в развивающей среде, предоставляющей инструменты и возможности, которыми он может воспользоваться, осуществлять поиск ответов на свои вопросы, возможность высказывать свое мнение, аргументировать собственную позицию и умение слышать и принимать позицию другого;

– принцип эмоционального благополучия через позитивный эмоциональный фон, способствующий укреплению чувства защищенности, веры в себя и настойчивости в достижении поставленных целей в мотивированной, творческой деятельности;

– принцип предоставления возможностей для проявления детской инициативы в планировании образовательной деятельности, ее поддержки и стимулирования.

– принцип содействия, сотрудничества – использования и поддержки в воспитании детей партнерских доброжелательных отношений между взрослыми и детьми, через полноправное участие ребенка в образовательном процессе, приобретение им собственного культурного опыта общения, освоения и осмысления окружающего мира (природного, социального) как исследователя и партнера в самостоятельной и совместной деятельности с другими детьми и взрослыми;

– принцип привлечения и использования в реализации программы потенциала семьи – родители участники, соавторы программы, осведомлены обо всех ее изменениях, о достижениях детей; они включены в творческий, постоянный, слаженный коллектив взрослых, заинтересованных в развитии ребенка;

– принцип особой роли в реализации программы социальной и развивающей предметной пространственной среды.

Проект «Урал - мой край родной»

1. Принцип преемственности (каждый следующий этап базируется на сформированных навыках, формирует «зону ближайшего развития»)

2. Принцип вариативности (обеспечивает возможность выбора содержания образования, форм и методов обучения и воспитания с учетом интересов и возможностей каждого ребенка, учетом социальной ситуации его развития)

3. Принцип возрастной адекватности (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития воспитанников)

4. Принцип наглядности (реализуется при помощи средств наглядности, под которыми понимаются способы, с помощью которых педагог демонстрирует воспитанникам объект познания)

5. Принцип интеграции видов детской деятельности: коммуникативной, двигательной, познавательно-исследовательской, художественно-творческой. Обеспечивает необходимые условия для появления нового образовательного продукта (нового знания, рисунков, поделка, танец, театральная постановка и т.д.)

6. Деятельностный подход (организация образовательного процесса, которая способствует формированию личности воспитанника в процессе его собственной познавательной деятельности)

7. Принцип систематичности (реализуется через структуру содержания образования, а также в логике построения каждого конкретного занятия).

1.4 Значимые для разработки Программы характеристики

Основные участники реализации Программы: педагоги, обучающиеся, родители (законные представители).

Социальными заказчиками реализации Программы как комплекса образовательных услуг выступают, в первую очередь, родители (законные представители) обучающихся, как гаранты реализации прав ребенка на уход, присмотр и оздоровление, воспитание и обучение.

Особенности разработки Программы:

- условия, созданные в ДОО для реализации целей и задач Программы;

- социальный заказ родителей (законных представителей);
- детский контингент;
- кадровый состав педагогических работников;
- культурно-образовательные особенности МА ДОУ № 46;
- климатические особенности;
- взаимодействие с социумом.

1.4.1 Учет специфики национальной культуры и иные условия (см. ООП ДО МА ДОУ № 46 стр. 14)

1.5 Возрастные характеристики особенностей развития детей, воспитывающихся в МА ДОУ (см. ООП ДО МА ДОУ № 46 стр. 17)

Посещают МА ДОУ 139 воспитанника раннего и дошкольного возраста, что соответствует СанПиН СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях».

Распределение воспитанников по группам

Группа	Всего
Группа раннего возраста	17
Младшая группа (3-4 года)	19
Средняя группа (4-5 лет)	25
Старшая группа (5-6 лет)	37
Подготовительная к школе группа компенсирующего вида для детей с нарушениями речи (6-7 лет)	10
Подготовительная к школе группа (6-7 лет)	31

Состояние здоровья воспитанников (чел)

Группа здоровья				
I	II	III	IV	V
127	11	1	-	-

В организации образовательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы максимально учитываются возрастные характеристики детей дошкольного возраста и индивидуальные характеристики воспитанников МА ДОУ, а также индивидуальные особенности и состояние здоровья воспитанников.

Воспитанники с подготовительной и специальной группой здоровья занимаются вместе с остальными детьми, но выполняют только разрешенные упражнения.

МА ДОУ посещает 2 ребенка - инвалида. Для организации образовательной деятельности с детьми-инвалидами учитывается характеристика заболевания.

На основании индивидуальных программ реабилитации или абилитации ребенка-инвалида выдаваемой федеральными государственными учреждениями медико-социальной экспертизы, воспитанники нуждаются в мероприятиях медицинской и социальной реабилитации. Образовательная деятельность ведется по адаптированным образовательным программам.

Для детей с нарушениями сердечно-сосудистой системы занятия физической культурой проводятся с учетом возрастных особенностей развития и границ допустимых нагрузок.

Характеристика физического развития детей с ТНР

В следствии нарушения развития речи, у детей наблюдаются отрицательные изменения в сенсорной, интеллектуальной, эмоциональной-волевой и регуляторной сферах. Отмечается недостаточная устойчивость внимания, ограниченные возможности его распределения. У

детей снижается вербальная память, продуктивность запоминания, но остаются сохранной смысловая и логическая память.

Дети с ТНР забывают сложные инструкции, элементы и последовательность заданий. Им присуще некоторое отставание в развитии двигательной сферы, проявляющееся плохой координацией движений, неуверенностью в выполнении дозированных движений, снижением скорости и ловкости движений, трудностью реализации сложных двигательных программ, требующих пространственно-временной организации движений (общих, мелких, артикуляторных).

Физическое развитие и **двигательные способности детей с ЗПР** находятся в тесной взаимосвязи с их психическим и физическим здоровьем, даже негрубая дисфункция психической сферы может привести к недоразвитию сложных и дифференцированных движений и действий. Поэтому основная работа проводится по развитию общей и мелкой моторики, координационных способностей, развитию правильного дыхания.

Особенности физического развития детей с РАС (расстройством аутистического спектра). У детей с расстройством аутистического спектра нарушена крупная и мелкая моторика, координация движений. Плавность, точность и ритмичность движений прослеживаются не всегда, в телесном и окружающем пространстве дети с РАС ориентируются с трудом.

Занятия по физической культуре необходимо начинать с того, что ребенку уже знакомо, и что он умеет выполнять. Новый материал необходимо вводить постепенно, чтобы не вызвать негативные реакции на занятия или полный отказ от них. Важно учитывать особенности ребенка, его интересы и уровень развития. Для ребенка с РАС необходим твердый график занятий и четкая структура занятия: ритуалы приветствия и прощания, порядок выполнения упражнений на занятии.

1.6 Планируемые результаты реализации Программы

1.6.1 Планируемые результаты освоения обязательной части Программы

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности ДО делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров ДО и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка к завершению ДО.

Реализация образовательных целей и задач Программы направлена на достижение целевых ориентиров ДО, которые описаны как основные характеристики развития ребенка.

Основные характеристики развития ребенка представлены в виде перечисления возможных достижений воспитанников на разных возрастных этапах дошкольного детства.

В соответствии с ФГОС ДО в образовательной области «Физическое развитие» относятся следующие социально – нормативные возрастные характеристики возможных достижений воспитанника.

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

- ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;

- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре, ребенок владеет разными формами и видами игры,

различает условную и реальную ситуацию, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;

- 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 со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены.

Планируемые результаты к концу реализации Программы по обучению плавания у воспитанников:

- сформированность в процессе обучения плаванию элементарных технических навыков, эмоционально положительное отношение к плаванию;

- достаточный, в соответствии с возрастом уровень физической подготовленности, наличие необходимых психофизических и морально-волевых качеств личности;

- улучшение функционального состояния организма – гармоничное развитие всех мышц тела, укрепление опорно-двигательного аппарата, повышение функций сердечно-сосудистой и дыхательной систем;

Ребенок знает:

- основные правила безопасности на воде;

- владеет правилами личной гигиены;

- знает основы здорового образа жизни;

- имеет представления о стилях плавания (кроль на груди и на спине, брасс, дельфин);

- умеет погружаться в воду с головой, выполнять выдох в воду;

- выполняет скольжение на груди и на спине с опорой и без, с работой рук, с работой ног;

- умеет плавать способом кроль на груди и на спине с полной координацией движений.

Физические качества: ребенок физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Самостоятельно выполняет доступные возрасту физические навыки в бассейне.

Сформированность основных физических качеств и потребности в двигательной активности.

- двигательные умения и навыки.

- двигательные способности и навыки в бассейне.

- навыки здорового образа жизни.

Вторая младшая группа (3 – 4 года):

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья воспитанников;

- проявление интереса к занятиям в бассейне, умение пользоваться оборудованием;

- воспитание культурно-гигиенических навыков;

- проявление положительных эмоций, активности в самостоятельной и двигательной деятельности в бассейне;

- сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;

- накопление и обогащение двигательного опыта детей, проявление самостоятельности в использовании спортивного оборудования (круги, доски, тонущие игрушки, мячи);

- сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности, физическом совершенствовании и проявлении творчества при выполнении самостоятельных упражнений, в играх на воде.

Средняя группа (4 – 5 лет):

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья воспитанников;

- проявление активности и инициативности ребенка в играх на воде;

- создание эмоционально – положительного климата при проявлении самостоятельных – специальных упражнений, создание ситуаций успеха;

- воспитание культурно-гигиенических навыков;

- самостоятельное и творческое использование инвентаря для деятельности на воде;

- сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;

- накопление и обогащение двигательного опыта детей в воде;
- сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании в бассейне.

Старшая группа (5 – 6 лет):

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья воспитанников; привлечение к участию с элементами спортивных игр (водное поло, искатели, синхронное плавание, аквааэробика);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей в бассейне;
- способность проявлять самостоятельность, творчество, выразительность и грациозность в движениях;
- овладение самостоятельной организацией знакомых игр;
- проявление интереса к водным видам спорта и физической активности в бассейне.

