

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
Новоуральского городского округа - детский сад комбинированного вида «Гармония»

(МАДОУ детский сад «Гармония»)

ул. Ленина, 97, г. Новоуральск, Свердловская область, 624135

тел.(fax) 6-17-82

e-mail: madou.garmoniya@mail.ru

структурное подразделение детский сад № 22 «Надежда»

ул. Мичурина, 6А, г. Новоуральск, Свердловская область, 624134

тел.(fax) 4-23-10

dou22nadezhda@mail.ru

Принято Педагогическим советом
детского сада №22

Протокол № 1
от «16» 08 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ:

О.В. Иванова

Заведующий детским садом № 22

Распоряжение № 59

от «14» 08 2020 г.

Рабочая программа
физического развития детей дошкольного возраста
при реализации образовательной области «Физическое развитие»
основной общеразвивающей программы – образовательной программы дошкольного образования
по направлению «Обучение плаванию детей в бассейне»
с детьми 3 – 7 лет в группах общеразвивающей направленности
на 2020 – 2021 уч.г.

Разработчик:

Марина Германовна Арапова,
инструктор по физической культуре
высшей квалификационной категории

Новоуральск,
2020

СОДЕРЖАНИЕ

I. Целевой раздел	4
1.1. Обязательная часть	4
1.1.1. Пояснительная записка	4
1.1.1.1. Цели и задачи реализации Программы.	4
1.1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы.	4
1.1.1.3. Значимые характеристики для разработки и реализации Программы, в том числе характеристики особенностей развития дошкольного возраста.	7
1.1.1.4. Нормативно-правовые основания реализации Программы.	8
1.1.1.5. Концептуальные основания для реализации Программы.	8
1.1.1.6. Климатические, национально-культурные (этнокультурные) особенности реализации Программы.	9
1.1.1.7. Социо - культурные особенности реализации Программы.	10
1.1.1.8. Психолого-педагогические условия реализации Программы.	11
1.1.1.9. Характеристика контингента воспитанников.	12
1.1.1.10. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности.	12
1.1.2. Планируемые результаты освоения рабочей программы педагога.	14
1.2. Часть, формируемая участниками образовательных отношений – пересмотреть содержание в принципе	16
1.2.1 Пояснительная записка	18
1.2.2. Результаты освоения парциальной программы:	18
II. Содержательный раздел	20
2.1. Обязательная часть	20
2.1.1. Описание образовательной деятельности в бассейне по обучению детей плаванию в соответствии с возрастными особенностями.	20
2.1.2. Формы реализации содержания рабочей программы	21
2.1.2.1. Модуль. Организация образовательной деятельности в бассейне по обучению плаванию детей 3 – 4 лет (вариативные формы, способы, методы и средства реализации).	22
2.1.2.2. Модуль. Организация образовательной деятельности в бассейне по обучению плаванию детей 4 – 5 лет (вариативные формы, способы, методы и средства реализации).	22

2.1.2.3. Модуль. Организация образовательной деятельности в бассейне по обучению плаванию детей 5-6 лет (вариативные формы, способы, методы и средства реализации).	23
2.1.2.4. Модуль. Организация образовательной деятельности в бассейне по обучению плаванию детей 6-7 лет (вариативные формы, способы, методы и средства реализации).	24
2.1.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.	24
2.1.4. Взаимодействие педагогического коллектива с семьями воспитанников.	28
2.1.5. Иные характеристики содержания Программы	33
2.1.5.3. Планирование образовательной деятельности (проектно-тематический план)	37
2.2. Часть, формируемая участниками образовательных отношений	39
III. Организационный раздел	43
3.1. Обязательная часть	43
3.1.1. Описание материально-технического обеспечения Программы.	43
3.1.2. Описание обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания	44
3.1.3. Физическая деятельность в распорядке и режиме дня, участие в реализации традиционных событий, праздников, мероприятий.	45
3.1.4. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.	49
3.2. Часть, формируемая участниками образовательных отношений	54
3.2.1. Описание материально-технического обеспечения Программы.	54
3.2.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.	55
Дополнительный раздел	57
1. Особенности рабочей программы	57
2. Характеристики взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.	58
Приложения	60

I. Целевой раздел

1.1. Обязательная часть

1.1.1. Пояснительная записка

1.1.1.1. Цели и задачи реализации Программы

В Муниципальном автономном дошкольном образовательном учреждении Новоуральского городского округа – детский сад комбинированного вида «Гармония» (МАДОУ детский сад «Гармония»), структурном подразделении детский сад № 22 «Надежда» разработана и реализуется физического развития детей дошкольного возраста при реализации образовательной области «Физическое развитие» основной общеразвивающей программы – образовательной программы дошкольного образования по направлению «Обучение плаванию детей в бассейне» с детьми 3 – 7 лет в группах общеразвивающей направленности (далее – Программа). Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (далее ФГОС ДО), на основании Примерной общеобразовательной программы дошкольного образования (ПОП ДО), основной общеобразовательной программы детского сада № 22 «Надежда» и программы Т.И. Осокиной «Обучение плаванию в детском саду».

Согласно п. 2.4 далее ФГОС ДО Программа должна быть направлена на:

- создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации и индивидуализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества с взрослыми и сверстниками и соответствующих возрасту видам деятельности;
- создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей.

На основании цели ООП ОП ДО была поставлена цель Программы – способствовать оздоровлению детей посредством организации двигательной активности в бассейне, формирование первичных плавательных навыков, становлению ценностей здорового образа жизни в рамках реализации ФГОС ДО через выполнение сетевых стандартов проекта «Школа Росатома».

Согласно п. 1.6 ФГОС ДО, детский сад должен решать следующие задачи:

- 1) охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- 2) обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- 3) обеспечение преемственности целей, задач и содержания образования, реализуемых в рамках образовательных программ различных уровней (далее – преемственность основных образовательных программ дошкольного и начального общего образования);
- 4) создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
- 5) объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- 6) формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирование предпосылок учебной деятельности;
- 7) формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
- 8) обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

Данные задачи решаются инструктором по физической культуре при проектировании и реализации образовательного процесса.

В физическом развитии детей выделяются *общие задачи*, касающиеся целостного развития ребёнка, и *специальные*, конкретизирующиеся в различных видах двигательной деятельности, в зависимости от возрастных возможностей и индивидуальных особенностей детей конкретной группы.

1.1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы.

При реализации Программы мы руководствовались следующими **принципами**:

- 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 (далее - индивидуализация дошкольного образования);

3) содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

4) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

5) сотрудничество Организации с семьей;

6) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;

7) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;

8) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов, возрасту)

9) учет этнокультурной ситуации развития детей;

10) постепенность наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередования нагрузок и отдыха, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.

11) природосообразность предусматривает отношение к ребёнку как к части природы, его воспитание в единстве и согласии с природой, осуществляет образование в соответствии с законами развития детского организма с учётом особенностей физического развития, состояния его здоровья;

12) обеспечение эмоционально – психологического комфорта, в соответствии с которым все виды и формы физкультурно – оздоровительной деятельности должны обеспечить не только выполнение норм двигательной активности детей, но и создать каждому ребенку чувство уверенности в своих физических возможностях.

Принятая в Программе методология позволяет обеспечить целостность и системность процесса развития ребенка, создать адекватные условия для построения непрерывной образовательной траектории при переходе с одного уровня образования на другой, полноценно проживая каждый возрастной период. Данная методологическая позиция опирается на личностно-ориентированную педагогику, обуславливая чрезвычайно бережное отношение к ребенку как активно развивающейся личности — уважение его индивидуальности, личностного достоинства, принятие ребенка таким, каков он есть.

1.1.1.3. Значимые характеристики для разработки и реализации Программы, в том числе характеристики особенностей развития дошкольного возраста.

Младший дошкольный возраст (3 -5 лет). Потребность детей в движении высока (двигательная активность составляет не менее половины времени бодрствования). Дети начинают осваивать основные движения, обнаруживая при выполнении физических упражнений стремление к целеполаганию (быстро пробежать, дальше прыгнуть, точно воспроизвести движение и др.) возраст благоприятен для начала целенаправленной работы по формированию физических качеств (скоростных, силовых, координации, гибкости, выносливости).

Появляется сосредоточенность на своем самочувствии, детей начинает волновать тема собственного здоровья. К 5 годам дети способны элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания.

Успешно осваиваются алгоритмы процессов умывания, одевания, приема пищи. К концу младшего дошкольного возраста дети овладевают элементарной культурой поведения во время еды за столом и умывания в туалетной комнате. Подобные навыки основываются на определенном уровне развития двигательной сферы ребенка, одним из основных компонентов которого является уровень развития моторной координации.

Малыши любят рассматривать книжные иллюстрации, внимательно слушают, когда им читают. Знают и помнят короткие стихи, которые учат в детском саду, с удовольствием рассказывают их дома. Малыши любознательны, самостоятельно пробуют экспериментировать: разбирать, вкладывать, комбинировать.

Старший дошкольный возраст (5 – 7 лет) Более совершенной становится крупная моторика. Дети способны к освоению сложных движений: пройти по неширокой скамейке и при этом даже перешагнуть небольшое препятствие; отбить мяч о землю одной рукой несколько раз подряд. Уже наблюдаются отличия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков – более порывистые, у девочек – мягкие, плавные, уравновешенные), общей конфигурации тела в зависимости от пола ребенка. Активно формируется осанка детей, правильная манера держаться. Посредством целенаправленной и систематической двигательной активности укрепляются мышцы и связки. Развиваются выносливость (способность достаточно длительное время заниматься физическими упражнениями) и силовые качества (способность применения ребенком небольших по величине усилий на протяжении достаточно длительного времени).

Ловкость и развитие мелкой моторики проявляются в более высокой степени самостоятельности при самообслуживании: дети могут самостоятельно обслужить себя, обладают полезными привычками, элементарными навыками личной гигиены; определяют состояние своего здоровья (здоров он или болен), а также состояние здоровья окружающих; могут назвать и показать, что именно болит, какая часть тела, какой орган; владеют культурой приема

пищи; одеваются в соответствие с погодой, не переохлаждаясь и не утепляясь чрезмерно. Старший дошкольник уже может объяснить ребенку или взрослому, что нужно сделать в случае травмы (алгоритм действий) и готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть глаза, промыть ранку, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью) в подобных ситуации.

1.1.1.4. Нормативно-правовые основания реализации Программы

1. Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155, зарегистрирован в Минюсте России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30 384);
1. - Федеральным законом от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. - Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. N 26 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
3. - «Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования» (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. N 1014);
4. - Положением о детском саде № 22 «Надежда», обособленном структурном подразделении Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения Новоуральского городского округа – детский сад комбинированного вида «Гармония» (МАДОУ детский сад «Гармония»).

1.1.1.5. Концептуальные основания для реализации Программы

Непрерывная образовательная система Л.Г. Петерсон, положенная в основу ООП ОП ДО, реализует системно - деятельностный подход на основе общей теории деятельности (О.С. Анисимов, Г.П. Щедровицкий и др.).

Создание образовательной среды в Программе происходит на основе системы принципов деятельностного обучения:

- Принцип психологической комфортности. Взаимоотношения между детьми и взрослыми строятся на основе доброжелательности, поддержки и взаимопомощи.
- Принцип целостности. Стратегия и тактика воспитательно-образовательной работы с детьми опирается на представление о целостной жизнедеятельности ребенка. У ребенка формируется целостное представление о мире, себе самом, социо - культурных отношениях.
- Принцип минимакса. Создаются условия для продвижения каждого ребенка по индивидуальной траектории развития и саморазвития – в своем темпе, на уровне своего возможного максимума.
- Принцип непрерывности. Обеспечивается преемственность в содержании, технологиях, методах между дошкольным и начальным общим образованием, определяется вектор на дальнюю перспективу развития.

Принятая в Программе методология позволяет придать процессу развития ребенка целостность и системность, создать условия для построения непрерывной образовательной траектории при переходе от предыдущего уровня образования к следующему, полноценно проживая каждый возрастной период.

Данная методологическая позиция опирается на личностно - ориентированную педагогику, обуславливая чрезвычайно бережное отношение к ребенку как к активно развивающейся личности – уважение его индивидуальности, личностного достоинства, принятие ребенка таким, каков он есть.

1.1.1.6. Климатические, национально-культурные (этнокультурные) особенности реализации Программы.

Город Новоуральск находится в зоне умеренно-континентального климата с характерной резкой изменчивостью погодных условий, хорошо выраженными сезонами года. Для Новоуральска характерны резкие колебания температур и формирование погодных аномалий: зимой – от суровых морозов до оттепелей и дождей, летом – от жаркой погоды выше + 35.° С до заморозков. Климат города Новоуральска континентальный с холодной и продолжительной зимой и сравнительно теплым, но коротким летом. Июль, особенно вторая половина месяца, - наиболее теплое время года. С учетом особенностей климата, и географических природных условий Программой определяется проведение оздоровительных мероприятий и процедур, организация режимных моментов, например, таких как удлиненная прогулка и выбор формы утренней гимнастики для старших дошкольников в форме утренней пробежки, ОРУ или подвижных игр и имитационных упражнений на свежем воздухе.

С учетом особенностей климата, природных условий, состояния экологической обстановки, здоровья населения определяется проведение оздоровительных мероприятий процедур, организация режимных моментов.

Процесс воспитания и развития в детском саду является непрерывным, но, тем не менее, график образовательного процесса составляется в соответствии с выделением двух периодов:

1) холодный период - образовательный: (сентябрь-май), составляется определенный режим дня и осуществляется планирование непосредственно образовательной деятельности с детьми в разнообразных формах работы;

2) летний период - оздоровительный (июнь-август), для которого составляется другой режим дня, осуществляется оздоровительная и культурно-досуговая деятельность.

1.1.1.7. Социо - культурные особенности реализации Программы.

В образовательной программе учитывается тот факт, что современные дети существенно отличаются по своим интеллектуальным и психоэмоциональным характеристикам. Сегодняшние дошкольники – другие, они дети информационного века, цифровых технологий, у них другие способы общения и мышления, что нашло отражение в определении задач и содержания образования. Какими из них воспользуется ребенок, будет зависеть от его насущных интересов, состояния здоровья, индивидуальных особенностей, доступности предметов и видов деятельности. Вступая в многоплановые отношения с окружающим миром, ребенок учится, получает свое первое персонифицированное образование, формируется и проявляется его индивидуальный стиль деятельности, в целом вызревает интегральная индивидуальность личности. На формирование личностных особенностей воспитанников влияет так же окружающий социум. На протяжении многих лет нашими социальными партнерами являются: - образовательные учреждения:

- СК «Кедр»;
- ФСК «Лабиринт»;
- детский городской бассейн «Дельфин».

Детский сад поддерживает научно-образовательные связи с ГАОУ ДПО СО «ИРО» (институт регионального образования) и его Нижнетагильским филиалом по вопросам научно-методического сопровождения образовательной деятельности; стратегии и тактики развития системы дошкольного образования в современных условиях; повышения квалификации педагогических работников. Взаимодействие с МАОУ НГО «ЦДК» (Центр диагностики и

консультирования) позволяет проводить мониторинг развития детей группы риска и обеспечивать консультационную помощь специалистов по вопросам воспитания и развития дошкольников по запросу родителей.