Подготовительная к школе группа (6 – 7 лет):

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья воспитанников;
- развитие физических качеств в условиях бассейна;
- накопление и обогащение двигательного опыта детей, активное участие в играх с элементами водных видов спорта;
- овладение основными видами движения, самостоятельная организация знакомых игр, придумывание собственных игр и упражнений в воде;
- проявление интереса к физической культуре и плаванию, отдельным достижениям в области спорта (плавания), желание посещать спортивные секции по плаванию;
- активное участие в соревнованиях по плаванию разного уровня.

1.6.2. Планируемые результаты освоения Программы в части, формируемой участниками образовательных отношений.

Планируемые результаты по освоению программы по обучению плаванию детей дошкольного возраста (Т.И. Осокиной «Программа по обучению плаванию детей в детском саду»)

Для воспитанников 5 года жизни: Ребенок имеет начальные представления о свойствах воды, о пользе плавания, самостоятельно окунается в воду и не боится брызг; умеет выполнять разные виды передвижений в воде (активно передвигаться вперед и назад, преодолевая сопротивление воды, подпрыгивать, бегать). Умеет выполнять погружения в воду с головой с задержкой дыхания; открывать глаза в воде; выполнять вдох и выдох в воду; принимать горизонтальное положение в воде, опираясь на руки. Осваивает всплывание и лежание на воде. Выполняет движения ногами в скольжении на груди с доской в руках; пытается плавать на груди, правильно сочетая движения ног и выполнение дыхания. Умеет соблюдать правила личной гигиены.

Для воспитанников 6 года жизни: Ребенок имеет представления о правилах безопасности на воде; об оздоровительном значении плавания; о технике плавания кролем на груди и на спине. Умеет всплывать и лежать на воде; скользить на груди и на спине с помощью движений ног и без; чередует вдох с выдохом в воду. Выполняет движения ногами при плавании с доской в руках на груди и на спине. Умеет правильно сочетать плавание на груди с доской в руках с дыханием. Выполняет движение рук, как при плавании кролем на суше и в воде, стоя на месте, а также с продвижением вперед мелкими шагами. Пытается плавать на груди, правильно сочетая движения ног и дыхания; стремится проплыть все большее и большее расстояние. Умеет соблюдать правила личной гигиены.

Для воспитанников 7 года жизни: Ребенок знает о правилах безопасности на воде, о технике плавания, об оздоровительном и прикладном значении плавания. Умеет всплывать и лежать на воде; умеет скользить на груди и на спине с помощью движений ног и без; выполнять движения ногами при плавании с доской в руках на груди и на спине. Умеет правильно сочетать плавание на груди с доской в руках с дыханием; выполняет движение рук, как при плавании кролем на суше и в воде, стоя на месте, а также с продвижением вперед мелкими шагами. Умеет регулярно чередовать вдох с выдохом в воду, умеет поворачивать

голову в сторону для правильного вдоха и выдоха в скольжении с помощью движения ног. Согласовывает ритмичный вдох и выдох с движениями рук и ног при плавании облегченным способом «крюль на груди». Умеет плавать на спине, сочетая полную координацию движений с дыханием, преодолевая все большее расстояние. Соблюдает правила личной гигиены.

Образовательная программа дошкольного образования «СамоЦвет»

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в игре, общении, конструировании и других видах детской активности. Способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;
- ребенок положительно относится к миру, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства. Активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;
- ребенок обладает воображением, которое реализуется в разных видах деятельности и прежде всего в игре. Ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, следует игровым правилам;
- ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может высказывать свои мысли и желания, 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 произвольными 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 со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;
- ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

Планируемые результаты по освоению Проекта «Урал-мой край родной»

- имеет представления о живой природе родного края (о растительности, многообразии деревьев, цветов, трав и т. п.; о животных, птицах, насекомых, особенностях их жизни);
- имеет представления о неживой природе родного края (об особенностях климата, многообразии полезных ископаемых, минералов).
- сформированы представления об истории родного города, края (представления о возникновении города, его основателях, о коренном населении, важных исторических событиях, протекавших в данном регионе, исторических личностях, внесших вклад в развитие родного города, края);
- имеет представления о достопримечательностях и исторических местах родного города (о памятниках архитектуры, музейных комплексах и пр.).
- сформированы представления о символах региона, города (о флаге, гербе как области, так и города, их цветовой символике, о значении каждого элемента на гербе и пр.);
- ориентирован на сотрудничество, дружелюбен, способен участвовать в общих делах, способен уважительно относиться к тем, кто является не похожим по национальным признакам;
- знает некоторые способы налаживания межэтнического общения с детьми других этносов и использует их при решении проблемно-игровых и реальных ситуаций взаимодействия;
- обладает чувством разумной осторожности, выполняет выработанные обществом нормы и правила поведения (в природе, социальной действительности).

1.7. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности

(см. ООП ДО МА ДОУ № 46 стр. 42)

С целью оценки эффективности работы по Программе предусмотрено систематически проводить мониторинг образовательного процесса, т. е. осуществлять сбор данных о степени реализации образовательных целей, поставленных в Программе, в том числе, об индивидуальных особенностях развития каждого ребенка. Важнейшим способом педагогического мониторинга является систематическое наблюдение за изменениями в физическом развитии детей, получение информации об индивидуальных особенностях каждого ребенка и динамике его продвижения в развитии.

Оценка качества обучения плаванию детей дошкольного возраста строится на методах педагогического и медицинского контроля физического состояния детей. Педагогический контроль осуществляется путём оценки сформированных у детей специфических умений и навыков.

1.8. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

Уровень овладения плавательными навыками оценивается по 4-балльной системе. Сумма баллов по всем тестам на каждом этапе обучения делится на количество тестов получается средний балл. Данные заносятся в сводный протокол и далее, с учетом оценки качества выполнения плавательного упражнения анализируются.

3,5 балла и выше – навык сформирован;

2,5-3,4 балла – навык частично сформирован;

2,4 балла и ниже – навык не сформирован.

Обследование проводится в плавательном бассейне в начале (октябрь) и в конце (апрель-май) учебного года в течении нескольких занятий. При проведении обследования используются следующие методы:

- фронтальный (передвижение в воде, лежание на груди и на спине);
- поточный (скольжение, плавание с надувным кругом при помощи движений ног);
- индивидуальный (погружение, выдох в воду, ориентирование под водой, плавание при помощи движений ног, в полной координации изученными способами).

Оценка качества обучения плаванию детей дошкольного возраста строится на методах педагогического и медицинского контроля физического состояния детей. Педагогический контроль осуществляется путём оценки сформированных у детей специфических умений и навыков.

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 Казаковцевой Т.И. (1994).

Оценка плавательной подготовленности дошкольников по мере решения конкретной задачи.

Возрастная Группа	Задача
Младшая	Делать попытки лежать на воде, делать выдох на границе воды и воздуха.
Средняя	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	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	Тоже, 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 воде	Ходьба вперед и назад (вперед спиной) в воде глубиной до бедер или 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.
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.
	Поднырнуть 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.
	Проплытие тоннеля.
	Поднырнуть 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».
Лежание	Упражнение «Поплавок».
	Упражнение «Звездочка» на груди, на спине.
	Лежание на спине с плавательной доской.

Контрольное тестирование (подготовительная к школе группа)

Навык плавания	Контрольное упражнение
Ныряние	Проплывание «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.
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 упражнение с помощью педагога.
- **Низкий уровень** – указывает на неправильное выполнение движения. Ребенок не выполняет упражнение.

Дети с нарушением психофизического развития и часто болеющие обследуются по тестам предыдущего возраста.

Данные обследования заносятся в протоколы.

РАЗДЕЛ II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ

2.1 Содержание образовательной деятельности обязательной части Программы.

Правильно организованный процесс обучения плаванию оказывает разностороннее развивающее влияние на воспитанников и имеет высокий образовательный эффект. Увеличивается объем не только двигательных умений и навыков, но и знаний, развиваются физические качества и умственные способности детей, воспитываются нравственные и эстетические чувства, волевые качества, вырабатывается осознанное и ответственное отношение к своим поступкам, к взаимоотношениям со сверстниками.

Для реализации данного направления необходимо:

- формировать у воспитанников стремление к самопознанию и физическому совершенствованию при овладении новыми возможностями водной среды;
- целенаправленно развивать основные физические и нравственно волевые качества, побуждать детей к самостоятельному использованию знакомых упражнений, поощрять детей за придуманные собственные упражнения, желание плавать лучше;
- развивать положительные эмоции и дружелюбие, умение общаться со сверстниками, убеждать каждого ребенка в его безграничных возможностях, опираясь в обучении плаванию на его сильные стороны личности.

Характеристика основных навыков плавания.

Навык	Характеристика
Ныряние	Помогает обрести чувство уверенности, учит произвольно, сознательно уходить под воду, ориентироваться там и передвигаться, знакомит 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, способствует развитию выносливости
Дыхание	Ритмичное правильное дыхание, согласованное с ритмом движений, учит преодолевать давление воды, развивает дыхательную мускулатуру. Тесно связано со всеми навыками.

Закономерность поэтапного формирования навыков плавания

Результат (задачи)	Возраст детей
1 этап	
Знакомство с водой, ее свойствами. Освоение безбоязненного уверенного передвижения по дну с помощью и самостоятельно. Совершать простейшие действия, играть	Младший дошкольный возраст
2 этап	
Приобретение детьми умений и навыков, которые помогают чувствовать себя в воде достаточно надежно (всплывать, лежать, скользить, самостоятельно выполнять выдох в воду)	Средний дошкольный возраст
3 этап	
Обучение плаванию определенным способом (согласованность движений рук, ног, дыхания).	Старший дошкольный возраст
4 этап	
Продолжение усвоения и совершенствования техники способа плавания, простых поворотов.	Старший дошкольный и подготовительный к школе возраст

Методика обучения плаванию детей дошкольного возраста

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 воспитанников, закрепляются и совершенствуются при использовании различных средств обучения плаванию.

1. *Общеразвивающие и специальные упражнения «суша»:*

- комплекс подводных 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 воде:*

- спады;
- прыжки на месте и с продвижением;

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.

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.

Становление ценностей здорового образа жизни (далее ЗОЖ), формирование привычек:

- способствовать повышению сопротивляемости организма к неблагоприятным факторам внешней среды путем закаливания;
- укреплять мышцы тела, нижних конечностей;
- формировать правильное дыхание;
- формировать гигиенические навыки (самостоятельно раздеваться в определенной последовательности, мыться под душем, пользуясь мылом и губкой, насухо вытираться при помощи взрослого, сушить волосы), одеваться в определенной последовательности.

Обучать правилам поведения на воде:

- осторожно ходить по обходным дорожкам;
- спускаться в воду друг за другом с поддержкой инструктора и самостоятельно спиной к воде;
- не толкаться и не трогать руками товарищей;
- слушать и выполнять все указания инструктора.

Один раз в месяц во всех возрастных группах проводится игровое (на основе разнообразных подвижных игр, игр - эстафет) занятие. Такие занятия целесообразно использовать для снятия напряжения после занятий с повышенной интеллектуальной нагрузкой, для закрепления движений в новых условиях, обеспечения положительных эмоций. Вводная часть такого занятия может быть недолгой, так как подготовку организма к нагрузкам продолжит игра малой или средней подвижности.

2.1.1. Модуль: Обучение плаванию детей четвертого года жизни

Во второй младшей группе проходит период освоения детей в воде. Начинается этап, связанный с приобретением детьми умений и навыков, которые помогут им чувствовать себя в воде достаточно надежно, легко и свободно передвигаться в ней, совершать различные, целенаправленные движения. В то же время дети знакомятся с некоторыми свойствами воды - сопротивлением, поддерживающей силой и др.

Раздел «Плавание»

Задачи:

1. Адаптировать детей к водному пространству:

- познакомить детей с доступными их пониманию свойствами воды: мокрая, прохладная, ласковая и пр.;
- учить не боясь входить в воду и выходить из воды, свободно передвигаться в водном пространстве;
- учить задерживать дыхание (на вдохе), выполнять погружение и лежание на поверхности воды.

2. Приобщать детей к плаванию:

- учить скользить с надувным кругом и без него;
- научить выдоху в воду;
- формировать попеременное движение ног (способом кроль);
- учить плавать облегченным способом.

Упражнения и игры

«Цапля», «Паровозик», «Самолет летит», «Краб», «Рак», «Крокодил», «Морские змеи», «Птички умываются», «Пройди через тоннель», «Подводная лодка», «Посмотри на рыбку», «Рыбки песенки поют», «Бегемотики», «Фонтан», «Дельфинчики», «Звезда», «Лодочка», «Пузырь», «Рыбка», «Дождик», «Карусели», «Мы в аквапарке», «Щука и рыба», «Оса», «Усатый сом», «Найди клад», «Сердитая рыбка», «Жучок - паучок», «Затейники».

Раздел «Здоровье»

Задачи:

1. Способствовать повышению сопротивляемости организма к неблагоприятным факторам внешней среды.

2. Укреплять мышцы тела, нижних конечностей.

3. Формировать «дыхательное удовольствие».

4. Формировать гигиенические навыки:

- самостоятельно раздеваться в определенной последовательности;
- мыться под душем, пользуясь мылом и губкой;
- насухо вытираться при помощи взрослого;
- одеваться в определенной последовательности.

5. Учить правилам поведения на воде:

- осторожно ходить по обходным дорожкам;
- спускаться в воду друг за другом с поддержкой инструктора и самостоятельно;
- не толкаться и не торопить впереди идущего;
- слушать и выполнять все указания инструктора.

Перспективный план образовательной деятельности детей младшего дошкольного возраста

Задачи	Занятия № 1-5	Занятия № 6-10	Занятия № 11-15	Занятие № 16
Обучающие	1. Ознакомление со свойствами воды. 2. Обучение легкому, свободному передвижению в воде. 3. Обучение выдоху в воду. 4. Обучение погружению в воду. 5. Формирование умения самостоятельно раздеваться, мыться, одеваться.	1. Обучение попеременным движениям ног способом кроль. 2. Обучение лежанию на воде. 3. Обучение ориентированию в воде.	1. Обучение скольжению с надувным кругом и без него. 2. Обучение плаванию облегченным способом. 3. Закрепление пройденного материала	Подготовка и сдача норм первого этапа обучения плаванию.
Оздоровительные	Повышение сопротивляемости организма к неблагоприятным факторам внешней среды.	1. Укрепление мышц тела, нижних конечностей. 2. Повышение функциональных возможностей.	Повышение функциональных возможностей организма.	Активация обменных процессов работы центральной нервной системы
Развивающие	Развитие равновесия	Развитие силы	Развитие ловкости, внимания	Развитие выносливости
Воспитательные	Воспитание смелости	Воспитание положительного отношения к занятиям	Воспитание решительности, выдержки	Воспитание организованности

2.1.2. Модуль: Обучение плаванию детей пятого года жизни

К средней группе дети уже достаточно освоились в воде. Начинается новый этап: приобретение навыков плавания, таких как ныряние, лежание, скольжение, прыжки в воду, контролируемое дыхание, которые помогают чувствовать себя в воде достаточно надежно. Обучение нацелено на формирование умения находиться в воде в безопорном положении. Двигательные навыки, приобретенные в младшем возрасте, закрепляются уже на большей глубине. Упражнения усложняются, начинается применение плавательных и физических упражнений в воде под музыку. Повышаются требования к самостоятельности, организованности.

Раздел «Плавание»

Задачи:

1. Продолжать учить детей погружаться в воду и ориентироваться в ней.
2. Формировать навык горизонтального положения тела в воде.
3. Продолжать учить плавать облегченными способами.
4. Учить плавать при помощи попеременных движений прямыми ногами способом кроль на груди, спине.

Упражнения и игры

Разнообразные способы передвижения по дну в согласовании с дыханием, движениями рук, погружения в воду с открыванием глаз под водой и доставанием предметов, выдохи в воду, лежание, скольжение на груди, спине, плавание при помощи движений ног способом кроль на груди, спине, плавание облегченными способами. Игры «Догони меня», «Телефон», «Насос», «Аквалангисты», «Моторная лодка», «Торпеда», «Звездочка», «Стрелка», «Поплавок», «Винт», «Рыбак и рыбки», «Затейники», «Найди клад», «Сомбреро», «Веселые ребята», «Салки», «Море волнуется», «Удочка».

Раздел «Здоровье»

Задачи:

1. Продолжать работу по совершенствованию механизма терморегуляции.
2. Способствовать повышению функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем.
3. Укреплять мышечный корсет ребенка.
4. Активизировать работу вестибулярного аппарата.
5. Формировать гигиенические навыки:
 - раздеваться и одеваться в определенной последовательности;
 - аккуратно складывать и вешать одежду;
 - самостоятельно пользоваться полотенцем;
 - последовательно вытирать части тела.

Перспективный план образовательной деятельности детей среднего дошкольного возраста

Задачи	Занятия № 1-5	Занятия № 6-10	Занятия № 11-15	Занятие № 16
Обучающие	1. Дальнейшее обучение плаванию при помощи движений ног способом кроль на груди, спине. 2. Обучение попеременным круговым движениям прямыми руками. 3. Дальнейшее обучение погружению в воду, лежа в ней, открывая глаза. 4. Дальнейшее обучение выдоха в воду	1. Обучение плаванию при помощи движений ног способом кроль на груди в согласовании с дыханием. 2. Обучение скольжению на груди, спине. 3. Дальнейшее обучение движениям рук способом брасс. 4. Закрепление пройденного материала.	1. Обучение скольжению на груди, спине в согласовании с движениями ног способом кроль. 2. Обучение скольжению в согласовании с движениями рук способом кроль. 3. Обучение плаванию комбинированным способом (руки-брасс, ноги- кроль). 4. Совершенствование изученных упражнений.	Подготовка и сдача норм второго этапа обучения плаванию.
Оздоровительные	1. Повышение сопротивляемости организма к неблагоприятным условиям внешней среды 2. Укрепление мышц тела верхних и нижних конечностей	Повышение функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем	1. Повышение функциональных возможностей организма 2. Активизация работы вестибулярного аппарата	Активизация обменных процессов работы центральной нервной системы
Развивающие	Развитие внимания, силы, быстроты	Развитие выносливости	Развитие гибкости и ловкости	Развитие выносливости
Воспитательные	1. Повышение эмоционального тонуса 2. Воспитание выдержки	Воспитание уверенности в своих силах, смелости	Воспитание нравственно-волевых черт личности (сдержанности, дисциплинированности, честности)	Воспитание выдержки

2.1.3. Модуль: Обучение плаванию детей шестого года жизни

К старшей группе дети хорошо передвигаются в воде. Продолжается закрепление основных навыков плавания.

Раздел «Плавание»

Задачи:

1. Продолжать учить скользить на груди, спине с различным положением рук.

2. Учить согласовывать движения ног с дыханием.
3. Изучать движения рук способами кроль на груди, спине, брасс, дельфин.
4. Учить плавать кролем на груди, спине в полной координации.
5. Изучать движения ног способом дельфин.

Упражнения и игры

«Звездочка», «Стрелка», «Винт», «Поплавок», «Торпеда», «Стрелка» — «Звездочка» — «Стрелка». Плавание при помощи движений ног способами дельфин, кроль на груди, спине, в согласовании с дыханием. Плавание при помощи движений рук способами кроль на груди, спине, брасс, дельфин, плавание кролем на груди, спине, комбинированными способами. Игры «Море волнуется», «Буксир», «Невод», «Салки» с мячом, шайбой, «Поплавок», «Затейники», «Пушбол», «Караси и карпы», «Веселые ребята», разнообразные эстафеты.

Раздел «Здоровье»

Задачи:

1. Способствовать закаливанию организма.
2. Повышать общую и силовую выносливость мышц.
3. Увеличивать резервные возможности дыхания, жизненной емкости легких.
4. Активизировать обменные процессы и работу центральной нервной системы.
5. Формировать гигиенические навыки:
 - научить быстро, аккуратно раздеваться, одеваться;
 - самостоятельно мыться под душем с мылом и губкой;
 - тщательно вытирать все тело в определенной последовательности;
 - осторожно сушить волосы под феном.