Взаимодействие с этими учреждениями позволяет:

- согласовать позиции всех субъектов образования детского сада и его социальных партнеров по вопросам развития воспитанников;
- обогатить, расширить содержание дошкольного образования;
- содействовать успешной социализации детей в обществе;
- предоставить возможность детям представлять результаты своей практической и познавательной деятельности за пределами детского сада.

1.1.1.8. Психолого-педагогические условия реализации Программы.

1. Уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;
2. использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость, как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);
3. построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
4. поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;
5. поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;
6. возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;
7. защита детей от всех форм физического и психического насилия;
8. поддержка родителей (законных представителей) в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья, вовлечение семей непосредственно в образовательную деятельность.

1.1.1.9. Характеристика контингента воспитанников.

Отбор содержания образовательного процесса, методов и форм реализации данного содержания основан на возрастных и индивидуальных особенностях контингента детей.

Состав групп:

- 2 вторых младших группы для детей 3 – 4 лет;
- 2 средних группы для детей 4 -5 лет;
- 2 старших группы для детей 5 – 6 лет;
- 2 подготовительных к школе группы для детей 6 -7 лет.

Для понимания специфики контингента воспитанников ниже приведена форма представления обобщенных данных о социально-демографическом составе контингента воспитанников в Таблице 2. Форма ведется в электронном виде и актуализируется в конце каждого месяца в течение года.

Таблица 2. Форма предоставления данных о социально-демографическом составе контингента воспитанников

Группа	Количество воспитанников	Количество девочек	Количество мальчиков	1 ребенок в семье	2 ребенка в семье	3 ребенка и более	Дети-сироты	Дети-инвалиды	Опекаемые дети	Полных семей	Одна мать	Один отец	Неблагополучные семьи	Родители-инвалиды	Родители-пенсионеры
Светлячок	18	8	10	7	10	1	-	-	-	17	1	-	-	-	-
Кораблик	24	13	11	9	15	-	-	-	-	22	2	-	-	-	-
Капитошка	19	10	9	5	6	8	-	-	-	18	1	-	-	-	-
Теремок	20	10	10	8	7	5	-	-	-	19	1	-	-	-	-
Радуга	23	15	8	7	8	8	-	-	-	21	2	-	-	-	-
Звездочка	19	7	12	6	7	6	-	-	-	19	-	-	-	-	-
Умка	22	10	12	5	14	3	-	-	-	22	-	-	-	-	-
Сказка	21	12	9	5	13	3	-	-	-	20	1	-	-	-	-
Всего	166	85	81	52	80	34	-	-	-	158	8	-	-	-	-

Фон здоровья воспитанников средний. 73% детей имеют вторую группу здоровья, остальные 27 % имеют первую и третью группы здоровья.

1.1.1.10. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности.

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов развития, его непосредственность и непроизвольность), а также системные особенности дошкольного образования (необязательность уровня дошкольного образования в РФ, отсутствие возможности вменения ребенку какой-либо ответственности за результат) обуславливают необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров, представляющих собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка.

Целевые ориентиры, обозначенные в ФГОС ДО, являются общими для всего образовательного пространства Российской Федерации.

Представленные в Программе целевые ориентиры помогут определиться, в каком направлении «вести» развитие детей, как спроектировать индивидуальный образовательный маршрут каждого ребенка.

Целевые ориентиры выступают основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования. При соблюдении требований к условиям реализации Программы настоящие целевые ориентиры предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования.

Целевые ориентиры к завершению дошкольного возраста (к 7 годам):

- Ребенок активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, способен договариваться, учитывая интересы и чувства других.
- 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, во взаимоотношениях с взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены.
- Ребенок проявляет любознательность, задает вопросы.
- Ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения.

Дети с различными недостатками в физическом и/или психическом развитии могут иметь качественно неоднородные уровни речевого, познавательного и социального развития личности. Поэтому целевые ориентиры основной образовательной программы Организации, реализуемой с участием детей с ограниченными возможностями здоровья, учитывают не только возраст ребенка, но и уровень развития его личности, степень выраженности различных нарушений, а также индивидуально - типологические особенности развития ребенка.

Условием достижения целевых ориентиров являются специальным образом, созданные условия, в число которых входит педагогический мониторинг.

1.1.2. Планируемые результаты освоения рабочей программы педагога.

Педагогический мониторинг осуществляется с целью определения динамики актуального индивидуального профиля развития ребенка и используется при решении следующих задач:

- индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- оптимизации работы с группой детей. Педагогический мониторинг опирается на принципы поддержки специфики и разнообразия детства, а также уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека.

В связи с этим, педагогический мониторинг:

- не содержит каких-либо оценок развития ребенка, связанных с фиксацией образовательных достижений;
- позволяет фиксировать актуальный индивидуальный профиль развития дошкольника и оценивать его динамику;
- учитывает зону ближайшего развития ребенка по каждому из направлений;
- позволяет рассматривать весь период развития ребенка от рождения до школы как единый процесс без условного деления на разные возрастные этапы, «привязанные» к паспортному возрасту, при этом учитывает возрастные закономерности развития, опираясь на оценку изменений деятельности дошкольника;
- учитывает представленные в Программе целевые ориентиры, но не использует их в качестве основания для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Инструментарий для педагогического мониторинга детского развития – карты наблюдения, карты развития.

1.2. Часть, формируемая участниками образовательных отношений.

Задачи поставлены на основе анализа анкетирования, изучения микро и макро среды, результатов педагогической диагностики, состояния психофизического развития воспитанников:

Создание условий для обеспечения оптимального двигательного режима, физического развития детей и осуществления своевременной коррекционно – развивающей помощи воспитанникам детского сада:

- содействует укреплению детского мышечного корсета, в том числе с позвоночника, верхних и нижних конечностей;
- способствовать формированию ценностного отношения дошкольников к собственному здоровью;
- содействовать элиминации избыточного психоэмоционального и мышечного напряжения в процессе самостоятельной и совместной двигательной деятельности;
- способствовать накоплению двигательного опыта детей, в ходе которого происходит: освоение ими основных видов движений; совершенствование их физических качеств; развитие представлений о своем теле и своих физических возможностях через знакомство с доступными способами укрепления здоровья; создание эмоционально - благоприятной (поддерживающей, стабилизирующей, настраивающей, активизирующей, тренирующей) среды физического развития и профилактика негативных эмоций;
- поддерживать формирование двигательно-творческих способностей до уровня соответствующего возрастным и индивидуальным возможностям ребенка;
- осуществлять воспитание гражданственности детей с учетом возрастных категорий, прививать уважение к правам и свободам человека, любви к окружающей природе, Родине, семье в процессе самостоятельной и совместной двигательной деятельности.

Т.Э Токаева программа физического и валеологического развития детей дошкольного возраста «Азбука здоровья»/

Образовательная область	Направления	ЧФУ	
		Парциальные программы	
			Дошкольный возраст
Физическое развитие	Забота о психическом и физическом здоровье - становление ценностей ЗОЖ; - становление целенаправленности и саморегуляции.		Т.Э. Токаева программа физического и валеологического развития детей дошкольного возраста «Азбука здоровья» Н.В. Полтацева «Физическая культура в дошкольном детстве» В.Г. Алямовская «Современные подходы к оздоровлению детей в дошкольном образовательном учреждении»
	Приобщение к физической культуре		Т.Э. Токаева программа физического и валеологического развития детей дошкольного возраста «Азбука здоровья» Н.В. Полтацева «Физическая культура в дошкольном детстве»

1.2.1 Пояснительная записка

Т.Э.Токаева «Будь здоров, малыш!»(основы здоровьесбережения).

Цель программы.

Содействие физическому и валеологическому развитию ребенка как субъекту физкультурно-оздоровительной деятельности, укрепление его физического и психического здоровья, формирование здорового образа жизни.

Задачи:

- изучение особенностей своего организма;
- формирование позиции признания ценностей здоровья и чувства ответственности за него.

1.2.2. Результаты освоения парциальной программы:

- ребенок, изучая себя, особенности своего организма, психологически готовится к тому, чтобы осуществлять активную оздоровительную деятельность, формировать свое здоровье;
- ребенок ориентирован на сотрудничество, дружелюбен, приязненно расположен к людям, способен участвовать в общих делах, совместных действиях, деятельности с другими детьми и взрослыми;
- ребенок обладает чувством разумной осторожности, выполняет выработанные обществом правила поведения (на дороге, в природе, в социальной действительности);
- ребенок проявляет познавательную активность, способность и готовность расширять собственный опыт за счет удовлетворения потребности в новых знаниях, переживать радость открытия нового; умение использовать разнообразные источники получения информации для удовлетворения интересов, получения знаний и содержательного общения;
- ребенок обладает креативностью, способностью к созданию нового в рамках адекватной возрасту деятельности, к самостоятельному поиску разных способов решения одной и той же задачи; способностью выйти за пределы исходной, реальной ситуации и в процессе ее преобразования создать новый, оригинальный продукт;
- ребенок проявляет самостоятельность, способность без помощи взрослого решать адекватные возрасту задачи, находить способы и средства реализации собственного замысла;

- ребенок признает здоровье как наиважнейшую ценность человеческого бытия, проявляет готовность заботиться о своем здоровье и здоровье окружающих, соблюдать правила безопасности жизнедеятельности, самостоятельно и эффективно решать задачи, связанные с поддержанием, укреплением и сохранением здоровья в рамках адекватной возрасту жизнедеятельности и общении.

II. Содержательный раздел

2.1. Обязательная часть

2.1.1. Описание образовательной деятельности в бассейне по обучению детей плаванию в соответствии с возрастными особенностями.

Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в образовательной области «Физическое развитие»; вариативных форм, способов, методов и средств реализации рабочей программы педагога дошкольного образования с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов.

Образовательная деятельность по направлению «Физическое развитие»

Образовательная область «Физическое развитие» представлена в виде примерного содержания работы ДООУ, по двум направлениям:

- физическое развитие;
- формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

Направление образовательной деятельности по физической культуре предполагает достижение целей формирования у детей дошкольного возраста интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, которое включает в себя:

- развитие физических качеств: скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации;
- накопление и обогащение двигательного опыта детей, овладение основными движениями;
- формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Направление «формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни» в воспитательно - образовательном процессе ДООУ предполагает:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья;
- воспитание культурно – гигиенических навыков;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни;
- организацию рационального питания (второй завтрак, питьевой режим, прием овощей и фруктов в обед и полдник).

Содержание физкультурно – оздоровительной работы состоит из следующих компонентов:

- гибкого режима дня;

- утренней гимнастики;
- оздоровительного бега;
- физкультурных занятия и физкультурных досугов;
- спортивных и подвижных игр;
- музыкально – ритмических движений;
- игровых упражнений, хороводов;
- городские спортивно-массовые мероприятия;
- мероприятия плана внедрения норм ГТО в Свердловской области.

Такие подходы позволяют создать условия, для того, чтобы ребенок проявлял волевые усилия, следовал социальным нормам поведения в игровых и подвижных видах деятельности, соблюдал правила безопасного поведения и личной гигиены, что является требованиями Федерального Государственного образовательного стандарта дошкольного образования.

2.1.2. Формы реализации содержания рабочей программы

Цель. Обучение плаванию детей дошкольного возраста. Правильно организованный процесс обучения плаванию оказывает разностороннее развивающее влияние на детей и имеет высокий образовательно-воспитательный 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. Это одна из эффективнейших форм закаливания и профилактики многих заболеваний.

Формы реализации содержания рабочей программы по обучению плаванию.

СОД (совместная образовательная деятельность): «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста Т.В Будкова, Обучение плаванию детей Т.И. Осокина.

СОД + самостоятельная двигательная деятельность: интенсивная разминка перед занятием плаванием, свободное плавание, круговая тренировка на воде, индивидуальная двигательная деятельность в центрах активности, спортивные игры, эстафеты на воде, оздоровительный бег, корригирующая и дыхательная гимнастика, праздники, развлечения в бассейне, настольно-печатные дидактические игры, аквааэробика.

2.1.2.1. Модуль. Организация образовательной деятельности в бассейне по обучению плаванию детей 3 – 4 лет (вариативные формы, способы, методы и средства реализации).

Младшая группа. Задачи по плаванию.

Воспитание гигиенических навыков: самостоятельность, аккуратность, учить мыться под душем, пользоваться полотенцем, губкой.

Развитие двигательных умений и навыков: учить выполнять правильно упражнения у бортика, в игре, стоя свободно. Приучать самостоятельно, передвигаться по воде, друг за другом, парами, разными способами (уточки, рыбки, зайчики); учить выполнять прыжки, держась и не держась за бортик; учить бегать в воде с игрушкой и без нее вдоль бортика, от бортика к бортику, врассыпную.

Работа над дыханием: дуть на игрушку ..., делая энергичный выдох; учить делать выдох в воду, опуская лицо в воду и погружаясь до подбородка; лить воду себе на голову, не вытирая лицо руками; пускать пузыри; опустить лицо в воду, «дождик ...».

Всплывание: выполнять упражнения «медуза», «самолет», «поплавок» на груди и на спине с помощью взрослого.

Скольжение: приступить к разучиванию скольжения на груди и спине с помощью взрослого.

Воспитание физических качеств: ловкости, быстроты, силы мышц туловища, ног, рук.

Правила поведения: соблюдать очередность при входе в бассейн, выполнять упражнения по указанию воспитателя, не кричать.

2.1.2.2. Модуль. Организация образовательной деятельности в бассейне по обучению плаванию детей 4 – 5 лет (вариативные формы, способы, методы и средства реализации).

Средняя группа. Задачи по плаванию.

Воспитание гигиенических навыков: продолжать учить самостоятельно, раздеваться и одеваться, аккуратно складывать одежду. Учить мыться под душем, пользуясь мылом и мочалкой, вытираться, сушить волосы, складывать одежду в мешочек. Одеваться в определенной последовательности, застегивать все пуговицы.

Развитие двигательных умений и навыков: ходьба и бег с высоким подниманием бедра, приставным шагом, скрестным, боком, спиной ..., загребая воду руками - «кто быстрее», парами ...

Упражнения в прыжках: прыжки от бортика к бортику, выпрыгивая высоко с последующим погружением в воду (до подбородка, до глаз, с головой), подпрыгивание с последующим падением на воду.

Погружение под воду: погружение в воду до подбородка, до уровня носа, с головой, погружение лица в воду и пускание пузырей. Выполнять упражнение «насос», доставать предметы со дна с погружением под воду.

Всплывание: осваивать навыки всплытия «медуза», «самолет» на груди и спине, «поплавок», работать ногами держась за опору, работа руками стоя.

Скольжение: скользить «стрелой» с предметом в руках с задержкой дыхания и с выдохом в воду. Плыть удобным для себя способом.

Воспитание физических качеств: быстроты, силы, смелости.

Правила поведения: спускаться в воду друг за другом не толкаясь, не кричать, не бегать. Выполнять все указания воспитателя.

Содержание образовательной деятельности (см. Приложение №1)

2.1.2.3. Модуль. Организация образовательной деятельности в бассейне по обучению плаванию детей 5-6 лет (вариативные формы, способы, методы и средства реализации).

Старшая группа. Задачи по плаванию.

Воспитание гигиенических навыков: учить самостоятельно готовиться к плаванию (раздеваться, готовить вещи для душа), самостоятельно мыться под душем, вытираться, сушить волосы, одеваться ...

Развитие двигательных умений и навыков: использовать все виды ходьбы, бега в форме соревнования, с работой рук (гребки) бег вперед спиной с работой рук, играть «кто выше», с погружением под воду руки на пояс.

Упражнения с погружением в воду и выдох в воду: «насос», «сосчитай пальцы», «доставать дно руками, открывать глаза в воде, громко говорить под водой, сидеть на дне, всплывать», «поплавок», «медуза», «морская звезда» на груди и спине.

Скольжение: учить детей ложиться на воду, задерживая дыхание, скользить на груди и спине. Отрабатывать движения на «кроль». Учить скольжению с доской, работая ногами: лицо на поверхности воды, лицо в воде, с дыханием. Выполнять скольжение на груди и спине, с поворотом туловища.

Дыхание: учить делать полный выдох в воду; делать вдох, приподнимая голову над водой, чтобы рот был чуть выше поверхности воды; учить делать выдох через нос и рот, а вдох через рот. Учить выдыхать постепенно. Начать обучение дыханию с поворотом головы. Пытаться плыть любым способом в полной координации (на груди и спине).

Воспитание физических качеств: продолжать воспитывать силу, быстроту, смелость, выдержку, выносливость.

Правила поведения: быть внимательным при выполнении упражнений, не толкаться в воде, не нырять навстречу друг другу.

2.1.2.4. Модуль. Организация образовательной деятельности в бассейне по обучению плаванию детей 6-7 лет (вариативные формы, способы, методы и средства реализации).

Подготовительная группа. Задачи по плаванию.

Воспитание гигиенических навыков: четко выполнять все правила личной гигиены, принимать душ, мыть тело быстро и тщательно, быстро одеваться и раздеваться, сушить волосы.

Развитие двигательных умений и навыков: свободно передвигаться в воде, сочетая разновидности ходьбы, бега, прыжков, усложнения их, увеличивая нагрузку. Учить стартовому прыжку.

Дыхание: отрабатывать ритмичное дыхание: короткий энергичный вдох и более длительный полный выдох.

Всплывание, ныряние: плавать на груди и спине, всплывать «поплавок», сидеть на дне, доставать несколько предметов со дна, проплывать под 3-4-мя перекладинами под водой ...

Скольжение: продолжать учить скользить по воде без помощи рук и ног с задержкой дыхания; с работой ног на спине и груди. Учить скользить на груди (левая, правая рука впереди), другая прижата к туловищу; обе прижаты к туловищу; обе вытянуты над головой. Учить скользить на спине, руки за головой – переворот на грудь. Учить координации работы руками и ногами, плыть с задержкой дыхания. Учить плыть «кролем» на спине и груди с дыханием в полной координации.

Воспитание физических качеств: продолжать воспитывать силу, ловкость, выносливость.

Правила поведения: знать все правила поведения в бассейне и в воде и сознательно их выполнять.

Содержание образовательной деятельности (см. Приложение №2)

2.1.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.

Содержание образовательной области «Физическое развитие» дошкольного возраста включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-

двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Задачи психолого-педагогической работы с детьми дошкольного возраста

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено:

- Формировать предпосылки здорового образа жизни.
- Обеспечить безопасность жизнедеятельности детей.
- Укреплять здоровье детей.
- Организовать рациональный режим дня в группе, обеспечивающий физический и психологический комфорт ребенка.
- Закреплять потребность в чистоте и аккуратности, продолжать формировать навыки культурного поведения.
- Содействовать полноценному физическому развитию детей.
- Создавать условия для совершенствования основных физических качеств.
- Продолжать поддерживать и развивать потребность в разнообразной самостоятельной двигательной активности; обогащать двигательный опыт детей за счет общеразвивающих и спортивных упражнений; обучать детей технике выполнения основных движений.

По становлению мотивации к двигательной активности и развитию потребности в физическом совершенствовании:

- поддерживать и поощрять ежедневную двигательную активность детей;
- воспитывать потребность в аккуратном обращении со спортивным инвентарем, физкультурным оборудованием, следить за его состоянием;

По накоплению и обогащению двигательного опыта (развитию основных движений), воспитанию культуры движений:

- побуждать к самостоятельной двигательной активности, создавать для этого комплекс необходимых условий в группе и на улице во время прогулки, в семье;
- продолжать совершенствовать культуру движений, технику их выполнения;
- способствовать переводу умений двигательной деятельности в навыки, развивать качество навыков и качество движений;

- совершенствовать основные движения: соблюдение заданного темпа в беге и ходьбе, перестроениях, лазанье и ползание, сочетание движений друг с другом в выполнении более сложных упражнений и игр, точное выполнение упражнения и движения в разном темпе и ритме, сохраняя равновесие, координацию и ориентацию в пространстве;
- совершенствовать технику выполнения основных и общеразвивающих движений, спортивных упражнений;
- продолжать учить самостоятельно играть в разнообразные подвижные игры, игры-соревнования, оказывать детям помощь в комбинировании подвижных игр, придумывании новых, непосредственной игре в них; По развитию физических качеств:
- поддерживать самостоятельность детей в их развитии во всех видах двигательной деятельности; По развитию интереса к спортивным играм и упражнениям:
- углублять интерес к спортивным играм и упражнениям, занятиям в спортивных секциях и группах;
- воспитывать чувство гордости за спортивные достижения России, за победы на Олимпиадах;
- продолжать обучать играм в городки, бадминтон, элементам баскетбола, футбола, хоккея, настольного тенниса;
- продолжать развивать инициативность, активность, самостоятельность, произвольность, выдержку, настойчивость, смелость, организованность, самоконтроль, самооценку, двигательное творчество;
- поддерживать социально-нравственные проявления детей в двигательной деятельности, активно развивать их средствами данной деятельности. По формированию культурно-гигиенических навыков:
- развивать умения самообслуживания и самостоятельного осуществления полезных привычек, элементарных навыков личной гигиены; определять состояние своего здоровья (здоров или болен), а также состояние здоровья окружающих; назвать и показать, что именно болит, какая часть тела;
- совершенствовать культуру приема пищи;
- развивать умения и потребность самостоятельно выполнять утреннюю гимнастику, закаливающие процедуры; По формированию первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни:
- развивать представления о внешних и внутренних особенностях строения тела человека; правилах здоровья: режим дня, питание, сон, прогулка, культурно-гигиенические умения и навыки, навыки самообслуживания, занятия физкультурой и профилактика 127 болезней; о поведении, сохраняющем и укрепляющем здоровье; о безопасном поведении в быту, на улице, в природе, обществе; о полезных и вредных привычках; о поведении заболевшего и болеющего человека; о здоровом взаимодействии со сверстниками и взрослыми;
- формировать и закреплять навыки соблюдения правил безопасного поведения в подвижных играх, в спортивном уголке группы; умения одеваться в соответствии с погодой, не переохлаждаясь и не утепляясь чрезмерно; правильно одеваться на прогулки и походы в лес; различать съедобные и ядовитые грибы, ягоды, травы, правильно себя вести в лесу;

соблюдать правила дорожного движения; вести себя в транспорте в соответствии с правилами перевозки; правильно вести себя на воде, на солнце;

- воспитывать ценностное отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей, общества в целом; продолжать обогащать представления о том, что такое здоровье и как поддержать, укрепить и сохранить его;
- поддерживать веру ребенка в свои возможности и собственные силы, воспитывать как субъекта здоровьесберегающей деятельности и поведения;
- Основные пути и средства решения задач:
 - По возможности оснащать пространственно-развивающую среду в помещении и на территории детского сада физкультурным и спортивно-игровым оборудованием.
 - Организовывать массовые физкультурные праздники и участвовать в них.
 - Поддерживать на уровне, соответствующем возрастным нормам, двигательные качества: ловкость, быстроту, силу, выносливость, гибкость, координацию.
 - Вводить элементы сезонных видов спорта и спортивных игр.
 - Расширять репертуар подвижных народных игр и усложнять его.
 - Создавать условия для игр с мячом.
 - Широко использовать спортивные игры и упражнения, корригирующие упражнения, элементы ЛФК для профилактики нарушений осанки, опорно-двигательного аппарата, плоскостопия.
 - Следить за поддержанием правильной осанки во время разных видов деятельности.
 - Укреплять организм, используя естественные природные закаливающие факторы (солнечный свет, воздух, вода). - Избегать перегрузки организованными занятиями.
 - Знакомить их с правилами личной безопасности в быту и в различных жизненных ситуациях. Учить предвидеть простейшие последствия собственных действий
 - Расширять представления о правилах безопасного поведения в быту, на природе, на улице; передавать детям знания о правилах безопасности дорожного движения в качестве пешехода и пассажира транспортного средства;
 - Сформировать осознанное выполнение требований безопасности;
 - закреплять проявления осторожности и осмотрительности.

2.1.4. Взаимодействие педагогического коллектива с семьями воспитанников.

Нет ни одной образовательной программы, которая не уделяла бы в той или иной степени внимания работе с семьей. Наличие плана работы с родителями является обязательной составляющей годового плана любой дошкольной организации, принципиально важным аспектом ее деятельности. Во всех детских садах регулярно проводятся родительские собрания, совместные праздники, досуги, игры и т. д. Подчеркнем, что в программе «Открытие» педагоги не просто «работают с семьями» — они вовлекают их в образовательный процесс и жизнедеятельность детского сада, целенаправленно и планомерно выстраивают с родителями доверительные, партнерские отношения. Этого можно достигнуть только при соблюдении обеими сторонами определенных условий, и одно из этих условий — взаимное информирование о ребенке и разумное использование полученной информации педагогами и родителями в интересах детей.

Программа основывается на убеждении, что вовлечение семей чрезвычайно важно для обогащения развития детей в детском саду и для использования уже имеющихся интересов и знаний ребенка, источником которых является его семья.

Программа «Открытия» предлагает принципиально иной подход: выстраивание педагогами продуктивного взаимодействия с семьями необходимо им для успеха собственной профессиональной работы с детьми.

Программа исходит из того, что ребенок живет в семье, ее влияние — основа развития и воспитания, ее законы и ценности приоритетны. Конечно, профессионализм педагога чрезвычайно важен для работы с детьми. Однако его профессиональную заинтересованность в каждом ребенке не стоит противопоставлять глубокому, заложенному природой интересу родителей к судьбе собственного ребенка.

Собственно, профессионализм педагога во многом определяется тем, насколько успешно он работает в союзе с родителями. Дети чрезвычайно зависимы от своей семьи.

Семья обеспечивает ребенку в этом возрасте и еще долгие годы будет обеспечивать такие важные составляющие жизни, как:

- эмоциональное благополучие — это собственно родительская любовь и ласка, так необходимые малышу. Это поддержка и ощущение безопасности, которые исходят от членов семьи, которые всегда рядом.

Это постоянное внимание и мягкие напоминания о том, что хорошо и что плохо;

- физическое благополучие — это и еда, и одежда, и жилище — со всеми мелкими, но важными составляющими. Это, конечно, и забота о здоровье ребенка;

- условия для развития — возможность ползать, ходить, бегать, лазать, играть и общаться, получать новые впечатления, игрушки, книжки и прочее;
- и наконец, просто готовность принимать малыша таким, какой он есть, прощать ему то, за что могут осудить малознакомые люди или на что могут сурово (и, возможно, не всегда справедливо) отреагировать педагоги.

Образование в дошкольной организации «надстраивается» над этими отношениями ребенка и семьи. Предоставляя родителям возможность участия во всех аспектах деятельности организации, педагоги увеличивают шансы ребенка на преуспевание и хороший эмоциональный фон. И, что очень важно для самих педагогов, они тоже получают шансы на лучшие результаты своей профессиональной работы. Поэтому важно выстраивать с семьями партнерские отношения, основанные на доверии и взаимном информировании о ребенке.

Общение с родителями по поводу детей — важнейшая обязанность педагогического коллектива.

Все семьи заинтересованы в том, чтобы дети хорошо развивались и учились общаться со сверстниками. Реальная оценка развития детей в группе детского сада подразумевает активную обратную связь между педагогами и родителями, между педагогами и детьми и призвана содействовать сотрудничеству между всеми участниками образовательного процесса.

В силу своей профессии педагоги обязаны позитивно влиять на развитие детей своей группы. Но необходимо, чтобы их мастерство, советы, мудрость были искренне разделены и приняты родителями на основе сформированного доверия и продуктивного взаимодействия.

Воспитатели должны отдавать себе отчет в том, что независимо от имеющегося у них образования — среднего или высшего — многие родители могут иметь высокий уровень образования, творческий потенциал и даже просто жизненную мудрость. Кто-то из них имеет полезный личный опыт, связанный, например, с проблемами в здоровье и развитии старших детей. Это значит, что педагоги должны оценить потенциал разных семей, разных людей, которые вовлечены в жизнь детей группы. Только сами родители могут пожелать открыться воспитателям, рассказать, что для них важно, в чем они могут участвовать, что и когда они хотят и готовы делать в группе.

Одна из основных задач воспитателей — вовлечь родителей в конкретные дела, занятия, проекты, развивающиеся в группах, которые посещают их дети. И теория, и практика показывают, что вовлечение семьи приносит пользу и детям, и детскому саду, и, прежде всего, самим родителям:

Эмоциональная вовлеченность позволяет родителям чувствовать себя продуктивными, энергичными, причастными к образованию своего ребенка, помогающими другим, обновленными и готовыми к новым жизненным задачам.

Физическая вовлеченность позволяет им сформировать новые умения, забыть о беспокойствах, познакомиться с другими людьми, повеселиться и посмеяться. Непосредственное присутствие в группе в качестве помощника воспитателя

приносит большую пользу семьям, так как возможность поработать в профессиональной среде помогает родителям лучше разобраться в вопросах развития детей, научиться некоторым «премудростям» работы с детьми.

Наблюдения за своими детьми на фоне других детей позволяют им понять, что все дети разные, что нужно не сравнивать своего ребенка с другими, а видеть и оценивать его развитие раньше и теперь. Участвуя в делах группы, родители убеждаются, насколько многому дети учатся через игру, через занятия в центрах активности и познавательную деятельность, решая проблемы, замышляя и осуществляя вместе со сверстниками свои идеи и проекты, учатся самооценке.

Родители оценивают важность предоставления ребенку права на выбор своих занятий для развития альтернативного мышления, для анализа ситуации и возможностей, они смогут наблюдать за тем, как ребенок преуспевает в социальном развитии — находит друзей, учится работать вместе с другими детьми. Обычно пребывание в группе делает родителей убежденными сторонниками программы, ориентированной на ребенка, и позволяет некоторым из них сделать выводы о том, что незачем перегружать ребенка посещением многочисленных кружков, «подстегивая» тем самым его развитие.

Какую пользу извлекают дети из присутствия членов семьи в группе?

- Дети общаются с семьями сверстников, которые представляют разнообразные культуры, что дает возможность более глубоко понять другие культуры.

- Каждый ребенок имеет возможность получить больше внимания взрослых, так как меняется соотношение детей и взрослых в группе.

- Как правило, улучшается отношение и растет доверие детей к детскому саду, укрепляется чувство защищенности в процессе совместной работы педагогического коллектива и родителей.

- Расширяется круг взрослых, которые выступают для детей в качестве источника знаний и опыта.