Перспективный план образовательной деятельности детей старшего дошкольного возраста

Задачи	Занятия № 1-5	Занятия № 6-10	Занятия № 11-15	Занятие № 16
Обучающие	1. Обучение плаванию кролем на груди при помощи движений рук при задержанном дыхании 2. Обучение плаванию на груди при помощи движений ног в согласовании с дыханием (вдох во время поворота головы в сторону) 3. Обучение плаванию кролем на груди в полной координации при задержанном дыхании 4. Обучение плаванию кролем на спине при помощи движений рук 5. Обучение плаванию кролем на спине при помощи движений ног 6. Обучение плаванию при помощи движений рук способом брасс в согласовании с дыханием 7. Дальнейшее обучение скольжению на груди, спине	1. Обучение плаванию кролем на груди, спине в полной координации 2. Обучение плаванию при помощи движений рук способом дельфин в согласовании с дыханием 3. Обучение плаванию комбинированным способом (руки-дельфин, ноги-кроль) 4. Дальнейшее обучение плаванию на груди, спине при помощи движений рук, ног способом кроль в согласовании с дыханием 5. Закрепление пройденного материала	1. Обучение плаванию способом дельфин при помощи движений ног 2. Обучение плаванию комбинированным способом в согласовании с дыханием 3. Дальнейшее обучение плаванию кролем на груди, спине в полной координации 4. Совершенствование изученных упражнений	Подготовка и сдача норм третьего этапа обучения плаванию
Оздоровительные	1. Повышение сопротивляемости организма к неблагоприятным условиям внешней среды 2. Укрепление дыхательной мускулатуры, улучшение подвижности грудной клетки	1. Повышение общей и силовой выносливости мышц 2. Увеличение резервных возможностей дыхания, жизненной емкости легких	Повышение функциональных возможностей организма	Активизация обменных процессов работы центральной нервной системы

Развивающие	Развитие гибкости	Развитие силы, выносливости	Развитие ловкости	Развитие выносливости
Воспитательные	Воспитание воли, целеустремленности	Воспитание чувства товарищества, выдержки	Воспитание сознательной дисциплины, организованности	Воспитание уверенности в своих силах

2.1.4. Модуль: Обучение плаванию детей седьмого года жизни

В подготовительной к школе группе завершается обучение в детском саду. Но это не означает, что дети полностью овладевают технически правильными способами плавания. Большинство из них осваивает плавание кролем на груди и на спине в общих чертах. Их движения еще недостаточно слитны и точны, наблюдается нарушение ритма. Конечной целью не является обучение спортивному плаванию. Дети должны освоиться с водой, преодолеть водобоязнь, получить азы техники плавания. Главное необходимо научить маленьких пловцов пользоваться приобретенными навыками в различных сочетаниях и в самых разнообразных упражнениях, заложив прочную основу для дальнейших занятий, выработать привычку к навыкам здорового образа жизни. На этом этапе продолжается усвоение и совершенствование плавательных движений. В играх и упражнениях воспитывается самостоятельность, организованность, решительность, уверенность в своих силах, инициативность, умение творчески использовать приобретенные навыки.

Раздел «Плавание»

Задачи:

1. Продолжать совершенствовать движения ног в плавании способом кроль на груди, спине.
2. Изучать движения ног способом брасс.
3. Обучать плаванию способами брасс, дельфин в полной координации.
4. Закреплять и совершенствовать навык плавания при помощи движения рук с дыханием всеми способами.
5. Закреплять и совершенствовать навык плавания кролем на груди, спине, комбинированными способами в полной координации.
6. Учить плавать под водой.
7. Обучать прыжкам в воду с подставки.
8. Поддерживать желание нырять, обучать правильной технике ныряния.
9. Учить расслабляться на воде, обучать способам отдыха.
10. Поддерживать выбор ребенком способа плавания, уважать его индивидуальные предпочтения.

Упражнения и игры

Скольжение с различным положением рук, «Торпеда» с различным положением рук, ныряние, плавание при помощи движений ног, рук в согласовании с дыханием, в полной координации кролем на груди, спине, комбинированными способами. Игры «У кого больше пузырей?», «Салки» с предметами, фиксированным положением на воде, «Охотники и утки», «Белые медведи», «Невод», «Веселые ребята», «Пушбол», «Удочка», «Переправа», «Разноцветные мячи», разнообразные эстафеты, «Водное поло».

Раздел «Здоровье»

Задачи:

1. Способствовать укреплению здоровья ребенка, его гармоничному психофизическому развитию.
2. Совершенствовать опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку.
3. Повышать работоспособность организма.
4. Обучать приемам самопомощи и помощи тонущему.

5. Приобщать к здоровому образу жизни.
6. Формировать гигиенические навыки:
 - быстро раздеваться и одеваться;
 - правильно мыться под душем, оказывая помощь друг другу, пользуясь индивидуальными губками;
 - насухо вытираться;
 - сушить волосы под феном;
 - следить за чистотой принадлежностей для бассейна.

Перспективный план образовательной деятельности детей старшего дошкольного возраста (до 7 лет)

Задачи	Занятия № 1-5	Занятия № 6-10	Занятия № 11-15	Занятие № 16
Обучающие	1. Совершенствование движений ног в плавании способом кроль на груди, спине 2. Закрепление и совершенствование навыка плавания при помощи движений рук способами кроль на груди, спине, брасс, дельфин – в согласовании с дыханием 3. Закрепление и совершенствование навыка плавания кролем на груди, спине в полной координации 4. Закрепление навыка плавания при помощи движения ног способом дельфин 5. Закрепление и совершенствование навыка плавания комбинированными способами (руки-брасс, ноги-кроль, руки- дельфин, ноги - кроль)	1. Обучение плаванию при помощи движений ног способом брасс 2. Обучение плаванию способом брасс, дельфин в полной координации 3. Закрепление и совершенствование изученных способов плавания	1. Обучение плаванию под водой 2. Обучение приемам самопомощи и помощи тонущему 3. Закрепление и совершенствование изученных способов плавания	Подготовка и сдача норм четвертого этапа обучению плаванию
Оздоровительные	1. Укрепление мышечного корсета, силы мышц кур, ног 2. Закаливание организма	1. Укрепление дыхательной мускулатуры 2. Улучшение подвижности грудной клетки 3. Увеличение резервных возможностей дыхания	Повышение функциональных возможностей организма, прежде всего сердечно-сосудистой и дыхательной систем	Активация обменных процессов, работы центральной нервной системы
Развивающие	Развитие гибкости	Развитие силы, выносливости	Развитие ловкости	Развитие выносливости
Воспитательные	Воспитание воли, выдержки	Воспитание целеустремленности, сообразительности	Воспитание настойчивости в достижении цели, честности	Воспитание уверенности в своих силах, сдержанности

2.2 Содержание образовательной деятельности части, формируемой участниками образовательных отношений

Задачи образовательной деятельности с учетом парциальной программы Т.И.Осокиной «Программа по обучению плаванию детей в детском саду»			
3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
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.	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.	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. Разучивать попеременные и одновременные движения руками	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. Учить различным прыжкам в воду, научить прыжку ногами вперед, головой вперед. Учить выполнять попеременные движения ногами во время скольжения на груди и на спине. Учить 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.
Содержание образовательной деятельности			
Период освоения детей в воде. Начинается этап, связанный с приобретением детьми умений и навыков, которые помогут им чувствовать себя в воде достаточно надежно, легко и свободно передвигаться в ней, совершать различные, целенаправленные движения. В то же время дети знакомятся с некоторыми свойствами воды - сопротивлением, поддерживающей силой и др. Гигиенические навыки: пытаться самостоятельно раздеваться, одеваться и вытираться; принимать	К средней группе дети уже достаточно освоились в воде. Начинается новый этап: приобретение навыков плавания, таких как ныряние, лежание, скольжение, прыжки в воду, контролируемое дыхание, которые помогают чувствовать себя в воде достаточно надежно. Обучение нацелено на формирование умения находиться в воде в без опорном положении. Двигательные навыки, приобретенные в младшем возрасте, закрепляются уже на большой глубине. Упражнения усложняются, начинается	К старшей группе дети хорошо передвигаются в воде. Продолжается закрепление основных навыков плавания. Гигиенические навыки: самостоятельно раздеваться, одеваться и вытираться; принимать душ, знать личные вещи.	На этом этапе продолжается усвоение и совершенствование плавательных движений. В играх и упражнениях воспитывается самостоятельность, организованность, решительность, уверенность в своих силах, инициативность, умение творчески использовать приобретенные навыки.

душ, знать личные вещи.	применение плавательных и физических упражнений в воде под музыку. Повышаются требования к самостоятельности, организованности. Гигиенические навыки: пытаться самостоятельно раздеваться, одеваться и вытираться; принимать душ, знать личные вещи. Правила поведения: знать основные правила поведения, соблюдать их; реагировать на замечания преподавателя, выполнять его команды.		
-------------------------	--	--	--

Формы, средства, методы и приемы совместной деятельности педагога с детьми

Методы обучения.

Словесные: объяснения, в форме образных выражений и сравнений, рассказ, беседа, 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.