- Дети получают дополнительные стимулы в своем стремлении к достижению успеха. Реальную пользу от вовлечения семьи в образовательный процесс получают и воспитатели. Они:

- получают еще одного заинтересованного взрослого, который может занять детей в каком-то центре;

- могут попросить помощника понаблюдать за тем, как и с кем, играют дети, и обсудить с ним результаты этих наблюдений – это поможет педагогам лучше планировать свою работу;

- могут рассчитывать на использование увлечений, талантов, знаний и интересов родителей для обогащения содержания своей работы с детьми, а также использование потенциала старших братьев и сестер, бабушек и дедушек;

- могут быть уверенными, что родители будут помогать детям закреплять полученные знания дома;

- способствуют более тесному общению родителей друг с другом, что способствует поддержке программы и совместных проектов детей и взрослых;

- могут уверенно рассчитывать на то, что родители будут охотнее отзываться на просьбы о помощи в формировании каких-то учебных материалов, игрушек, книг, поскольку убедились в эффективности работы с ними в группе.

Семья является важнейшим общественным институтом, имеющим решающее значение, как для индивидуальной жизни человека, так и для социального, экономического культурологического развития общества.

Цель коллектива – установить партнерские отношения, объединить усилия для успешного освоения детьми основной общеобразовательной программ дошкольного образования, создать атмосферу общности интересов, активизировать родителей через включение их в управление и совместную детско-взрослую деятельность.

Задачи:

1. Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.
2. Оказание помощи родителям (законным представителям) в воспитании детей, охране и укреплении их физического и психического здоровья, в развитии индивидуальных способностей и необходимой коррекции нарушений их развития.
3. Обеспечить учет образовательных потребностей, интересов и мотивов детей, членов их семей в определении:
 - специфики национальных, социо - культурных и иных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность;
 - выбора тех парциальных образовательных программ и форм организации работы с детьми, которые в наибольшей степени соответствуют потребностям и интересам детей, а также возможностям педагогического коллектива;
 - сложившиеся традиции ДОУ.
4. Создать условия для включения родителей (законных представителей) в образовательную деятельность.
5. Обеспечить информационную открытость разработки и реализации Программы для предоставления информации о ОП ДО семье и всем заинтересованным лицам, вовлечённым в образовательную деятельность.
6. Взаимодействие с родителями (законными представителями) по вопросам образования ребенка, непосредственного вовлечения их в образовательную деятельность, в том числе посредством создания образовательных проектов совместно с семьей на основе выявления потребностей и поддержки образовательных инициатив семьи.
6. Обеспечить консультативной поддержкой родителей (законных представителей) по вопросам развития и охраны здоровья детей. Для осуществления партнерского взаимодействия с родителями используются разнообразные формы: — Активное участие родителей в разработке и реализации индивидуального образовательного маршрута ребенка;
 - Приглашение родителей в периоды непосредственно образовательной деятельности с целью рассказа об их профессии, хобби и т.д.;
 - Сотрудничество в рамках исследовательских проектов, где взрослый идет консультантом;
 - Участие родителей в центрах активности в качестве ассистентов.

Семья является важнейшим общественным институтом, имеющим решающее значение, как для индивидуальной жизни человека, так и для социального, экономического культурологического развития общества. В современных условиях дошкольное образовательное учреждение является единственным общественным институтом, регулярно и неформально взаимодействующим с семьей, то есть имеющим возможность оказывать на нее определенное влияние.

В основу совместной деятельности семьи и дошкольного учреждения заложены следующие принципы:

- единый подход к процессу воспитания ребенка;
- открытость дошкольного учреждения для родителей;
- взаимное доверие во взаимоотношениях педагогов и родителей;
- уважение и доброжелательность друг к другу;
- дифференцированный подход к каждой семье;
- равноответственность родителей и педагогов.

В основе совместной деятельности семьи и МАДОУ по реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования заложены следующие принципы:

1. Родители и педагоги являются партнерами в воспитании и обучении детей.
2. Единство в понимании педагогами и родителями ценностно-целевых ориентиров, задач, средств, условий, результата развития ребенка.
3. Помощь, поддержка, уважение и доверие к ребенку со стороны педагогов и родителей.
4. Знание педагогами и родителями воспитательных возможностей педагогического коллектива и семьи, максимальное использование воспитательного потенциала в совместной работе с детьми.
5. Постоянный анализ (с использованием общественной экспертизы) промежуточных и «конечных» результатов образовательного процесса (образования ребенка), с целью обеспечения успешности ребенка на каждом возрастном этапе развития.

Взаимодействие педагогов ДООУ и семьи в ходе реализации основной образовательной программы дошкольного образования выстраивается по следующим направлениям:

- вовлечение родителей в планово-прогностическую, организационную, экспертно-аналитическую деятельность;
- организация психолого-педагогического, нормативно-правового просвещения родителей;
- практическая помощь семье в воспитании ребенка;

- использование в практической деятельности позитивного опыта общественного и семейного воспитания;
- оказание помощи родителям в профилактике девиантных форм поведения детей;
- разработка тематического оформления образовательного учреждения по работе с семьей;
- активизация педагогического самообразования родителей;
- расширение сферы дополнительного образования и досуговых услуг.

Родители владеют необходимыми знаниями, практическими умениями и навыками воспитания и обучения детей дошкольного возраста; активно включаются в планирование, организацию и оценку результатов образовательного процесса; удовлетворены образовательными услугами.

2.1.5. Иные характеристики содержания Программы

2.1.5.1. Образовательные технологии

Средства реализации – использование здоровьесберегающих и здоровьесформирующих технологий. Технология – научное прогнозирование и точное воспроизведение педагогических действий, которые обеспечивают достижение запланированных результатов.

Здоровьесберегающие технологии - это технологии, направленные на сохранение здоровья и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников.

Здоровье формирование – педагогический процесс, направленный на формирование и развитие у субъектов позитивной, устойчивой ориентации на сохранения здоровья, как необходимого условия жизнеспособности.

Технологии сохранения и стимулирования здоровья	Технологии обучения здоровому образу жизни	Коррекционные технологии
• Различные гимнастики • Подвижные и спортивные игры • Динамические паузы	• Физкультурные занятия • Проблемно-игровые занятия • Коммуникативные игры • Занятия из серии «Здоровье»	• Технологии музыкального воздействия • Сказкотерапия • Цветотерапия

Релаксация • Стретчинг • Ритмопластика	• Самомассаж	• Психагимнастика
Методы реализации содержания образовательной области «Физическое развитие»		
Наглядный	Словесный	Практический
<u>Наглядно – зрительные приемы</u> (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры) <u>Наглядно – слуховые приемы</u> (музыка, песни) <u>Тактильно – мышечные приемы</u> (непосредственная помощь инструктора, воспитателя)	• Объяснения, пояснения, указания • Подача команд, распоряжений, сигналов • Вопросы к детям • Образный сюжетный рассказ, беседа • Словесная инструкция	• Повторение упражнений, (без изменения, с изменением) • Повторение упражнений в игровой форме • Проведение упражнений в соревновательной форме
Средства физического развития	Формы физического развития	
Двигательная активность Занятия физкультурой	• Физкультурные занятия • Закаливающие процедуры • Утренняя гимнастика, корригирующая гимнастика, ЛФК • Подвижные игры, физкультминутки • Спортивные игры, развлечения, праздники, соревнования	
Эколого – природные факторы (солнце, воздух, вода)		
Психогигиенические факторы (гигиена сна, питания, занятий)	• кружки и секции • музыкальные занятия, ритмика • самостоятельная двигательнo-игровая деятельность детей	

Образованность и здоровье – фундаментальные жизненные блага, качеством которых определяется и уровень жизни отдельного человека, состоятельность каждого государства. Происходит это потому, что образование и здравоохранение рассматриваются, как самостоятельные сферы.

Задачи управления здоровья воспитанников по самой своей природе имеют комплексный характер.

Задачи:

1. Побуждение в детях желание заботится о своем здоровье, заинтересованное отношение к собственному здоровью.

2. Формирование установки на использование здорового питания.
3. Использование оптимальных двигательных режимов для детей с учетом психологических и иных особенностей, развитие потребности физической культуры и спорта.
4. Выполнение рекомендованного педагогами и врачами режима дня.
5. Формирование знаний о негативных факторах риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, низкий уровень закаленности).
6. Формирование потребности ребенка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья.
7. Развитие готовности ребенка самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены.

Средства и методы здоровьесформирования:

- методики и технологии психолого-медико-социального сопровождения воспитанников на каждом возрастном этапе,
- игры, направленные на здоровьесформирование дошкольников;
- решение проблемных ситуаций;
- промежуточные и итоговые диагностики состояния здоровья,
- мероприятия по формированию здорового образа жизни,
- коррекционная работа по медицинским показателям,
- технологии включения воспитанников и родителей воспитанников в здоровьесформирующую деятельность. Медико-профилактические технологии Психологическая безопасность

- организация мониторинга здоровья дошкольников
- организация и контроль питания детей
- закаливание
- организация профилактических мероприятий
 - организация обеспечения требований СанПиН
 - организация здоровьесберегающей среды
 - комфортная организация режимных моментов
 - оптимальный двигательный режим
 - правильное распределение интеллектуальных и физических нагрузок
 - доброжелательный стиль общения взрослого с детьми
 - использование приемов релаксации в режиме дня

2.1.5.2. Физкультурно-оздоровительные технологии

Оздоровительная направленность воспитательно - образовательного процесса

- развитие физических качеств, двигательной активности
- становление физической культуры детей
- дыхательная гимнастика, самомассаж
- профилактика плоскостопия и формирования правильной осанки
- воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье
- учет гигиенических требований
- создание условий для оздоровительных режимов
- бережное отношение к нервной системе ребенка
- учет индивидуальных особенностей и интересов детей
- предоставление ребенку свободы выбора
- создание условий для самореализации
- ориентация на зону ближайшего развития

Виды здоровьесберегающих технологий:

-Технологии сохранения и стимулирования здоровья

-Технологии обучения здоровому образу жизни

-Коррекционные технологии

1. ритмопластика
2. динамические паузы
3. подвижные и спортивные игры
4. релаксация
5. различные гимнастики
6. физкультурные занятия
7. проблемно-игровые занятия
8. коммуникативные игры
9. занятия из серии «Здоровье»
10. самомассаж

- 11.технологии музыкального воздействия
- 12.сказкотерапия
- 13.цветотерапия
- 14.психогимнастика

2.1.5.3. Планирование образовательной деятельности (проектно-тематический план)

Проектно-тематический план для детей младшего дошкольного возраста

Наименование блоков и тем	Количество занятий: (56 – 2 раза в неделю)	
	II младшая группа	средняя группа
Знакомство с водой: «Водичка – водичка, умой мое личико»	6	4
Передвижения в воде: «Ножки топают в водичке»	30	16
Ныряние с открытыми глазами: «Мы ребята смелые, если захотим, сквозь водичку поглядим»	20	16
Дыхание: «Пускаем пузыри»	30	14
Лежание на воде: «Самый лучший поплавок»	28	25
Скольжение: «Чья стрелочка самая красивая»	13	24

Проектно-тематический план для детей старшего возраста

Блок	Тема	Срок
Знакомимся со спортивным способом плавания – кроль на груди	Что включает в себя понятие «техника спортивного плавания»	Октябрь
Учимся технике спортивного способа плавания кролем на груди	Скольжение на груди на задержке дыхания с различным положением рук	Октябрь
	Упражнения для обучения движений рук в скольжении на груди на задержке дыхания	Ноябрь
	Плавание на задержке дыхания в согласовании с гребком одной рукой	Ноябрь
	Плавание на задержке дыхания в согласовании с гребками двух рук	Декабрь
	Совершенствование умений в движениях рук, ног по плаванию	Декабрь
	Контрольное «На первой ступени к Олимпиаде»	Январь
	Плавание при помощи движений ног с доской	Январь
	Плавание при помощи движений ног	Февраль
	Плавание при помощи движений ног и дыхания	Февраль
	Плавание при помощи движения рук и дыхания	Март
	Плавание при помощи движений рук, ног и дыхания	Апрель. Май
	Совершенствование умений в движениях рук, ног и дыхания – в полной координации	Май
Я умею плавать	Контрольное «Олимпийская сага»	Май

2.2. Часть, формируемая участниками образовательных отношений

Программа «Будь здоров, малыш!» . Дошкольный возраст Программа физического и валеологического развития детей дошкольного возраста «Азбука здоровья» Т.Э. Токаева.

Задачи:

1. Обеспечивать развитие ребенка как субъекта физкультурно-оздоровительной деятельности:
2. учить проявлять интерес и положительное отношение к себе, своему «физическому Я», физической культуре и здоровью, проявлять двигательную активность, самостоятельность, инициативу.
3. Формировать активное отношение ребенка к своему «физическому Я» и здоровью, как главной ценности жизни через приобщение к физической культуре: развивать потребность к разнообразной двигательной деятельности и активности, обеспечить физическую готовность ребенка к школе, его способность успешно войти в новый режим и условия учебной деятельности, сохранить высокую работоспособность и преодолеть неизбежные трудности без потерь для своего физического и психологического здоровья, осознавать свое «физическое Я» и понимать зависимость между состоянием своего здоровья и развитием двигательных способностей, выполнением способов физкультурно – оздоровительной деятельности.
4. Содействовать развитию субъектного опыта физкультурно – оздоровительной деятельности у детей 3-7 лет.
5. Способствовать освоению ребенком простейших правил народных подвижных игр.
6. Создавать условия для ознакомления ребенка со спортивными упражнениями народов Среднего Урала, обогащая его двигательный опыт: ходьба на лыжах, катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам.
7. Создавать условия для активного накопления ребенком первичных представлений о строении тела человека, его основных частях, их назначении, правилах ухода за ними, умения обращаться за помощью в ситуациях, угрожающих здоровью.
8. Поддерживать собственную созидательную активность ребенка, его способность самостоятельно решать актуальные проблемы и задачи безопасного, разумного поведения в разных ситуациях.
9. Способствовать самостоятельному переносу в игру правил здоровьесберегающего поведения.
10. Развивать двигательный опыт ребенка с использованием средств ближайшего природного и социального окружения, стимулировать двигательную активность, стремление к самостоятельности, к соблюдению правил, через подвижные игры народов Урала.
11. Способствовать формированию полезных привычек здорового образа жизни с использованием местных природных факторов. Познакомить ребенка с определенными качествами полезных продуктов.

Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации содержания, способы и направления поддержки детской инициативы.

ТРАДИЦИОННЫЕ формы работы по физическому воспитанию:

1. Физкультурное занятие – обучение новым движениям, повторение и закрепление ранее пройденного материала, воспитание физических и нравственно – волевых качеств (проводится 3 раза в неделю, 1 раз на воздухе).

Типы занятий:

- Обучающие (ознакомление с новым программным материалом);
- Смешанные (разучивание новых движений и совершенствование основных ранее);
- Вариативные (основаны на хорошо знакомом материале, но включает усложненные варианты двигательных заданий). Виды занятий:
- Тренировочное занятие (направленно на развитие двигательных и функциональных возможностей детей);
- Игровое занятие (построено на основе разнообразных игр «Двигательная угадай - ка» и другие);
- Сюжетно - игровое занятие (сroitся на целостной сюжетно – игровой ситуации);
- Занятия с использованием тренажеров;
- Занятие ритмической гимнастикой (проводится под музыку с включением разных видов ходьбы, бега, прыжков и танцевальных движений);
- Комплексные занятия (направленно на синтез разных видов деятельности).

2. Физкультурно–оздоровительная работа в режиме дня:

- Утренняя гимнастика (ежедневно до завтрака 10 – 12 минут);
- Подвижные игры и физические упражнения на прогулке (час, полтора);
- Физкультурные минутки (1,5 – 2 минуты во время занятий для предупреждения утомляемости и повышения интереса к занятиям);
- Физическая пауза (10 минут для снижения утомляемости);
- Просыпательная гимнастика (после дневного сна, для поднятия настроения, мышечного тонуса, и профилактики нарушений осанки и стопы);

- Закаливание (повышение устойчивости организма к заболеваниям). 3. Активный отдых – обогащение двигательного опыта детей, воспитание командного духа, развитие физических качеств
- Физкультурный досуг (40 – 50 минут развивает у детей творчески использовать свой двигательный опыт);
- Физкультурные праздники (один час - час двадцать, дети приобщаются к физкультуре и спорту, совершенствуют движения);
- День здоровья (один раз в квартал для оздоровления детей);
- Экскурсии;
- Целевые прогулки по территории детского сада и за его пределами.

4. Самостоятельная двигательная деятельность детей – способствует укреплению здоровья, улучшению физического развития всех систем организма (утром, на прогулке, после сна, вечером).

Она включает в себя - дидактические игры формируют представления детей о пользе занятий физической культурой и ЗОЖ;

- совместную с партнерами двигательную деятельность на основе используемых схем и алгоритмов, моделирующих последовательность действий ребенка при организации подвижной игры, выполнении физкультурного или спортивного упражнения;

- простейшую поисковую деятельность, связанную с темой «спорт и здоровье»;

5. Задания на дом (воспитание ЗОЖ, используя воспитательный потенциал семьи);

6. Коррекционная работа (по плану специалистов);

7. Индивидуальная работа с детьми (проводится в течение дня);

8. Взаимодействие с родителями:

– Родительские собрания;

– Индивидуальные задания на дом;

– Совместное проведение физкультурных праздников и досугов;

– Информационный материал (папки - передвижки).

– Выставки детских или совместно подготовленных с родителями коллекций, картин, фотографий, проектов: «Полезные для здоровья предметы и вещи», «Обереги здоровья», «Наши добрые помощники» (об органах чувств) и др.;

- Создание чудесной книги здоровья, книги витаминов;
- Коллекционирование, выставка полезных предметов (для здоровья); – Тематические конкурсы, соревнования с участием детей и родителей на темы укрепления здоровья («Папа, мама, я - спортивная семья», «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья», «Безопасная улица» и др.);
- рассматривание детских фотографий родителей, бабушек, дедушек, воспитателя на физкультуре, на соревнованиях; знаменитых спортсменов малой родины, родного края;
- 9. Секционно–кружковая работа (по интересам детей в период ЛОК).
- 10. Стихи, пословицы, поговорки о здоровье, закаливании, гигиене, культуре еды и др.;
- 11. Образовательные ситуации и игровые тренинги, обеспечивающие углубление представлений о правилах безопасного поведения и знакомство с приемами первой помощи в случае травмы;
- 12. Создание наглядных пособий (моделей, плакатов, макетов, коллажей), позволяющих закрепить представления о правилах безопасного поведения;
- 13. Беседы, чтение детской художественной литературы, рассматривание картин, фотографий, просмотр видеофильмов, компьютерных презентаций о различных видах спорта традиционных для Среднего Урала, знаменитых спортсменах родного города (села), края;
- 14. Обсуждение с детьми их опыта организации совместных народных подвижных игр;

НЕТРАДИЦИОННЫЕ формы работы по физическому воспитанию:

- 1.Оздоровительное закаливание:
 - Ходьба босиком;
 - Обливание ног после прогулки;
 - Обтирание.
- 2.Бассейн.
3. Самостоятельная двигательная деятельность детей в центре «Здоровья».
4. Групповые традиции
5. Массаж тела.

III. Организационный раздел

3.1. Обязательная часть

3.1.1. Описание материально-технического обеспечения Программы.

Материально-техническое обеспечение реализации Программы соответствует:

1) требованиям, определяемым в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами в том числе:

- к зданиям, помещениям и участкам образовательной организации;
- к водоснабжению, канализации, отоплению и вентиляции зданий и помещений образовательной организации;
- к набору и площадям образовательных помещений, их отделке и оборудованию;
- к искусственному и естественному освещению образовательных помещений;
- к санитарному состоянию и содержанию помещений;
- к оснащению помещений для качественного питания воспитанников;

2) требованиям, определяемым в соответствии с правилами пожарной безопасности;

3) требованиям к оснащённости помещений для работы медицинского персонала в образовательной организации.

Образовательное пространство оснащено средствами обучения и воспитания (в том числе техническими), соответствующими материалами, в том числе расходным игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем.

Бассейн расположен в основном здании учреждения на первом этаже. Внутренние помещения бассейна спроектированы в соответствии с принципом поточности: 2 раздевалки (мальчики, девочки)-2 туалета- 4 душевых кабинки -2 ногомойки - зал с чашей бассейна.

Чаша бассейна – длина – 6 м, ширина – 3,1 м, глубина: мелкое место 50 см, глубокое место 90 см.

Перечень материалов и оборудования:

- доски для плавания (12),
- круги надувные (4),
- нарукавники (5 пар),
- надувные жилеты (2),

- надувные мячи большие и маленькие (10),
- кораблики (плавающие игрушки) (4),
- камушки (по 20),
- канат из цветных пробок длинный (1),
- обручи (3),
- гимнастические палки (5),
- гантели (12),
- коррекционная дорожка (2),
- гимнастические скамейки (2),
- карточки и схемы выполнения упражнений (30),
- игры на развитие дыхания.
- легкие плавающие игрушки (20)
- поплавки (10)

3.1.2. Описание обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Наличие печатных и электронных образовательных и информационных ресурсов, которые предполагается использовать при осуществлении образовательной деятельности в группе общеразвивающей направленности для детей дошкольного возраста

Образовательная область (модуль)	Образовательная программа из комплекса вариативных методик, технологии)	Кол-во	Учебные издания (методическое пособие, материалы,	Кол-во Ресурсы (печатное, электронное)
Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования. Одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию.	Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования. Одобрена решением федерального		Печатное	1
			Электронный	1

учебно-методического объединения по общему образованию		
Антология дошкольного образования:	Электронный	1
Навигатор образовательных программ дошкольного образования: сборник. – М.: Издательство «Национальное образование», 2015.		
Навигатор образовательных программ дошкольного образования [Электронный ресурс].— Режим доступа: http://Navigator.firo.ru .	Электронный	1
Обязательная часть основной общеобразовательной программы – образовательной программы дошкольного образования		
Физическое развитие	1. Основная общеобразовательная программа дошкольного образования программа «Мир открытий» авт. коллектива под рук. Л.Г. Петерсон М Цветной мир, 2014*	11 Электронный

3.1.3. Физическая деятельность в распорядке и режиме дня, участие в реализации традиционных событий, праздников, мероприятий.

Основой планирования образовательного процесса в ДООУ стали события актуального, природного и историко – культурного календарей. Они же обеспечивают ритмизацию жизнедеятельности в детском саду.

Образовательная организация функционирует в режиме полного дня (группы общеразвивающей направленности 12 - часовое пребывание детей) и 5-дневной рабочей недели, исключая праздничные и выходные дни.

Общий объём образовательной нагрузки (как непосредственно образовательной деятельности, так и образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов) определяется дошкольной образовательной организацией самостоятельно с учетом:

- действующих санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН);
- Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования;
- направленности групп (общеразвивающей направленности, компенсирующей направленности);
- специфики условий (климатических, демографических, национально-культурных и др.) осуществления образовательного процесса.

Объем образовательной нагрузки является примерным, дозирование нагрузки – условным, обозначающим пропорциональное соотношение продолжительности деятельности педагогов и детей по реализации и освоению содержания дошкольного образования в различных образовательных областях, регулируется локальными актами, разработанными в детском саду и утвержденными на Совете педагогов.

К ним относятся следующие: Календарный учебный график регулирует периоды реализации Программы и каникулярные дни.

В соответствии с СанПиН определено количество каникулярных дней – недельные каникулы.

В дни каникул в учебном году и в летний период педагогические работники детского сада организуют спортивные и подвижные игры; спортивные и музыкальные праздники; экскурсии и другие мероприятия; а также увеличивается продолжительность прогулок.

Режим дня (распорядок) представляет собой чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими основаниями.

Режим дня зависит от индивидуальных особенностей воспитанников, социального заказа родителей, вида дошкольной образовательной организации и режима её работы.

Режим дня позволяет сформировать положительные динамические стереотипы и обеспечить комфортность пребывания детей в условиях учреждения, а так же сохранить физическое и психологическое благополучие, возникновение у детей чувства защищенности и стабильности.

Представленные примерные режимы дня для групп детей разного возраста разработаны на общей основе:

- ориентации на возрастные, физические и психические особенности и возможности ребенка для своевременного и полноценного детского развития;
- учета определенных индивидуальных особенностей детей (гибкий подход в определении времени жизнедеятельности);
- ритмизации жизненно важных режимных моментов (сон, прием пищи, прогулка);
- строгого соблюдения интервалов между приемами пищи, выделения достаточного количества времени для сна и прогулки;

- учета пребывания детей в помещении и на улице;
- целесообразного соотношения между организованной взрослыми и самостоятельной деятельностью детей для обеспечения права ребенка на самостоятельную деятельность.

При составлении и организации режима дня педагогические работники образовательной организации учитывают обязательные повторяющиеся (стереотипные) компоненты.

К ним относятся: время приёма пищи, укладывание на дневной сон, общая длительность пребывания ребёнка на открытом воздухе. Остальные компоненты режима могут меняться.

При составлении режима дня учитываются требования СанПин к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях.

Режим дня соответствует возрастным особенностям детей и способствует их гармоничному развитию. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 4-7 лет составляет 5,5-6 часов.

Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее 3 часов. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину дня – до обеда и во вторую половину дня – после дневного сна или перед уходом детей домой.

В образовательной организации возможно сокращение дневной прогулки или её организация в функциональных помещениях (физкультурный зал) из-за климатических условий: сильного дождя, ветра и низкой температуры. При температуре воздуха ниже -15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже -20°C и скорости ветра более 15 м/с.

Общая продолжительность суточного сна для детей раннего и дошкольного возраста 12-12,5 часов, из которых до 2-3 ч. отводится дневному сну.

Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр.

Детей с трудным засыпанием и чутким сном рекомендуется укладывать первыми и поднимать последними.

Во время сна детей Самостоятельная деятельность детей (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) занимает в режиме дня не менее 3-4 ч. Таким образом, существующий в детском саду режим дня предусматривает:

- чёткую ориентацию на возрастные, физические и психологические возможности ребенка;
- опору на индивидуальные особенности ребенка, что проявляется в подвижном определении времени жизнедеятельности детей;
- выделение достаточного времени для сна и прогулки, строгое соблюдение интервалов между приемами пищи;

- наличие целесообразного соотношения совместной и самостоятельной детской деятельности, двигательной и интеллектуальной активности детей, соблюдение объема образовательной нагрузки на ребенка Организация образовательной деятельности по программе регулируется учебным планом. Учебный план определяет максимально допустимый объем образовательной нагрузки, с учётом возраста и индивидуальных особенностей детей.

В планах по каждой возрастной группе зафиксированы: образовательные области, виды детской деятельности, время, отведённое на реализацию непрерывной непосредственно образовательной деятельности Количество и длительность занятий, проводимых в рамках реализации Программы, регламентируется СанПиН 2.4.1.3049- Учебный план корректируется расписанием ННОД.

.Организация и санитарно-гигиенические условия проведения НОД по плаванию. Успешность обучения дошкольников практическим навыкам плавания и степень его оздоровительного влияния зависят от того, насколько четко и правильно соблюдаются все основные требования к его организации, обеспечиваются меры безопасности, выполняются необходимые санитарно - гигиенические правила. Наличие бассейна в детском саду создает возможность обучать плаванию всех детей, начиная с младшего возраста. Организация обучения детей плаванию в детском саду осуществляется в комплексе со всеми многообразными формами физкультурно-оздоровительной работы, так как только в сочетании непосредственно образовательной деятельности в бассейне с рациональным режимом деятельности и отдыха детей может дать положительный результат в укреплении их здоровья и закаливания организма.

Режим дня, включающий непосредственно образовательную деятельность по плаванию предусматривает достаточное пребывание детей на воздухе, полноценное проведение общеобразовательной деятельности, приема пищи, сна, всех других форм физкультурно-оздоровительной и воспитательной работы.

Цикл занятий по обучению дошкольников плаванию включает в себя: для детей 3-5 лет 36 занятия (1 раз в неделю), 4-7 лет 72 занятий в год (2 раз в неделю). Образовательная нагрузка в группе распределяется следующим образом.

Возрастная группа	Продолжительность занятий	Кол-во занятий в месяц	Кол-во занятий в год
Младшая группа 3-4 года	15 минут	4	36
Средняя группа 4-5 лет	20 минут	4	36
Старшая группа 5-6 лет	25 минут	8	72
Подготовительная группа 6-7	30 минут	8	72

3.1.4. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства групп образовательной организации, а также ее территории и участков, материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями специфики возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей и коррекции недостатков их развития.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает возможность общения и совместной деятельности детей (в том числе детей разного возраста) и взрослых, двигательной активности детей, а также возможности для уединения. Для этого игрушки, оборудование и прочие материалы для реализации содержания одной образовательной области используются и в ходе реализации содержания других областей, каждая из которых соответствует детским видам деятельности (игровой, двигательной, коммуникативной, познавательно - исследовательской, изобразительной, музыкальной, конструирования, восприятия художественной литературы и фольклора, и др.).

Развивающая предметно-пространственная среда является содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной.

Насыщенность среды обеспечивает соответствие возрастным возможностям детей и содержанию Программы.

Организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря обеспечивают:

- игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех воспитанников, экспериментирование с доступными детям материалами (в том числе с водой);
- двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;
- эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением;
- проявление уважения к их человеческому достоинству к их чувствам и потребностям;
- формирование положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях.

Полифункциональность материалов обеспечивает:

- возможность разнообразного использования различных составляющих предметной среды.
- наличие полифункциональных (не обладающих жестко закрепленным способом употребления).

Вариативность среды обеспечивает:

- периодическую сменяемость игрового материала, появление новых предметов, стимулирующих игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей.

Доступность среды обеспечивает:

- доступность для воспитанников, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей - инвалидов, всех помещений, где осуществляется образовательная деятельность;
- свободный доступ детей, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья, к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;
- исправность и сохранность материалов и оборудования.

Безопасность предметно-пространственной среды обеспечивает соответствие всех ее элементов требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает:

- построение вариативного развивающего образования, ориентированного на возможность свободного выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения, как с детьми разного возраста, так и со взрослыми, а также свободу в выражении своих чувств и мыслей;
- охрану и укрепление физического и психического здоровья и эмоционального благополучия детей, а также проявление уважения к их человеческому достоинству к их чувствам и потребностям,

- содействует формированию и поддержке положительной самооценки, в том числе и при взаимодействии детей друг с другом и в коллективной работе, уверенности в собственных возможностях и способностях.