Общеразвивающие и специальные упражнения «суша»:

- комплекс подводных 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;
- всплытие 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 выдохом 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.			
Задачи и содержание образовательной деятельности с учетом проекта «Урал-наш край родной»			
«Здоровье ребенка» Дать детям элементарные сведения о своем организме. Убедить в необходимости заботиться и беречь свои органы (глаза, руки, ноги, уши и т.п.). Учить видеть красоту в чистоте и опрятности. Формировать бережное отношение к природным объектам. Формировать представление о правилах поведения в природе. Воспитывать привычку обращаться к взрослым за советом. Учить соблюдать правила гигиены при общении с животными. Познакомить детей с элементарными правилами обращения с водой (лед, кипяток) Уточнить знания детей об окружающих людях (родные, близкие, знакомые и незнакомые). Объяснить разницу во взаимоотношениях с ними.	«Здоровье ребенка» Расширить представления детей о профессиях. «Ребенок и природа» Учить различать лекарственные и ядовитые растения. Познакомить детей с самыми распространенными опасными растениями, которые нельзя трогать руками, нюхать, пробовать на вкус. Приучать детей быть осторожными с незнакомыми растениями. Обратить внимание детей, как много вокруг разных жучков и паучков. Убедить их в необходимости соблюдать осторожность в общении с ними. «Эмоциональное благополучие ребенка» Обратить внимание детей на причины возникновения страхов, их отрицательное влияние на состояние здоровья человека. Разъяснить детям, как можно бороться со страхами, чтобы быть спокойным и уверенным. Закрепить знания детей о значении дружбы в жизни человека. Показать на примере литературных произведений, как нужно выбирать себе друзей. Дать детям понятие, что такое настроение. Учить детей определять свое настроение и регулировать его.	«Здоровье ребенка» Формировать у ребенка представление о здоровье как одной из главных ценностей жизни. «Ребенок и природа» Учить детей использовать лекарственные растения в качестве антисептика. Углублять представления детей о пользе и вреде воды. Познакомить их с опасными ситуациями, возникающими около воды и на воде. Убедить в необходимости выполнять правила поведения на воде. Формировать бережное отношение к природным объектам. Познакомить с приметами, позволяющими определить погоду; учить пользоваться ими. «Эмоциональное благополучие ребенка» Познакомить детей с понятиями «ссора», «конфликт». С причинами их возникновения и негативными последствиями для человека. Учить избегать ссор, находить примирение и согласие. Уточнить знания детей о доброте. Убедить в необходимости осознанного проявления отзывчивости. Продemonстрировать, как может меняться у человека настроение. Рассказать, как оно отражается на состоянии здоровья.	«Здоровье ребенка». формирование у детей ценностей здорового образа жизни, развивать представление о пользе, целесообразности физической активности и личной гигиены, о значении профилактики заболеваний. Уточнять знания о различных видах закаливания и оздоровительных мероприятиях: дыхательной гимнастике, воздушных и солнечных ваннах, витаминно-, фито-, физиотерапии, массаже «Ребенок и природа». Формировать бережное отношение к природным объектам. Показать взаимосвязь и взаимодействие природных объектов. Дать представление о том, что ухудшение экологической ситуации представляет угрозу здоровью человека. обратить внимание детей на отравления, их причины и последствия. Учить различать съедобные и ядовитые грибы. Познакомить детей с компасом. Учить их пользоваться компасом. Познакомить со способами определения времени в природных условиях. Формировать навыки поведения во время грозы, бури, метели. «Эмоциональное благополучие ребенка» Учить ребенка различать добро и зло. Побуждать их совершать добрые поступки, влияющие положительно на окружающих

Формы, средства, методы и приемы совместной деятельности педагога с детьми
- образовательные ситуации и игровые тренинги, обеспечивающие углубление представлений о правилах безопасного поведения и знакомство с приемами первой помощи в случае травмы в двигательной деятельности; - обсуждение с детьми их опыта организации совместных народных подвижных игр; - рассматривание детских фотографий родителей, бабушек, дедушек, воспитателя на физкультуре, на соревнованиях; знаменитых спортсменов малой родины, родного края; - подвижные игры народов Урала; - элементы спортивных игр; - краткосрочные, длительные проекты.
Задачи образовательной деятельности программы «СамоЦвет»
1. Создать условия для становления у ребенка ценностей здорового образа жизни, овладения его элементарными нормами и правилами. 2. Способствовать приобретению опыта в двигательной деятельности, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация, ловкость, быстрота, гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений. 3. Создать условия для развития представлений ребенка о своем теле и своих физических возможностях. 4. Способствовать формированию телесной идентификации, становлению у ребенка целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере. 5. Создать условия для формирования начальных представлений ребенка о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами. Реализация содержательных линий культурных практик ребенка 3-4 лет Ссылка на страницу Программы «СамоЦвет» «Культурная практика здоровья» стр. 249 - 251 «Двигательная культурная практика» стр. 251 – 254 Реализация содержательных линий культурных практик ребенка 4 – 5 лет Ссылка на страницу Программы «СамоЦвет» «Культурная практика здоровья» стр. 255 - 258 «Двигательная культурная практика» стр. 258 – 261 Реализация содержательных линий культурных практик ребенка 5 - 6 лет Ссылка на страницу Программы «СамоЦвет» «Культурная практика здоровья» стр. 262 - 266 «Двигательная культурная практика» стр. 266 – 270 Реализация содержательных линий культурных практик ребенка 6 – 7 лет Ссылка на страницу Программы «СамоЦвет» «Культурная практика здоровья» стр. 270 - 273 «Двигательная культурная практика» стр. 273 – 277

2.3 Вариативные формы, способы, методы и средства реализации

Программы

Формы, способы, методы и средства реализации Программы определены в соответствии с задачами воспитания и обучения, возрастными и индивидуальными особенностями детей, спецификой их образовательных потребностей и интересов. Существенное значение имеют сформировавшиеся у педагога практики воспитания и обучения детей, оценка результативности форм, методов, средств образовательной деятельности применительно к конкретной возрастной группе детей.

Программа построена на реализации технологии деятельностного метода «Ситуация». Суть данной технологии заключается в организации развивающих ситуаций, в которых дети сталкиваются с затруднениями, фиксируют то, что у них пока не получается, выявляют причины затруднений, выходят на формулировку задач (детских целей), а затем в активной деятельности делают свои первые «открытия». Содержание образования проектируется как путь в общечеловеческую культуру. При этом педагог становится организатором, помощником, консультантом детей и выполняет свою профессиональную миссию — быть проводником в мир общечеловеческой культуры. Такие ситуации могут отличаться по форме организации (например, это могут быть сюжетно-ролевые и дидактические игры, экскурсии, занятия, праздники и др.), а также по локализации во времени. Несмотря на все отличия, они

имеют сходную структуру и включают следующие этапы, или «шаги»:

1. Введение в ситуацию. Создаются условия для возникновения у детей внутренней потребности (мотивации) включения в совместную деятельность. Дети фиксируют свою «детскую» цель.

2. Актуализация детского опыта (знаний, умений, способов). Инструктор организует деятельность, в которой целенаправленно актуализируются знания, умения и способности детей, необходимые им для нового «открытия».

3. Затруднение в ситуации (проблематизация содержания). В контексте выбранного сюжета моделируется ситуация, в которой дети сталкиваются с затруднением в деятельности. Инструктор помогает детям приобрести опыт фиксации затруднения и выявления его причины с помощью системы вопросов («Смогли?» — «Почему мы не смогли?»).

4. «Открытие» нового знания (способа действий). Используя различные приемы и методы (подводящий диалог, побуждающий диалог), педагог организует построение нового знания и способа действий, которое фиксируется детьми в речи и, возможно, в знаках.

5. Включение нового знания (способа действия) в систему знаний (способов интеллектуальной и практической деятельности). Инструктор организует различные виды деятельности, в которых новое знание или способ действий используется в новых условиях.

6. Осмысление. Данный этап является необходимым элементом любой деятельности, так как позволяет приобрести опыт выполнения таких важных универсальных действий, как фиксирование достижения цели и определение условий, которые позволили добиться этой цели.

Используемые формы реализации Программы образования в соответствии с видом детской деятельности и возрастными особенностями детей:

В дошкольном возрасте (3 года - 8 лет)

- игровая деятельность (сюжетно-ролевая, дидактическая, подвижная и др.);
- общение со взрослым (ситуативно-деловое, внеситуативно-познавательное, внеситуативно-личностное) и сверстниками (ситуативно-деловое, внеситуативно-деловое);
- речевая деятельность (слушание речи взрослого и сверстников);
- двигательная деятельность (основные виды движений, общеразвивающие и спортивные упражнения, подвижные и элементы спортивных игр и др.);
- элементарная трудовая деятельность (самообслуживание, хозяйственно-бытовой труд).

Для достижения задач **воспитания** в ходе реализации Программы педагог может использовать следующие **методы**:

- организации опыта поведения и деятельности (приучение к положительным формам общественного поведения, упражнение, воспитывающие ситуации, игровые методы);
- осознания детьми опыта поведения и деятельности (разъяснение норм и правил поведения, обсуждение поступков и жизненных ситуаций, личный пример);
- мотивации опыта поведения и деятельности (поощрение, методы развития эмоций, игры, соревнования, проектные методы).

При организации **обучения** традиционные методы (словесные, наглядные, практические) дополняются методами, в основу которых положен характер познавательной деятельности детей:

- информационно-рецептивный метод — предъявление информации, организация действий ребёнка с объектом изучения (распознающее наблюдение, просмотр компьютерных презентаций, рассказы воспитателя или детей);
- репродуктивный метод - создание условий для воспроизведения представлений и способов деятельности, руководство их выполнением (упражнения на основе образца инструктора).

При реализации Программы педагог может использовать различные **средства**, представленные совокупностью материальных и идеальных объектов:

- демонстрационные;
- визуальные, аудиальные, аудиовизуальные;
- естественные и искусственные;

– реальные и виртуальные.

Для **развития двигательной деятельности** детей применяются следующие **средства**: доски, нарукавники, аквагантели, нудлы и др.

При выборе форм, методов, средств реализации Программы важное значение имеет признание приоритетной субъективной позиции ребенка в образовательном процессе. Педагог учитывает субъектные проявления ребенка в деятельности: интерес к миру и культуре; избирательное отношение к социокультурным объектам и разным видам деятельности; инициативность и желание заниматься той или иной деятельностью; самостоятельность в выборе и осуществлении деятельности. Выбор педагогом форм, методов, средств реализации Программы, адекватных образовательным потребностям и предпочтениям детей, их соотношение и интеграция при решении задач воспитания и обучения обеспечивает их вариативность.

2.4 Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Особенности образовательной деятельности разных видов
Особенностью организации образовательной деятельности является принцип ситуационного подхода
<i>Основной единицей образовательного процесса выступает образовательная ситуация</i> , то есть такая форма совместной деятельности педагога и детей, которая планируется и целенаправленно организуется педагогом с целью решения определенных задач развития, воспитания и обучения. Образовательная ситуация протекает в конкретный временной период образовательной деятельности. Образовательные ситуации используются в процессе непосредственно организованной образовательной деятельности. Главными задачами таких образовательных ситуаций являются формирование у детей новых умений в разных видах деятельности и представлений, обобщение знаний по теме, развитие способности рассуждать и делать выводы.
Ситуационный подход дополняет принцип продуктивности образовательной деятельности . Принцип продуктивности ориентирован на развитие субъектности ребенка в образовательной деятельности разнообразного содержания. Этому способствуют современные способы организации образовательного процесса.