Особенностью организация предметно - пространственной среды групп являются Центры активности детей.

Примерное наполнение Центра активности детей.

Образовательная область	Виды детской деятельности	Центры активности	Направленность, содержание, насыщение предметно-пространственной среды
Физическое развитие	- игровая и двигательная деятельность, - познавательно – исследовательская деятельность	Центр движения, открытая площадка	- картотека и атрибуты для спортивных и подвижных игр; - подбор литературы, картинок; - д/и валеологического содержания; - беседы по ЗОЖ; - тренажеры; - стандартное спортивное игровое и физкультурное оборудование и атрибуты; - нестандартное физкультурные атрибуты и спортивное игровое и физкультурное оборудование; - настольные игры спортивной тематики (имитация); - дидактические игры спортивной и валеологической тематики; - игры и игрушки для развития мелкой моторики, глазомера, координации движений; - оборудование и материалы для релаксации.

Как субъекты образования, ребенок и взрослый присутствуют в среде в равных долях. Соблюдается баланс между взрослым и детским присутствием в пространстве и материальной среде группы (детского сада). Культура взрослого в группе не превалирует в пространстве детского сада. Для организации занятий по Программе используется помещение - бассейн.

3.1.5 Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды в бассейне

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает реализацию образовательной программы, учитывая возрастные особенности детей. Развивающая предметно-пространственная среда должна быть содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной.

Для организации плавания детей в дошкольном бассейне должны быть созданы определенные условия.

Санитарно-гигиенические условия проведения НОД по плаванию проводятся в соответствии СанПиН 2.4.1.3049-13 от 15.05.2013 г. и включают следующее:

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

Санитарные нормы температурного режима в бассейне t воздуха в раздевалке (0C)	t воздуха в зале (0C)	t воздуха в бассейне (0C)	t воды (0C)
26-27	20-22	29-31	29-32

Прогулку детей после плавания в бассейне организуют не менее чем через 50 минут, в целях предупреждения переохлаждения детей (в соответствии с СанПиН от 15.05.2013г.).

Помещение бассейна должно быть оборудовано необходимыми приборами, позволяющими контролировать и поддерживать температуру воды, воздуха, влажность в соответствии с гигиеническими требованиями.

Обеспечение безопасности НОД по плаванию

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

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

☐ Непосредственно образовательную деятельность по плаванию проводить в местах, полностью отвечающих всем требованиям безопасности и гигиены.

☐ Не допускать неорганизованного плавания, самовольных прыжков в воду и ныряния.

☐ Не разрешать детям толкать друг друга и погружать с головой в воду, садиться друг на друга, хватать за руки и за ноги, нырять навстречу друг другу, громко кричать, звать на помощь, когда она не требуется.

☐ Не проводить непосредственно образовательную деятельность по плаванию с подгруппами, превышающими 5-6 человек.

☐ Допускать детей к непосредственно образовательной деятельности только с разрешения врача

☐ Приучать детей выходить из воды по неотложной необходимости только с разрешения преподавателя.

☐ Проводить поименно переключку детей до входа в воду и после выхода из нее

☐ Научить детей пользоваться спасательными средствами

☐ Во время непосредственно образовательной деятельности внимательно наблюдать за детьми, видеть всю группу, каждого воспитанника отдельно и быть готовым в случае необходимости быстро оказать помощь ребенку.

☐ Обеспечить обязательное присутствие медсестры при проведении непосредственно образовательной деятельности по плаванию.

☐ Не проводить непосредственно образовательную деятельность раньше чем через 40 минут после еды

☐ При появлении признаков переохлаждения (озноб « гусиная кожа », посинение губ) вывести ребенка из воды и дать ему согреться.

☐ Соблюдать методическую последовательность обучения.

☐ Знать индивидуальные данные физического развития, состояние здоровья и плавательную подготовку каждого ребенка

☐ Прыжки в воду разрешать детям, умеющим уверенно держаться на поверхности воды

- ☐ Не злоупотреблять возможностями ребенка, не форсировать увеличения плавательной дистанции.
- ☐ Добиваться сознательного выполнения детьми правил обеспечения безопасности непосредственно образовательной деятельности по плаванию

3.2. Часть, формируемая участниками образовательных отношений

3.2.1. Описание материально-технического обеспечения Программы.

Описание обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Образовательные области	Методические материалы и средства обучения и воспитания (учебно-методический комплект Программы части формируемой участниками образовательных отношений ЧФУ)	Кол-во
Физическое развитие	Реализуемые программы и технологии ЧФУ	1 печатный вариант
	1. Т.Э Токаева программа физического и валеологического развития детей дошкольного возраста «Азбука здоровья»	1 печатный вариант
	2. Т.В. Осокина «Обучение детей плаванию в детском саду».	1 печатный вариант
	4. Т.В. Будкова Система по обучению детей плаванию, 2000	1 печатный вариант
	5. Г. А, Прохорова «Утренняя гимнастика для детей 2-7 лет», 2006	
	6. В.Г. Алямовская «Современные подходы в оздоровлении детей дошкольного возраста» 2007г.	Электронный
	7 А.А. Литвинов Азбука плавания, 1995	Печатный
	8. В. С. Кузнецов Физические упражнения и игры, 2005	Печатный
	9. И.М.Воротилкина «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ», 2004	Печатный
	10. Н.Ж. Булгакова Первые шаги в спорте, 2002	Печатный
Виды спорта. Карточки-схемы по обучению детей плаванию		Печатны

3.2.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.

В части, формируемой участниками образовательных отношений, развивающая предметно-пространственная среда направлена на создание условий (материально-технических):

- для реализации различных образовательных программ (парциальных), в том числе программ, которые учитывают национально-культурные, климатические условия, в которых осуществляется образовательная деятельность;
- для организации инклюзивного образования (в случае его необходимости);

В части, формируемой участниками образовательных отношений для нашего детского сада наиболее педагогически ценными для реализации образовательной деятельности с учетом рекомендаций авторов образовательной программы “Мы живем на Урале” являются материалы и игрушки, обладающие следующими качествами:

- **полифункциональностью** - игрушки и материалы могут быть гибко использованы в соответствии с замыслом ребенка, сюжетом игры и других видов детских деятельности.

Тем самым способствуя развитию творчества, воображения, знаковой символической функции мышления и др.;

- **вариативностью** - РППС отвечает принципу вариативности, определяющемуся содержанием воспитания.

Предметно-пространственная среда обеспечивает:

1. Возможность реализации сразу нескольких видов интересов детей.
2. Многофункциональность использования элементов среды и возможность её преобразования в целом.
3. Доступность, разнообразие автодидактических пособий (с возможностью самоконтроля действий ребёнка).
4. Наличие интерактивных пособий, сделанных детьми, педагогами и родителями.
5. Использование интерактивных форм и методов работы с детьми, позволяющих «оживить» среду, сделать её интерактивной.

Модуль “Физическое развитие”

Подбор оборудования, методических материалов и средств обучения и воспитания определен задачами физического развития детей.

В зале и группах имеется достаточное количество физкультурного оборудования для обеспечения детей благоприятным уровнем двигательной активности в процессе разных форм физического воспитания дошкольников.

Многообразие оборудования и пособий дает возможность продуктивно его использовать в разных видах занятий по физической культуре, при этом создавая их вариативное содержание для развития произвольности движений детей, их самостоятельности и творческих замыслов.

Дополнительный раздел

1. Особенности рабочей программы

В образовательной программе учитывается тот факт, что современные дети существенно отличаются по своим интеллектуальным и психоэмоциональным характеристикам. Сегодняшние дошкольники – другие, они дети информационного века, цифровых технологий, у них другие способы общения и мышления, что нашло отражение в определении задач и содержания образования. Какими из них воспользуется ребенок, будет зависеть от его насущных интересов, состояния здоровья, индивидуальных особенностей, доступности предметов и видов деятельности. Вступая в многоплановые отношения с окружающим миром, ребенок учится, получает свое первое персонифицированное образование, формируется и проявляется его индивидуальный стиль деятельности, в целом вызревает интегральная индивидуальность личности. На формирование личностных особенностей воспитанников влияет так же окружающий социум. На протяжении многих лет нашими социальными партнерами являются: - образовательные учреждения:

- СК «Кедр»;
- ФСК «Лабиринт»;
- детский городской бассейн «Дельфин».

Детский сад поддерживает научно-образовательные связи с ГАОУ ДПО СО «ИРО» (институт регионального образования) и его Нижнетагильским филиалом по вопросам научно-методического сопровождения образовательной деятельности; стратегии и тактики развития системы дошкольного образования в современных условиях; повышения квалификации педагогических работников. Взаимодействие с МАОУ НГО «ЦДК» (Центр диагностики и консультирования) позволяет проводить мониторинг развития детей группы риска и обеспечивать консультационную помощь специалистов по вопросам воспитания и развития дошкольников по запросу родителей.

Взаимодействие с этими учреждениями позволяет:

- согласовать позиции всех субъектов образования детского сада и его социальных партнеров по вопросам развития воспитанников;
- обогатить, расширить содержание дошкольного образования;
- содействовать успешной социализации детей в обществе;
- предоставить возможность детям представлять результаты своей практической и познавательной деятельности за пределами детского сада

2. Характеристики взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.

Нет ни одной образовательной программы, которая не уделяла бы в той или иной степени внимания работе с семьей. Наличие плана работы с родителями является обязательной составляющей годового плана любой дошкольной организации, принципиально важным аспектом ее деятельности. Во всех детских садах регулярно проводятся родительские собрания, совместные праздники, досуги, игры и т. д. Подчеркнем, что в программе «Открытие» педагоги не просто «работают с семьями» — они вовлекают их в образовательный процесс и жизнедеятельность детского сада, целенаправленно и планомерно выстраивают с родителями доверительные, партнерские отношения. Этого можно достигнуть только при соблюдении обеими сторонами определенных условий, и одно из этих условий — взаимное информирование о ребенке и разумное использование полученной информации педагогами и родителями в интересах детей.

Программа основывается на убеждении, что вовлечение семей чрезвычайно важно для обогащения развития детей в детском саду и для использования уже имеющихся интересов и знаний ребенка, источником которых является его семья.

Программа исходит из того, что ребенок живет в семье, ее влияние — основа развития и воспитания, ее законы и ценности приоритетны. Конечно, профессионализм педагога чрезвычайно важен для работы с детьми. Однако его профессиональную заинтересованность в каждом ребенке не стоит противопоставлять глубокому, заложенному природой интересу родителей к судьбе собственного ребенка.

Собственно, профессионализм педагога во многом определяется тем, насколько успешно он работает в союзе с родителями. Дети чрезвычайно зависимы от своей семьи.

Семья обеспечивает ребенку в этом возрасте и еще долгие годы будет обеспечивать такие важные составляющие жизни, как:

- эмоциональное благополучие — это собственно родительская любовь и ласка, так необходимые малышу. Это поддержка и ощущение безопасности, которые исходят от членов семьи, которые всегда рядом.

Это постоянное внимание и мягкие напоминания о том, что хорошо и что плохо;

- физическое благополучие — это и еда, и одежда, и жилище — со всеми мелкими, но важными составляющими. Это, конечно, и забота о здоровье ребенка;
- условия для развития — возможность ползать, ходить, бегать, лазать, играть и общаться, получать новые впечатления, игрушки, книжки и прочее;
- и наконец, просто готовность принимать малыша таким, какой он есть, прощать ему то, за что могут осудить малознакомые люди или на что могут сурово (и, возможно, не всегда справедливо) отреагировать педагоги.

Приложения

1.Содержательная часть обучения плаванию детей младшего дошкольного возраста

ематический блок	Тема	Содержание программы	Составляющие качества образования			Методы	Приемы
			Деятельностно-коммуникативная	Предметно-информационная	Ценностно-ориентационная		
1	2	3	4	5	6	7	8
накомство с водой	«Водичка – водичка, умой мое личико»	1. Ходьба вдоль бортика «Мы гуляем». 2. «Нам весело», ударяя ладонями по воде, «делать» брызги. 3. «Сделаем дождик»- набирать воду в ладони и выливать ее на игрушки, на себя, подбрасывать вверх. 4. «Каждый по своей дорожке» - (по сигналу, ходьба в разных направлениях). 5. «Невод» - передвижения по воде, взявшись за руки. 6. Игра «Карусели».	Овладевает умением передвигаться в воде, умыться, поливать на голову, не бояться брызг.	Формировать общее представление о свойствах воды: теплая, холодная, мокрая, льется, переливается, брызгается, прозрачная, очень приятная телу.	Получает удовольствие от игр в воде, любит купаться.	Наглядные: показ, имитация, помощь педагога. Словесные: беседа, рассказ, объяснения, указания. Практические: упражнения, игровой метод.	Постепенное усложнение условий выполнения (глубина). Использование игрушек, образных сравнений.

Тематический блок	Тема	Содержание программы	Составляющие качества образования			Методы	Приемы
			Деятельностно-коммуникативная	Предметно-информационная	Ценностно-ориентационная		
1	2	3	4	5	6	7	8
Передвижения в воде	«Ножки топают в водичке»	1. Ходьба и бег, вдоль бассейна держась за поручень и без поддержки, в разных направлениях. 2. «Зайчики на прогулке». 3. «Уточки». 4. «Кораблик». 5. «Крокодилы». 6. Игра «Солнышко и дождик». <u>Коррекционная работа:</u> - игры на ориентировку в пространстве; - использование звуко-голосовых имитаций в воде.	Умеет бегать, прыгать, играть. Не боится воды.	Формировать навыки передвижения в воде в разных направлениях и положениях (сидя, лежа на предплечьях, спиной, боком, шагом, бегом, прыжками, не бояться воды).	Получает: радость от преодоления трудностей в воде; удовольствие от игр в воде; желание быть здоровым.	Наглядные: показ, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога. Словесные: указания, распоряжения, команды, названия упражнения. Практические: упражнения, игровой метод, контрольный метод.	Использование образных сравнений. Постепенное усложнение условий и упражнений. Формы организации: групповая, поточная, индивидуальная.

Тематический блок	Тема	Содержание программы	Составляющие качества образования			Методы	Приемы
			Деятельностно-коммуникативная	Предметно-информационная	Ценностно-ориентационная		
1	2	3	4	5	6	7	8
Ныряние	«Носик утонул»	1. Стоя в кругу брызгать водой себе в лицо. 2. «Плавающий обруч» - «птички моют клювики в тазу», (помешать водичку носиком, присесть, окунувшись до носа). 3. «Лодочка плывет» - переход от одного бортика к другому разгребая воду руками в медленном и быстром темпе. 4. «Займи свой домик». 5. «Лягушата». 6. «Утята». <u>Коррекционная работа:</u> - игры на развитие ориентировки в пространстве; - на задержку дыхания; - на развитие слуховой памяти.	Развитие навыка ныряния.	Формировать представления: о частях лица – глазки, носик; зачем они нужны? Глазки нужны: чтобы видеть когда мы занимаемся в воде; можем рассмотреть на дне камешки и ракушки; а носик, когда мы купаемся в воде, помогает нам дышать; становится чище.	Узнает, что в воде нельзя дышать. Самостоятельно играет, передвигается, ныряет под воду.	Наглядные: зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога. Словесные: указания, объяснения, вопросы-предложения, название упражнений. Практические: игровой метод, упражнения.	Использование образных сравнений. Формы организации: групповая, поточная, индивидуальная.

Тематический блок	Тема	Содержание программы	Составляющие качества образования			Методы	Приемы
			Деятельностно-коммуникативная	Предметно-информационная	Ценностно-ориентационная		
1	2	3	4	5	6	7	8
Ныряние	Открытие глаз в воде: «Мы ребята смелые, если захотим, сквозь водичку поглядим»	1. Войти в воду смело, самостоятельно окунуться с головой. 2. Прыгать в воде и приседать как можно ниже. 3. Посмотреть сквозь воду на свои ножки и предметы, лежащие на дне бассейна. 4. «Смелые ребята». 5. «Насос». 6. «Дельфин». 7. «Рыболов». 8. «Охотники и утки». <u>Коррекционная работа:</u> - игры для развития слуховой, зрительной памяти; - игры на развитие ориентировки в пространстве.	Овладевает навыком погружения с открытыми глазами.	Формировать навык погружения под воду с открытыми глазами.	Радуется от наблюдений за предметами под водой. Взаимодействие с товарищами.	Наглядные: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога. Словесные: объяснения, пояснения, указания. Практические: упражнения, игровой метод, контрольный.	Открытие глаз на различной глубине, рассматривание предметов, доставание их со дна на ограниченном и свободном пространстве с постепенным увеличением глубины. Использование вспомогательных снарядов, игрушек, карточек.

Тематический блок	Тема	Содержание программы	Составляющие качества образования			Методы	Приемы
			Деятельностно-коммуникативная	Предметно-информационная	Ценностно-ориентационная		
1	2	3	4	5	6	7	8
Дыхание	«Пускаем пузыри»	1.«Лодочки плывут» - ходьба по бассейну, разгребая воду руками. 2. «Остудим чай». 3. «У кого больше пузырей». 4. «Кипящий котел». 5. «Гонки катеров». 6. «Карусели». 7. «Море волнуется». 8. «Займи свой домик». <u>Коррекционная работа:</u> - упражнения на постановку диафрагмального дыхания, на длительный выдох.	Овладевает навыком передвижения под водой с выдохом в воду.	Формировать навык выдоха: перед собой в воздух, на воду, в воду.	Получает удовольствие от игр и забав в воде. Старается быть дисциплинированным, организованным.	Наглядные: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога. Словесные: объяснение, распоряжение, название упражнения. Практические: повторные упражнения, игровой метод, контрольный метод.	Выдох через рот: на игрушку, в воду, в ограниченное пространство (обруч), просто на воду. Образные сравнения с постепенным усложнением: на мелком, глубококом месте, стоя, в передвижениях, с предметом и без предмета, введение элементов соревнования. Форма организации: парами, группами, фронтально.

Тематический блок	Тема	Содержание программы	Составляющие качества образования			Методы	Приемы
			Деятельностно-коммуникативная	Предметно-информационная	Ценностно-ориентационная		
1	2	3	4	5	6	7	8
Лежание на воде	«Самый лучший поплавок»	1.«Ледокол». 2.«У кого больше пузырей». 3.«Лошадки». 4.«Буксир». 5.«Морская звезда». 6.«Медуза». 7.«Поплавок». 8.«Стрелка». 9.«Морская звезда»- на груди и на спине. <u>Коррекционная работа:</u> - упражнения на задержку дыхания; на равновесие; - игры для развития слуховой и зрительной памяти; - игры на ориентировку в пространстве.	Овладевает навыком всплывания.	Формировать навык всплывания.	Понимает, что вода может выталкивать и держать на поверхности. Гордится тому, что держится на воде. Пытается помогать сверстникам.	Наглядные: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога. Словесные: объяснение, распоряжение, указание, название упражнения. Практические: повторные упражнения, игровой и контрольный методы.	Выполнять у бортика с предметом, в парах, самостоятельно с постепенным усложнением, при различных положениях рук, ног, лицо в воде с открытыми, закрытыми глазами, с постепенным увеличением глубины. Применение элементов соревнований. Формы организации: фронтальная, групповая, в парах, индивидуально.

Тематический блок	Тема	Содержание программы	Составляющие качества образования			Методы	Приемы
			Деятельностно-коммуникативная	Предметно-информационная	Ценностно-ориентационная		
1	2	3	4	5	6	7	8
Скольжение	«Чья стрелочка самая красивая»	1.Войти в воду смело, самостоятельно окунуться с головой. 2.Присесть, погрузиться с головой в воду, сделать продолжительный выдох в воде. 3.«Водолазы». 4.«Лодочки плывут». 5.Держась за поручень вытянутыми руками, оттолкнуться от дна и выпрямить ноги так, чтобы они всплыли, голову опустить в воду. 6.Скольжение с предметом в двух руках, в одной руке, лицо в воде. 7.«Лошадки». 8.«Буксир». 9.«Стрела». <u>Коррекционная работа:</u> - дыхательная гимнастика: на задержку, длительный выдох; - упражнения для мелкой и крупной моторики; - упражнения для развития слуховой и зрительной памяти; на ориентировку в пространстве.	Овладевает навыком скольжения	Формировать навык скольжения.	Радуетса от чувства преодоления страха. Хочет быстрее научиться плавать. Предлагает помощь товарищам.	Наглядные: показ, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога. Словесные: объяснение, указание, распоряжение, название упражнения. Практические: повторение упражнения, игровой и контрольный методы.	Буксировка, подталкивание, поддержка педагога. Использование разновидностей отталкивания: с одной, двумя ногами от дна, от бортика, с наклоном туловища над водой с различными поло-жениями рук. Использование снарядов и игрушек. Образные сравнения, постепенное увеличение глубины.

	Тема	Срок	Содержание программы	Составляющие качества образования			Методы	Приемы
				Деятельностно-коммуникативная	Предметно-информационная	Ценностно-ориентационная		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Знакомимся со спортивным способом плавания – кроль на груди	Что включает в себя понятие «техника спортивного плавания»	Октябрь: 1 неделя – (2 занятия)	I. Вводная часть на суше <u>Беседа</u>: «Существует 4 способа плавания – кроль на груди, кроль на спине, баттерфляй, брасс. Кроль на груди – самый скоростной способ плавания. На городских соревнованиях, в чемпионатах Европы, мира, на Олимпийских играх по плаванию разыгрываются золотые, серебряные, бронзовые медали по программе: на дистанциях 100, 200, 400, 800, 1500м, комплексное плавание – 200, 400 м, и эстафеты – 4х100, 4х200 м. <u>Показ техники плавания кролем на груди</u>: движения для рук, ног и дыхания. <u>Значение разминки</u> для человека, которая необходима для разогрева мышц тела, перед тем, как приступить к тренировке. <u>Упражнения для ОФР</u> (общая физическая разминка): 1. Ходьба на месте, начиная с медленного темпа и переходя на средний – 30 сек. 2. И.п.- стоя, ноги вместе, руки опущены: 1-2 поднять руки вверх, одновременно стать на носки, потянуться- вдох, 3-4 опуститься на ступни, присесть, опустить руки вниз на колени-выдох, повторить 3-4 раза. 3. И.п.- стоя, ноги на ширине плеч, руки за головой: 1-2 медленно прогнуться и потянуться-вдох, 3-4 и.п.- выдох, дыхание не задерживать, повторить 3-4 раза. 4. Полуприсед: медленно выполнить движения прямыми руками, как при ходьбе, постепенно увеличивая амплитуду, дыхание не задерживать – 2х10 сек. 5. И.п.- стоя, ноги вместе, руки опущены: 1-2-3-4 медленно положить руки за голову и выпрямить их вверх- вдох, 5-6 уронить руки вниз- выдох, повтор 3-4 раза. II. Основная часть в воде 1. «Стрела»- скольжение на задержке дыхания (руки прямые за головой). 2. Скольжение с мячом в вытянутых руках на задержке дыхания. 3. Скольжение с доской – подбородок и прямые руки на доске. 4. Скольжение с доской с вытянутыми прямыми руками на задержке дыхания. III. Заключительная часть <u>Игра «Кораблик»</u> Каждый ребенок превращается в «корабль», который выходит в море. Какой корабль дальше уплыл? (проскользил). IV. Коррекционная работа: упражнения из кинезиологии; упражнения на задержку дыхания.	Овладевает умением скользить на груди с предметом и без него	Формировать общее представление детей о спортивном способе плавания – кроль на груди	Проявляет интерес к самостоятельному скольжению. Придумывает свои способы скольжения. Узнает о способах плавания, и какой способ самый быстрый.	Наглядные: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога. Словесные: пояснения, указания, название упражнений. Практические: повторение упражнений, игровой метод.	Буксировка, подталкивание, поддержка. Использование вспомогательных снарядов и игрушек. Формы организации: индивидуальная, групповая, фронтальная.

Тематический блок	Тема	Срок	Содержание программы	Составляющие качества образования			Методы	Приемы
				Деятельностно-коммуникативная	Предметно-информационная	Ценностно-ориентационная		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Учимся технике спортивного способа плавания кролем на груди	Скольжение на груди на задержке дыхания с различным положением рук	Октябрь: II неделя – (2 занятия)	I. Вводная часть на суше <u>Упражнения для ОФР</u> (общая физическая разминка): 1. Ходьба по кругу, начиная с медленного темпа и переходя на средний – 30 сек. 2. И.п.- стоя, ноги вместе, прямые руки вытянуты вперед: 1-2-3-4 медленно развести руки в стороны –вдох, 5-6 и.п.- выдох, повторить 4-6 раза. 3. И.п.- стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены, не напрягаясь и не задерживая дыхания, выполнить 6-8 поворотов туловища в стороны, при этом руки расслабленно следуют за туловищем. 4. И.п.- стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе: 1-2 прогнуться назад, соединить лопатки-вдох, 3-4 и.п.- выдох, повторить 3-4 раза. 5. «Стрела». И.п.- стоя, у стены, медленно присесть и встать, руки «скользят по стене», повторить 1-2 раза. II. Основная часть в воде <u>Скольжение на груди, отталкиваясь ногами от стенки бассейна с различным положением рук:</u> 1. Руки прямые вверх, прижаты к голове. 2. Руки прямые вверх, шире плеч. 3. Правая рука вытянута вверх, левая прижата к туловищу. 4. Левая рука вытянута вверх, правая прижата к туловищу. 5. Обе руки прижаты к туловищу. 6. «Гусенок» - прямые руки в «замок» за спиной. III. Заключительная часть <u>Игра «Кто дальше проскользит?»</u> Играющие встают в шеренгу на линии старта и по команде ведущего выполняют скольжение на груди с вытянутыми вперед руками. Побеждает участник, проскользивший большее расстояние. Вариант: скольжение на груди с положением рук по желанию детей. IV. Коррекционная работа: упражнения для профилактики осанки и на задержку дыхания.	Овладевает умением скользить на груди без предмета с разным положением рук	Конкретизировать знания о способах скольжения с различным положением рук	Получает удовольствие от различных способов скольжения. Чувствует невесомость. Получает соревновательный эффект.	Наглядные: показ, зрительные и звуковые ориентиры. Словесные: объяснения, указания, название упражнений. Практические: повторение упражнений, игровой и контрольный методы.	Отталкивание одной, двумя ногами, с наклоном туловища над водой с различным положением рук, открывая глаза, попеременно и вдоль его. Формы организации: фронтальная, иногда индивидуальная, групповая.

Тематический блок	Тема	Срок	Содержание программы	Составляющие качества образования			Методы	Приемы
				Деятельностно-коммуникативная	Предметно-информационная	Ценностно-ориентационная		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Учимся технике спортивного способа плавания кролем на груди	Скольжение на груди на задержке дыхания с различным положением рук	Октябрь: III неделя – (2 занятия)	I. Вводная часть на суше <u>Упражнения для ОФР</u> (общая физическая разминка): 1. Ходьба на месте, высоко поднимая прямые ноги, в течение 20 сек. 2. И.п.- стоя, ноги на ширине плеч, руки согнуты, кисти к плечам: вращение согнутых рук в спокойном темпе, на задерживая дыхания, в течение 15-20 сек. 3. И.п.- стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе, в спокойном темпе выполнять повороты туловища направо и налево – в и.п.- вдох, при повороте- выдох, - 20 сек. 4. Упражнение на равновесие И.п.- стоя, ноги вместе, руки вперед, смотреть перед собой: сначала стоять на правой ноге, затем на левой ноге, по 5 сек. повтор 3-4 раза. 5. И.п.- ноги на ширине плеч, руки прямые вперед, выполнять скрестные движения вправо-влево, в течение 10-15 сек. повторить 3-4 раза. 6. И.п. стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе: в течение 20 сек. Выполнять вращение туловища в тазобедренном суставе, поочередно вправо и влево. II. Основная часть в воде <u>Скольжение на груди, отталкиваясь ногами от стенки бассейна с различным положением рук:</u> 1. Правая рука вверх, прижата к голове, левая рука за спиной согнутая в локте. 2. Левая рука вверх, прижата к голове, правая рука за спиной согнутая в локте. 3. Обе руки согнутые в локтях за спиной 4. Обе руки согнутые в локтях в «замок» за головой. 5. Правая рука вверх, левая рука в «замок» за головой». 6. Левая рука вверх, правая рука в «замок за головой». III. Заключительная часть <u>Игра «Плывущее бревно»</u> Играющие располагаются в произвольном порядке. Водящий пытается осалить одного из них НАД или ПОД водой. Если преследуемый попадает в затруднительное положение, он может спастись, быстро превратившись в «плывущее бревно» - выполнить скольжение на груди. IV. Коррекционная работа: упражнения на развитие равновесия и задержку дыхания.	Овладевает навыкам скольжения на груди с различным положением рук	Конкретизировать знания о способах скольжения с различным положением рук	Получает радость от купания. Самостоятельно придумывает новые способы скольжения с разными предметами и положениями рук.	Наглядные: показ, зрительные и звуковые ориентиры. Словесные: объяснения, указания, название упражнений. Практические: повторение упражнений, игровой и контрольный методы.	Отталкивание одной, двумя ногами, с наклоном туловища над водой с различным положением рук, открывая глаза, попеременно бассейна и вдоль его. Формы организации: фронтальная, иногда индивидуальная, групповая.