Игровая деятельность представлена в образовательном процессе в разнообразных формах (подвижные игры, игры-путешествия, игровые проблемные ситуации, и пр.), направлена на оптимизацию режима двигательной активности и укрепление здоровья детей.

Двигательная деятельность организуется в процессе занятий физической культурой, требования к проведению которых согласуются дошкольной организацией с положениями действующего СанПиН.

Один из способов работы с детьми на воде это использование аквааэробики, которая включает в себя общеразвивающие упражнения для различных групп мышц, элементы танца и музыкально-ритмические движения, подчиняющиеся определенному темпу, ритму выполнения и сопровождаются различной по характеру музыкой.

Аквааэробика формирует у детей координацию движений, способствует быстрому и рациональному овладению двигательных навыков, а также содействует развитию интереса детей к занятиям плаванием. Для создания дополнительного сопротивления при движениях в воде используются нудлы и аквагантели.

Задачу сохранения и укрепления здоровья так же помогает решить использование элементов игры водное поло на занятиях плаванием.

2.5 Способы и направления поддержки детской инициативы

Детская инициатива проявляется в свободной самостоятельной деятельности детей по выбору и интересам. Возможность действовать в соответствии с собственными интересами является важнейшим источником эмоционального благополучия ребенка в детском саду.

Двигательная деятельность детей в детском саду может осуществляться в форме самостоятельной инициативной деятельности:

- самостоятельные подвижные игры и упражнения;
- свободное творчество в придумывании новых игр и усложнении или изменении правил знакомых игр.

В развитии детской инициативы и самостоятельности педагог соблюдает ряд *общих требований*:

- развивать активный интерес детей к окружающему миру, стремление к получению новых знаний и умений;
- создавать разнообразные условия и ситуации, побуждающие детей к активному применению знаний, умений, способов деятельности в личном опыте;
- постоянно расширять область задач, которые дети решают самостоятельно. Постепенно выдвигать перед детьми более сложные задачи, требующие сообразительности, творчества, поиска новых подходов, поощрять детскую инициативу;
- тренировать волю детей, поддерживать желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца;
- ориентировать дошкольников на получение хорошего результата.
- необходимо своевременно обратить особое внимание на детей, постоянно проявляющих небрежность, торопливость, равнодушие к результату, склонных не завершать работу;
- «дозировать» помощь детям. Если ситуация подобна той, в которой ребенок действовал раньше, но его сдерживает новизна обстановки, достаточно просто намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае.
- поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы и творчества.

2.6 Особенности взаимодействия с семьями воспитанников

Самым благоприятным возрастом для формирования полезных привычек является дошкольный период. В это время ребенок значительную часть проводит дома, в семье, среди своих родных, чей образ жизни, стереотипы поведения становятся сильнейшими факторами формирования их представлений о жизни. Вот почему именно в семье закладываются основы многообразных отношений к себе и своему здоровью, к здоровью близких, к людям, к труду, к природе, к воде. Семья является институтом первичной социализации и образования, который оказывает большое влияние на развитие ребенка. Продуктивное сотрудничество с семьей делает деятельность по обучению плаванию более успешной и системной.

Цель работы инструктора по физической культуре (плаванью) с родителями воспитанников - консультативная помощь и вовлечение семьи в образовательный процесс по физическому развитию воспитанника в условиях бассейна, а также коррекционная деятельность в бассейне и домашних условиях с детьми ОВЗ.

В основу совместной деятельности семьи и инструктора по физической культуре (плаванью) заложены следующие принципы:

- единый подход к процессу образования ребенка в условиях бассейна;
- открытость проведения мероприятий для родителей;
- уважение и дифференцированный подход к каждой семье;
- равно ответственность родителей и педагогов.

Задачи:

1. Побуждать родителей оказывать психологическую – педагогическую поддержку и помощь ребенку в оздоровлении (закаливании) и обучении его плаванию.

2. Приобщение родителей к участию в организации и проведении совместных мероприятий.

3. Оказание помощи семьям воспитанников в развитии воспитанников.

4. Изучение и пропаганда водных видов спорта и физической культуры.

При сотрудничестве с родителями каждый имеет возможность побеседовать с инструктором по физической культуре (плаванию) об индивидуальном развитии динамики своего ребенка. С родителями проблемных детей и воспитанниками групп компенсирующей направленности, такие беседы проводятся более часто. Темы и цели бесед отражены в планах работы.

Совместные праздники и развлечения, открытые занятия, семинары, практикумы, мастер – классы. Используются как традиционные, так и нетрадиционные формы сотрудничества:

Форма взаимодействия	Цель
Поддержка родителей в период адаптации воспитанников к условиям бассейна	Установление партнерских доброжелательных отношений с семьями воспитанников, предупреждение возможных трудностей при организации и посещении воспитанников бассейна.
Совместные мероприятия, праздники и развлечения.	Сближение инструктора по физической культуре и родителей; демонстрация успешности и динамики роста и развития детей.
Семинары, практикумы.	Обучение родителей практическим умениям и навыкам по различным вопросам обучения воспитанников плаванию.
Анкетирование и опросы.	Изучение мнения родителей по различным вопросам обучения и воспитания детей в МА ДОУ, выявление трудностей семейного воспитания, определение наиболее популярных форм взаимодействия семьи МА ДОУ.
Групповые Консультации	Заранее планируются инструктором и проводятся в очной, либо заочной (письменной) форме.
Индивидуальные Консультаций	Определяются запросами родителей, проблемами одного конкретного ребенка.
Наглядно-просветительская информация	Поддержание интереса к воспитанию и обучению детей в условиях бассейна, освещение актуальных вопросов по обучению детей плаванию.

Основными принципами взаимодействия инструктора по физической культуре (плаванию) с родителями являются:

- систематичность,
- открытость,
- дифференцированный подход к семье.

2.7 Содержание коррекционной работы и инклюзивного образования

Коррекционная работа и инклюзивное образование направлены на:

1) обеспечение коррекции нарушений развития детей с ограниченными возможностями здоровья, оказание им квалифицированной помощи в освоении образовательной программы в группах общеразвивающей направленности, посредством инклюзивного образования;

2) освоение детьми с ограниченными возможностями здоровья образовательной программы, их разностороннее развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей и особых образовательных потребностей, социальной адаптации, посредством инклюзивного образования.

Физическое развитие:

- Углубление и расширение знаний о гигиене органов рече-двигательного аппарата;
- Укрепление мышц лица.
- Развитие оптико-пространственных представлений и ориентировок;
- Развитие координации движений и мелкой моторики;
- Использование психогимнастики с целью коррекции психических процессов детей с нарушениями речи;

- Закрепление правильно произносимых звуков в подвижных играх с самостоятельным речевым сопровождением;
- Соблюдение оптимального двигательного режима.

Оздоровительное и коррекционно – профилактическое сопровождение.

1.Профилактические мероприятия:

- комплексы по профилактике плоскостопия и нарушения осанки;
- комплекс дыхательной гимнастики;
- ортопедическая гимнастика;
- массаж и самомассаж.

2.Общеукрепляющие мероприятия:

- занятия в бассейне – обучение плаванию;
- закаливание;
- аквааэробика

Особенности проведения физкультурных занятий с детьми подготовительной и специальной групп здоровья:

- дозировка физической нагрузки должна быть индивидуальной для каждого ребёнка;
- особое внимание уделяется качеству выполнения заданий, связанных с обучением технике двигательных действий;
- при выполнении заданий на развитие двигательных способностей следует ограничивать их интенсивность (она не должна быть выше средней);
- длительная нагрузка должна быть стандартной по характеру и иметь интервалы отдыха или смену вида деятельности;
- основа занятий — общеподготовительные упражнения, а также специальные упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса, на формирование крупных мышц верхних и нижних конечностей, специальные дыхательные упражнения.

Упражнения коррекционной направленности на занятиях по обучению плаванию

Для воспитанников группы компенсирующей направленности (ТНР, ЗПР) требуется система интегрированного подхода специалистов Учреждения, занятие по коррекции и развитию психических функций, занятия по формированию общей, мелкой и артикуляционной моторики, основу коррекционной работы составляет метод сенсорно – двигательной интеграции. Для детей ТНР широко используются основные виды упражнений в бассейне, они направлены на регуляцию мышечного тонуса и динамической коррекции движений, мелкой и мимической моторики переключаемости движений, воспитания чувства ритма развитие дыхания, силы голоса.

Компенсаторно-коррекционное воздействие водной среды, обеспечивая мощное стимулирующее воздействие, оказывает положительное влияние на физическое развитие и нормализацию психической сферы детей с ЗПР. Так как выполнение одновременных движений для детей с ЗПР (в следствие нарушения или невысокого уровня развития координации), сложнее, а подчас сразу и невыполнимо, рекомендуется обучать их кролю на груди и на спине, а не брассу.

Детям с РАС полезно плавание: оно успокаивает, позволяет снизить сенсорные перегрузки, оптимизировать мышечный тонус. В занятия необходимо включить:

1. Упражнения на коррекцию и развитие общей и мелкой моторики, активизацию межполушарного взаимодействия (пальчиковые игры, игры с различными фактурными поверхностями).
2. Упражнения, включающие лазания, залезания, перелезания, подлезания, ползания различными способами (можно использовать различные спортивные модули, комплексы, либо выстроить полосу препятствий из подручных материалов с учетом техники безопасности).
3. Упражнения на освоение телесного и окружающего пространства (задания можно выполнять в различных исходных положениях).
4. В конце занятия, а также между заданиями и упражнениями необходимо использовать самомассаж, растяжки и дыхательные упражнения.

5. При необходимости включить в занятие упражнения на снятие и устранение навязчивых движений.

Возможно использование на занятии музыкального сопровождения, в зависимости от предпочтений ребенка (классические инструментальные произведения, звуки природы, шум воды, дождя и т.д.)

2.8 Программа воспитания (см. ООП ДО МА ДОУ № 46 стр. 201)

РАЗДЕЛ III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ

3.1 Особенности организации развивающей предметно – пространственной среды

Учитывая требования ФГОС ДО по созданию развивающей предметно-пространственной (РППС) среды и обеспечения условий для максимальной организации образовательного пространства, помещение бассейна разграничено на зоны. К ним относятся: чаша бассейна, зал для разминки и уголок для формирования плавательных навыков и умений.

Для создания здоровьесберегающего пространства, в целях формирования здорового образа жизни, умения заботиться о своем здоровье, привития гигиенических навыков и приемов самообслуживания, в помещении бассейна оборудованы «Центр здоровья» и «Комната отдыха», предусмотрены душевая и раздевальная комнаты.

Особенности организации развивающей предметно - пространственной среды в бассейне МА ДОУ в том, что среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание совершенствоваться в приобретенных навыках плавания, познавать, побуждать применять в играх свое умение в ходе игр, в том числе игровых упражнений, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Водная среда предоставлять условия для игрового обучения плаванию и развития моторных функций и координации ребенка.

Насыщенность РППС в плавательном бассейне соответствует возрастным и индивидуальным особенностям детей, обеспечивает игровую, познавательную, творческую, двигательную активность, создает возможность общения. В плавательном бассейне имеется разнообразие материалов, оборудования, инвентаря и пособий, обеспечивающих содержательно-насыщенную, трансформируемую, полифункциональную, вариативную, доступную и безопасную среду.

3.2 Материально-техническое обеспечение Программы

ФГОС ДО определил требования к развивающей предметно – пространственной среде в ДОУ, которая должна быть содержательно – насыщенной, трансформируемой, доступной и безопасной.

Бассейн МА ДОУ оборудован и оформлен в соответствии с санитарно – эпидемиологическими правилами и нормами.

В нем созданы следующие условия:

- стационарное оборудование;
- передвижные конструкции;
- пристенное оборудование;
- оборудование для обеспечения страховки;
- пособия для игр, гимнастики;
- тренажеры и тренировочные устройства.

Оборудование:

- Тренажеры – эффективное средство коррекции мышечной системы. Тренажеры позволяют локально воздействовать на мышечные группы, способствуют и повышению выносливости, и оздоровлению сердечно – сосудистой систем.

- Гимнастические палки – используются для укрепления мышц плечевого пояса.

- Мячи (разных диаметров) – применяются для укрепления мышц – стабилизаторов, тренировки координации движений и обучения согласованной работе мелких и крупных мышечных групп.

- Аквагантели развивают мышечную силу, выносливость.

Инвентарь:

- корзины или сетки для мячей, игрушек;
- плавающие горизонтальные соединения из обручей и гимнастических палок для ныряния;

- надувные манжеты и нарукавники;

- плавающие надувные и резиновые игрушки, отражающие принадлежность к жизни на воде (утки, рыбки и т. д.); или к определенной деятельности (лодка, пароход и т. д.);

- тонущие игрушки, предметы (шайбы, кольца и т. д.);

- наглядные пособия, карточки – схемы;

- ведра для обливания;

- мячи различного диаметра;

- термометр комнатный;

- термометр для воды;

- секундомер;

- судейский свисток;

- плавательные доски 14;

- лейки;

Дидактический материал:

1. Перспективные планы по возрастам, календарные (комплексно – тематические) планы, карточки, схемы, пособия по обучению плаванию, картотека игр на воде, открытки и книги о морских обитателях, обучающие плакаты.

2. Комплексы упражнений на суше, комплексы аквааэробики, комплексы упражнений оздоровительной направленности, пособие для родителей по обучению плаванию, пособие для родителей по закаливанию детей в домашних условиях, буклеты.

В соответствии с основной образовательной программой дошкольного образования, с целью ее реализации, с учетом возрастных особенностей детей в МА ДОУ создана материально-техническая база, призванная обеспечить достаточный уровень физического, интеллектуального и эмоционально-личностного развития ребенка

Обязательная часть	Методическое обеспечение
	Воронова Е.К. «Программа обучения плаванию в детском саду». – СПб: «ДЕТСТВО - ПРЕСС», 2003 Чеменева А.А., Столмакова Т.В. Система обучения плаванию детей дошкольного возраста: учебно-методическое пособие – СПб.: «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2022.
Часть, формируемая участниками образовательных отношений	Методическое обеспечение
	Большакова И. А. «Маленький дельфин». Нетрадиционная методика обучения плаванию детей дошкольного возраста: Пособие для инструкторов по плаванию, педагогов дошкольных учреждений. – М.: АРКТИ, 2005. Еремеева Л. Ф. Научите ребенка плавать. Программа обучения плаванию детей дошкольного и младшего школьного возраста: Методическое пособие. – СПб.: Издательство «ДЕТСТВО - ПРЕСС», 2005 Патрикеев А.Ю. Игры с водой и в воде. Подготовительная к школе группа. – Волгоград: Учитель. – 2014 Рыбак М. В. Занятия в бассейне с дошкольниками. – М.: ТЦ Сфера, 1012

	Маханева М. Д., Баранова Г. В. Фигурное плавание в детском саду. Методическое пособие. – М.: ТЦ Сфера, 2009 Осокина Т.И. обучение плаванию в детском саду: Кн. для воспитателей дет. сада и родителей. – М.: Просвещение, 1991 Оздоровительный комплекс в детском саду: бассейн – фитобар – сауна: Методическое пособие / Коллектив авторов, под ред. Б.Б.Егорова. – М.: Издательство «ГНОМ и Д», 2004 Петрова Н. Л., Баранов В. А. Плавание. Начальное обучение с видеокурсом. – М.: Человек, 2013г
--	--

3.3 Кадровые условия

Реализация Программы обеспечивается руководящими, педагогическими, учебно-вспомогательными, административно-хозяйственными работниками МА ДОУ № 46. Квалификация педагогических и учебно-вспомогательных работников соответствует квалификационным характеристикам, установленным в Едином квалификационном справочнике должностей руководителей, специалистов и служащих.

Физкультурно – оздоровительная деятельности (далее ФОД) - это одна из значимых и приоритетных направлений работы МАДОУ.

Для укрепления здоровья воспитанников, приобщения к здоровому образу жизни, развитию способностей к восприятию и передаче движений, а так же для обеспечения системы ФОД в МА ДОУ функционируют: физкультурный зал, спортивная площадка на улице и бассейн.

ФОД в бассейне осуществляет инструктор по физической культуре (плаванию), она включает в себя:

- охрану и укрепление физического и психического здоровья воспитанников;
- совершенствование физического развития и подготовленности детей;
- формирование основ двигательной и гигиенической культуры;
- повышение защитных свойств организма и его сопротивляемости к заболеваниям.

Ф.И.О. инструктора по физической культуре	По уровню образования	По квалификационной категории	По стажу работы
Григорьева Анна Александровна	Высшее	Высшая квалификационная категория	7 лет

Заведующий МА ДОУ № 46: Смолина Кристина Владимировна

Специалисты МА ДОУ № 46: методическое сопровождение проводится старшим воспитателем (Бессмертной Т.В.), музыкальное воспитание осуществляется музыкальным руководителем (Кокориной А.П., Баталова К.А.), квалифицированную коррекцию речи осуществляет учитель-логопед (Платонова М.В., Гавриленко А.А.), выявление и коррекция проблем психофизического состояния детей осуществляет педагог-психолог (Белоусова Н.Л.).

3.4 Учебный план, режим образовательной деятельности

Учебный план, режим занятий являются нормативными документами, устанавливающими перечень, последовательность и распределение по периодам обучения разных видов деятельности по реализации основной образовательной программы дошкольного образования МА ДОУ № 46 (далее ООП ДО МА ДОУ № 46) по образовательным модулям, времени, отводимого на проведение непрерывной образовательной деятельности. Данные документы являются частью ООП ДО МА ДОУ № 46, разработанной на основе ФГОС ДО, ФОП и нормативно правовых документов:

- Законом Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 год. № 273-ФЗ;

- Приказом Минобрнауки России от 17.10.2013 N 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 14.11.2013 N 30384, далее ФГОС ДО);

- Приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 31 июля 2020 года N 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;

- Приказ Минпросвещения России от 25.11.2022 №1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования»;

- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (Гл. VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи);

- Уставом МА ДОУ № 46

Учебный план составлен с учетом индивидуальных, возрастных особенностей, интересов, потребностей и способностей воспитанников, а также социального запроса родителей (законных представителей) и условий МА ДОУ № 46.

Образовательная деятельность основана на принципе комплексно-тематического проектирования.

Вариативная часть учебного плана, формируемая участниками образовательных отношений МА ДОУ, обеспечивает вариативность образования, отражает расширение области образовательных услуг для воспитанников.

Национально-региональный компонент реализуется:

- С учетом программы «СамоЦвет» (Образовательная программа дошкольного образования «СамоЦвет»: реализуется в форме культурных практик ежедневно в совместной деятельности взрослого и ребёнка, в ходе режимных моментов)

- С учетом проекта «Урал – мой край родной» (разработан совместно с МА ДОУ № 4 и МА ДОУ № 8), утвержден приказ №27/1-ОД от 05.06.2023

- Через взаимодействие с социальными институтами города –МАОУ «СОШ № 17», МА ДОУ № 4, МА ДОУ № 8

Компонент МА ДОУ реализуется через освоение вариативных программ:

- Т.И.Осокина «Программа по обучению плаванию детей в детском саду».

Образов-я область	Сфера/Вид детской деятельности	Группа раннего возраста		Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подгот. к школе Группа
		1,5-2	2-3	3-4	4-5	5-6	6-7
Игровая деятельность реализуется через все виды детской деятельности							
Физическое развитие	Формирование основ ЗОЖ/через все виды детской деятельности	-		Реализуется в совместной деятельности взрослого и ребенка в режимных моментах, в ходе интегрированной образовательной деятельности			
	Активный отдых/двигательная активность	-		Физкультурный досуг			
				1 раз в месяц (во второй половине дня 20- 25 мин)		1 - 2 раза в месяц(во второй половине дня 20- 25 мин)	
		-				Физкультурный праздник	
						2 раза в год (не более 1,5 часов)	
-		День здоровья Реализуется 1 раз в 3 месяца					

Количество групп:

№		Возраст	№ группы	количество
1	Группы воспитанников дошкольного возраста	4-ый год жизни	№ 9	1
		5-ый год жизни	№ 5,10	2
		6-ой год жизни	№ 4,6	2
		7-ой год жизни	№ 2,3	2
2	Группа компенсирующей направленности	6,7-ой год жизни	№ 1	1
	Итого			8

Учебный год начинается с 01.09.2025 г. и заканчивается 29.05.2026 г. МА ДОУ работает в режиме пятидневной рабочей недели.

Количество и продолжительность непрерывной образовательной деятельности устанавливаются в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами и требованиями

Продолжительность занятий:

- для детей от 3 до 4 лет – не более 15 минут,
- для детей от 4 до 5 лет – не более 20 минут,
- для детей от 5 до 6 лет – не более 25 минут,
- для детей от 6 до 7 лет – не более 30 минут.

В летний период занятия не проводятся. В это время увеличивается продолжительность прогулок, а также проводятся спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии и др.

В середине учебного года (декабрь-январь) для воспитанников организуются «творческие» каникулы, во время которых проводятся занятия только физического и художественно-эстетического направлений.

Переходный период к началу учебного года (со 4 по 9 сентября) предусматривает наличие щадящего режима, нацеленного на адаптацию детей к условиям жизни в новой возрастной группе и включающего мероприятия, направленные на создание благоприятного психологического климата, снижение напряжения и предотвращение негативных проявлений. В этот период воспитателем организуются индивидуальные занятия с детьми, проводятся диагностические срезы. В последнюю неделю апреля проводится педагогическая диагностика по результатам развития ребёнка.

План образовательной деятельности в общеобразовательных группах на 2025 – 2026 учебный год

Направления развития ребенка, образовательные области.	Группа раннего возраста (1,5 -3 года)				II младшая группа (3-4 года)				Средняя группа (4-5 лет)				Старшая группа (5-6 лет)				Подготовительная к школе группа (6-7 лет)			
Виды деятельности	Неделя	Месяц	изменения *	год	неделя	месяц	изменения *	год	неделя	месяц	изменения *	год	неделя	Месяц	изменения *	год	неделя	месяц	изменения *	год
Физическое развитие/Двигательная деятельность/Игровая деятельность																				
занятия в бассейне					1*	4	-1	35	1*	4	-1	35	1*	4	-2	34	1*	4	-3	33
занятие в физкультурном зале					2*	8	-6	66	2*	12	-6	102	1*	4	-2	34	2*	8	-3	65
занятие на свежем воздухе													1*	4	-2	34	1*	4	-2	34
Двигательная активность	2	8	-5	67																

План образовательной деятельности в коррекционной группе на 2025 – 2026 учебный год

	Логопедическая (6-7 лет)			
	неделя	месяц	изменения	год
Физическое развитие/ Двигательная деятельность				
занятия в бассейне	1*	4	-2	34
занятие в зале	1	4	-2	34
занятие на свежем воздухе	1*	4	-2	34

Условные обозначения:

1/2 – один раз в две недели; 9/90 – количество НОД/ минуты; *- включены части образовательной программы, формируемой участниками образовательных отношений.

На основе плана образовательной деятельности составлено расписание занятий. Цель - отрегулировать нагрузку, определить чередование различных видов образовательной деятельности в целях снятия перегрузки, предупреждения утомляемости детского организма, разнообразия форм организации образовательной деятельности, чередование статичных и динамичных видов деятельности.

3.5 Режим и распорядок дня

Расписание занятий в бассейне (НОД) на 2025 – 2026 учебный год

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
10.45- Двигательная деятельность (бассейн) № 6 11.40- Двигательная деятельность (бассейн) №4	10.45 - Двигательная деятельность (бассейн) гр. №10 11.40- Двигательная деятельность (бассейн) №3	10.45- Двигательная деятельность (бассейн) гр. №5 11.30- Двигательная деятельность (бассейн) гр. №1	11.30 - Двигательная деятельность (бассейн) гр. № 2	9.10 - Двигательная деятельность (бассейн) гр. № 9

Циклограмма рабочего времени

Дни недели	Содержание деятельности	Время
Понедельник	Утренняя гимнастика	8:00-8:50
	Методическая работа	8:50-9:40
	Индивидуальная работа	9:40-10:15
	Работа с документацией	10:15-10:30
	Подготовка и проведение занятий	10:30-12:30
	Обеденный перерыв	12:30-13:00
	Мытье и уборка инвентаря	13:00-13:30
Вторник	Утренняя гимнастика	8:00-8:50
	Индивидуальная работа с детьми	8:50-10:15
	Работа с документацией	10:15-10:30
	Подготовка и проведение занятий	10:30-12:30
	Обеденный перерыв	12:30-13:00
	Мытье и уборка инвентаря	13:00-13:30
	Методическая работа	13:30-15:00
	Работа с родителями	15:00-16:00
Среда	Утренняя гимнастика	8:00-8:50
	Индивидуальная работа	8:50-10:15

	Работа с документацией	10:15-10:30
	Подготовка и проведение занятий	10:30-12:30
	Обеденный перерыв	12:30-13:00
	Мытье и уборка инвентаря	13:00-13:30
Четверг	Утренняя гимнастика	8:00-8:50
	Индивидуальная работа с детьми	8:50-11:00
	Работа с документацией	11:00-11:15
	Подготовка и проведение занятий	11:15-12:30
	Обеденный перерыв	12:30-13:00
	Мытье и уборка инвентаря	13:00-13:30
	Методическая работа	13:30-15:00
	Работа с родителями	15:00-16:00
Пятница	Утренняя гимнастика	8:00-8:50
	Подготовка и проведение занятий	8:50-9:40
	Мытье и уборка инвентаря	9:30-10:00
	Методическая работа	10:00-12:30
	Обеденный перерыв	12:30-13:00
	Работа с документацией	13:00-13:30

Работа с детьми	16 час.30 мин.	25 час.00 мин. = 83 %
Работа методическая	6 час. 30 мин.	
Работа с родителями	2 час 0 мин.	
Работа с документами, подготовка зала, бассейна, оборудования	5 час.	17 %
Ставка	30 часов	

3.6 Календарный план воспитательной работы (см. ООП ДО МА ДОУ № 46 стр. 201)

3.7 Перспективы работы по совершенствованию и развитию содержания Рабочей программы по физическому воспитанию и оздоровлению воспитанников в условиях бассейна, обеспечивающих ее реализацию нормативно-правовых, финансовых, научно-методических, кадровых, информационных и материально-технических ресурсов

Совершенствование и развитие содержания Рабочей программы по физическому воспитанию и оздоровлению воспитанников в условиях бассейна, обеспечивающих ее реализацию нормативно-правовых, финансовых, научно-методических, кадровых, информационных и материально-технических ресурсов направлены на повышение качества дошкольного образования и предполагается осуществлять с участием педагогов, родителей и руководства МА ДОУ.

Совершенствование нормативно – правовых ресурсов включает: - обновление и актуализацию действующих нормативно – правовых, локальных актов, с учетом изменений действующего законодательства.

Совершенствование финансовых ресурсов:

- организация платных дополнительных образовательных услуг, позволяющих максимально удовлетворить образовательные потребности воспитанников и их родителей (законных представителей) по выбранным ими направлениям развития ребенка;

- определение и предоставление спектра уникальных, конкурентоспособных платных дополнительных образовательных услуг, создание авторитетного статуса МА ДОУ в городском сообществе, как признанного лидера в области инновационных технологий;

- увеличение количества воспитанников, за счет позитивной трансляции имиджа дошкольной организации (увеличение бюджетного финансирования);

- привлечение грантовых и спонсорских средств.

Совершенствование научно-методических ресурсов:

- привлечение к сотрудничеству научных кадров, включая в образовательную среду профессиональные образовательные организации;

- разработка и публикация в электронном и бумажном виде научно-методических материалов, разъясняющих цели, принципы, научные основы и смыслы отдельных положений Программы; научно-методических материалов по обеспечению условий реализации Программы и организации образовательного процесса в соответствии с Программой; практических материалов и рекомендаций по реализации Программы;

- разработка инновационных продуктов, методов, инструментария, моделей взаимодействия, направленных на решение актуальных проблем совершенствования содержания Программы, перевод наиболее ценных из разряда разовых в традиционные;

- определение перечня новшеств, которые необходимо внести в образовательную организацию для повышения качества условий реализации Программы, соответствующие требованиям ФГОС ДО;

Совершенствование информационных ресурсов:

- обеспечение постоянного доступа участникам совершенствования содержания Программы к печатным и электронным образовательным ресурсам;

- обсуждение разработанных нормативных, научно-методических и практических материалов с участниками совершенствования содержания образовательной программы;

- создание сетевого взаимодействия МА ДОУ для развития мобильности в системе образования, информационного обмена посредством внедрения ИКТ. Совершенствование материально-технических ресурсов:

- обновление и обогащение развивающей предметно-пространственной среды с учетом требований ФГОС ДО, используя современное оборудование и материалы, отвечающие санитарно-эпидемиологическим требованиям;

- обеспечение методическими материалами.

3.8. Перечень нормативных и нормативно-методических документов

1. Конвенция о правах ребенка. Принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года.— ООН 1990.

2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 08.08.2024) «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс] // Официальный интернет-портал правовой информации: — Режим доступа: pravo.gov.ru.

3. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р о Стратегии развития воспитания до 2025 г.[Электронный ресурс].— Режим доступа: <http://government.ru/docs/18312/>.

4. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрирован Минюстом России 14 ноября 2013г., регистрационный № 30384).

6. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 30 августа 2013 г. № 1014 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и

осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам дошкольного образования.

7. Письмо Минобрнауки России «Комментарии к ФГОС ДО» от 28 февраля 2014 г. № 08-249 // Вестник образования.– 2014.– Апрель.– № 7.

8. Письмо Минобрнауки России от 31 июля 2014 г. № 08-1002 «О направлении методических рекомендаций» (Методические рекомендации по реализации полномочий субъектов Российской Федерации по финансовому обеспечению реализации прав граждан на получение общедоступного и бесплатного дошкольного образования).

9. Федеральная образовательная программа дошкольного образования (приказом Министерства просвещения Российской Федерации от «25» ноября 2022 г. №1028)

Пронумеровано, прошнуровано
и скреплено печатью 112 листов

Заведующий МА ДОУ № 4

М.В.С. Смолина



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 520251343390373548250310750880108285629354443784

Владелец Смолина Кристина Владимировна

Действителен с 14.05.2025 по 14.05.2026