Тематический блок	Тема	Срок	Содержание программы	Составляющие качества образования			Методы	Приемы
				Деятельностно-коммуникативная	Предметно-информационная	Ценностно-ориентационная		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Учимся технике спортивного способа плавания кролем на груди	Скольжение на груди на задержке дыхания с различным положением рук	Октябрь: IV неделя – (2 занятия)	I. Вводная часть на суше Упражнения для ОФР (общая физическая разминка): 1. Ходьба по кругу на прямых ногах, выполняя движения руками, как при плавании кролем на груди, в течение 30 сек. 2. И.п.- стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены вниз: 1-2-3-4 вращение кистями рук вправо, одновременно поднимая их вверх- в стороны, 5-6-7-8 и.п., вращая кистями рук влево. 3. И.п.- сидя на скамейке, ноги на ширине плеч, в наклоне на предплечья: 1-2-3-4 руки сжать в кулаки и напрячь, 5-6 и.п., повторить 3-4 раза. 4. И.п.- сидя на скамейке, ноги на ширине плеч, руки внизу напряженные: 1-2-3-4 зигзагообразно поднять руки вверх- в стороны, 5-6-7-8 и.п., повторить 3-4 раза. 5. И.п.- сидя на скамейке, ноги на ширине плеч, руки внизу: 1-2-3-4- поднять руки вверх- в стороны «восьмеркой», 5-6-7-8 и.п., повторить 3-4 раза. II. Основная часть в воде <u>Скольжение на груди, отталкиваясь ногами от стенки бассейна с различным положением рук:</u> 1. Правая рука вверх, прижата к туловищу, левая рука в «замок» за головой. 2. Левая рука вверх, прижата к туловищу, правая рука в «замок» за головой. 3. Правая рука за спиной согнутая в локте, левая рука в «замок» за головой. 4. Левая рука за спиной согнутая в локте, правая в «замок» за головой. 5. Обе руки вверх скрестно перед собой. 6. Правая рука прижата к телу, левая - за спиной, обхватив локоть правой руки. 7. Левая рука прижата к телу, правая – за спиной, обхватив локоть левой руки. III. Заключительная часть <u>Игра «Волейбол на воде»</u> Играющие располагаются по кругу и перебрасывают друг другу легкий надувной мяч, стараясь как можно дольше удержать его в воздухе. IV. Коррекционная работа: упражнения для мелкой и крупной моторики; упражнения на перекрестную координацию.	Овладевает навыкам скольжения с различным положением рук с задержкой дыхания	Конкретизировать знания о способах скольжения с различным положением рук	Придумывает игры с различными способами скольжения. Может управлять своими эмоциями в коллективной игре.	Наглядные: показ, зрительные и звуковые ориентиры. Словесные: объяснения, указания, название упражнений. Практические: повторение упражнений, игровой и контрольный методы.	Отталкивание одной, двумя ногами, с наклоном туловища над водой с различным положением рук, открывая глаза, попеременно бассейна и вдоль его. Формы организации: фронтальная, иногда индивидуальная, групповая.

Тематический блок	Тема	Срок	Содержание программы	Составляющие качества образования			Методы	Приемы
				Деятельностно-коммуникативная	Предметно-информационная	Ценностно-ориентационная		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Учимся технике спортивного способа плавания кролем на груди	Упражнения для обучения движений рук в скольжении на груди на задержке дыхания	Ноябрь: I – II недели – (по 2 занятия)	I. Вводная часть на суше <u>Упражнения для ОФР</u> (общая физическая разминка): - И.п.- стоя, ноги вместе, руки опущены, в течение 1 мин., провести любые упражнения на внимание, постепенно наращивая скорость. - И.п.- стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены вниз: 1- вдох, 2-3-4 полуприсесть выполняя медленный выдох, вернуться в и.п. – вдох, повторить 6-8 раз. - И.п.- в наклоне, ноги на ширине плеч, руки вытянуты вперед: 1-2 поднять левую (правую) руку согнутую в локте, выше головы, 3-4 вернуться в и.п., повтор 6-8 раз. - И.п.- стоя, ноги на ширине плеч, руки прижаты к туловищу: левая рука медленно выполняет упражнение «мельница» в течение 20 сек., то же - с правой рукой. - И.п.- стоя правым боком около стены, правая рука вытянута вперед, левая рука на колене: упражнение «мельница» прямой правой рукой скользя по стене, в течение 20 сек., то же - с левой рукой став к стене левым боком. II. Основная часть в воде <u>Скольжение на груди, отталкиваясь ногами от стенки бассейна с движениями рук:</u> - Руки вытянуты вверх: пронести правую руку по воздуху в положение вдоль тела, затем левую руку пронести по воздуху и прижать к телу. - Руки прижаты к телу: пронести правую руку вверх и прижать к голове, то же выполнить левой рукой. - Правая рука вверх, прижата к голове, левая вдоль тела: одновременно сменить положение рук. - Обе руки вытянуты вверх: одновременно пронести их вверх в положение вдоль тела и держать. - Обе руки прижаты к телу: одновременно пронести их вверх, как при плавании дельфином и держать. - И.п.- правая (левая) рука вытянута вверх, левая (правая) на затылке: пронести правую (левую) руку по воздуху в положение вдоль тела. - И.п. правая (левая) рука вытянута вверх, левая (правая) за спиной: пронести правую (левую) руку по воздуху в положение вдоль тела. - И.п.- руки вытянуты вверх: поднять правую (левую) согнутую в локте выше головы и вложить правую (левую) руку в и.п. III. Заключительная часть <u>Аква-танец «Макарена»</u> Под музыку «макарена» дети выполняют танцевальные упражнения руками, стараясь не ошибиться в последовательности. Побеждает самый внимательный. IV. Коррекционная работа: упражнения на внимание; упражнения развития для крупной моторики; упражнения из кинезиологии; диафрагмальное дыхание.	Овладевает умением скольжения на груди с работой рук с задержкой дыхания.	Конкретизировать знания о способе скольжения с помощью рук кролем на груди на задержке дыхания.	Радость от упражнений в воде и купании.	Наглядные: показ, зрительные и звуковые ориентиры. Словесные: объяснения, указания, название упражнений. Практические: повторение упражнений, игровой метод, разучивание по частям.	Выполнение различных движений руками в воде по типу простейших гребковых без музыки и в музыкальном сопровождении. Формы организации: фронтальная, иногда индивидуальная, групповая.

Тематический блок	Тема	Срок	Содержание программы	Составляющие качества образования			Методы	Приемы
				Деятельностно-коммуникативная	Предметно-информационная	Ценностно-ориентационная		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Учимся технике спортивного способа плавания кролем на груди	Плавание на задержке дыхания в согласовании с гребком одной рукой	Ноябрь: III – IV недели – (по 2 занятия)	I. Вводная часть на суше <u>Упражнения для ОФР с маленьким мячом</u> 1-2. И.п.- стоя, в полунаклоне вперед, ноги на ширине плеч, левая рука вверх (или прижата к телу, за головой, за спиной), правая рука с мячом выполняет круговые движения, как при плавании кролем на груди. То же с мячом в левой руке – 30 сек. 3. И.п.- стоя в полунаклоне вперед, ноги на ширине плеч, в течение 20 секунд выполнять руками попеременные гребковые движения при кроле на груди, стараясь коснуться головы, ноги и не задерживая дыхание, в течение 20 секунд. 4. Прыжки. И.п.- ноги вместе, руки внизу, «раскачивая» вперед-назад в такт прыжкам, в течение 15-20 секунд. II. Основная часть на воде <u>Плавание в согласовании с гребком одной рукой на задержке дыхания</u> Эти упражнения выполнять правой и левой рукой при следующих положениях негребущей руки: вытянута вверх; вытянута вдоль тела; на затылке; за спиной. 1. Гребок правой рукой, пронести ее вверх – держать. 2. Гребок левой рукой, пронести ее вверх – держать. 3. Гребок правой рукой, пронести ее вверх, без остановки опять гребок и пронести над водой – держать. 4. Гребок левой рукой, пронести вверх, без остановки опять гребок и пронести над водой – держать. 5. «Мельница»: обе руки медленно попеременно выполняют гребки, как при плавании кролем на груди. III. Заключительная часть <u>Игра «Кто быстрее проплывет?»</u> Играющие распределяются на пары и выходят на линию старта. По команде ведущего один партнер плывет при помощи рук, а другой – держит его ноги. Побеждает та пара, которая быстрее достигнет линии финиша. После финиша партнеры меняются ролями. IV. Коррекционная работа: упражнения из кинезиологии; диафрагмальное дыхание; упражнения для профилактики осанки и плоскостопия.	Овладевает умением скольжения на груди с движением рук в согласовании с гребком одной рукой.	Уточняет знания о способе плавания в согласовании с гребком одной рукой.	Придумывает и предлагает свои упражнения. Умеет согласовывать свои действия с партнером.	Наглядные: показ, зрительные и звуковые ориентиры. Словесные: объяснения, указания, название упражнений. Практические: повторение упражнений, игровой метод, разучивание по частям.	Выполнение различных движений руками с усложнением.

Тематический блок	Тема	Срок	Содержание программы	Составляющие качества образования			Методы	Приемы
				Деятельностно-коммуникативная	Предметно-информационная	Ценностно-ориентационная		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Учимся технике спортивного способа плавания кролем на груди	Плавание на задержке дыхания в согласовании с гребками двух рук	Декабрь: I неделя – (2 занятия)	I. Вводная часть на суше <u>Упражнения с отягощениями, зафиксированными на лучезапястном суставе рук.</u> 1. И.п.- стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены вниз: 1-2 поднимание прямых рук в стороны до уровня головы, держать, 3-4 вернуться в и.п., повторить 6-8 раз. 2. И.п.- стоя, ноги на ширине плеч, руки вверх: 1-2 сгибание рук в локтях, опустить за голову, удерживая локти вверх, 3-4 вернуться в и.п., повтор 6-8 раз. 3. И.п.- лежа на спине, вытянутые руки за головой, ноги шире плеч: 1-2 поднять руки вверх, удержать, не сгибая в локтях, 3-4 вернуться в и.п., повторить 6-8 раз. 4. И.п.- стоя в наклоне, ноги на ширине плеч, колени слегка согнуты, прямые руки в «замок» за спиной: 1-2 поднимание рук вверх, удержать, 3-4 - в и.п., (6-8 раз). 5. И.п.- стоя в парах лицом друг к другу, руки на плечах партнера: 1-2 одновременно присесть, 3-4 вернуться в и.п., повторить 4 раза. 6. И.п.- стоя, ноги на ширине плеч, руки вверх, сцепить пальцы в «замок», ладонями внутрь: 1-2 пружинистые рывки назад над головой, 3-4 в и.п. (6-8 раз). II. Основная часть в воде 1. И.п.- руки вытянуты вверх: гребок правой рукой и пронос над водой в и.п.; гребок левой рукой и пронос над водой в и.п. 2. «Пускаем пузыри» - стоя в наклоне, ноги на ширине плеч, ладони рук на коленях: 1- глубокий вдох, 2-3-4- продолжительный выдох, повторить 5 раз. 3. И.п.- руки вдоль тела: пронести правую руку вверх, гребок и в и.п.; пронести левую руку вверх, гребок и в и.п. III. Заключительная часть <u>Игра «Составь слово из плавающих букв»</u> Девочки самостоятельно без подсказки взрослых составляют слово «ВОДА», мальчики – «МОРЕ». Если дети затрудняются, помочь. IV. Коррекционная работа: упражнения для крупной моторики; упражнения на продолжительный выдох.	Овладевает умением скольжения на груди в согласовании с гребками двух рук с задержкой дыхания.	Уточняет знания о способе плавания в согласовании с гребками двух рук.	Получает радость от быстрого продвижения в воде. Умеет согласовывать свои действия с партнером. Самостоятельно составляет слова их плавающих букв.	Наглядные: показ, зрительные и звуковые ориентиры. Словесные: объяснения, указания, название упражнений. Практические: повторение упражнений, игровой метод, разучивание по частям.	Выполнение различных движений руками с усложнением.

Тематический блок	Тема	Срок	Содержание программы	Составляющие качества образования			Методы	Приемы
				Деятельностно-коммуникативная	Предметно-информационная	Ценностно-ориентационная		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Учимся технике спортивного способа плавания кролем на груди	Плавание на задержке дыхания в согласовании с гребками двух рук	Декабрь: II неделя – (2 занятия)	I. Вводная часть на суше Силовые упражнения 1. Ходьба на месте, отрывая от пола пятки и одновременно выполняя движения руками, как при плавании кролем на груди, в течение 30 секунд. 2. И.п.- в упоре лежа: переступанием на кистях описать круги «циркуль». 3. И.п.- в упоре сзади: передвижение во всех направлениях, сгибая ноги, в течение 30 секунд. 4. И.п.- стоя, ноги на ширине плеч: поднять руки вверх, сжать кисть в кулак на 4 секунды, затем расслабить и «уронить» руки в наклоне вперед, повторить 6 раз. II. Основная часть в воде 1. И.п.- руки вытянуты вверх: одновременно гребок двумя руками, прижать к телу и держать продолжая плыть «волной». 2. «Пускаем пузыри» - стоя в наклоне, ноги на ширине плеч, ладони рук на коленях: 1- глубокий вдох, 2-3-4- продолжительный выдох, повторить 5 раз. 3. И.п.- руки вытянуты вверх: одновременно гребок двумя руками и пронести над водой попеременно правую руку, затем левую руку, продолжая плыть «волной». III. Заключительная часть Игра «Чей рекорд?» По команде ведущего играющие стартуют на определенное расстояние, проплывая его при помощи рук – кролем на груди с поплавком в ногах. IV. Коррекционная работа: - упражнения для мелкой и крупной моторики; - дыхательные упражнения: короткий вдох – продолжительный выдох.	Совершенствует навык скольжения на груди в согласовании с руками. Плышет «Волной».	Конкретизировать знания о способе плавания в согласовании с гребками двух рук.	Получает радость от нового продвижения в воде. Проявляет выдержку, целеустремленность, взаимодействие с товарищами.	Наглядные: показ, зрительные и звуковые ориентиры. Словесные: объяснения, указания, название упражнений. Практические: повторение упражнений, игровой метод, разучивание по частям.	Выполнение различных движений руками с усложнением.

Тематический блок	Тема	Срок	Содержание программы	Составляющие качества образования			Методы	Приемы
				Деятельностно-коммуникативная	Предметно-информационная	Ценностно-ориентационная		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Учимся технике спортивного способа плавания кролем на груди	Плывание на задержке дыхания в согласовании с гребками двух рук	Декабрь: III неделя – (2 занятия)	I. Вводная часть на суше 1. Ходьба с чередованием на бег, и переходя на ходьбу с дыхательными упражнениями, в течение 1 минуты. 2. И.п.- в упоре лежа: отжимания на руках – 10 раз. 3. И.п.- в наклоне, руки в стороны, поворот туловища с касанием пальцами рук носка противоположной ноги, в течение 30 секунд. 4. И.п.- стоя, ноги на ширине плеч, слегка согнуть, руки на коленях, прыжки вверх с одновременным взмахом рук вверх, вернуться в и.п., повторить 10 раз. II. Основная часть в воде 1. И.п.- руки вдоль тела: одновременно пронести две руки над водой, прижать к голове и держать. 2. «Пускаем пузыри» - стоя в наклоне, ноги на ширине плеч, ладони рук на коленях: 1- глубокий вдох, 2-3-4- продолжительный выдох, повторить 5 раз. 3. И.п.- руки вдоль тела: одновременно пронести две руки над водой; гребок правой рукой, гребок левой рукой в и.п. III. Заключительная часть <u>Игра «Буксировка партнера»</u> - плавание с тормозом. Играющие по желанию выбирают себе пару. Один игрок выполняет мощные гребки руками, как при плавании кролем на груди, второй партнер, удерживая его за ноги, служит пассивным отягощением, т.е. стоит на месте. Затем дети меняются ролями. IV. Коррекционная работа: - перекрестные упражнения; силовые упражнения; - на развитие крупной и мелкой моторики; - дыхательные упражнения: короткий вдох – продолжительный выдох.	Совершенствует навык скольжения на груди в согласовании с руками.	Дифференцировать знания о технике плавания в согласовании с гребками двух рук.	Придумывает и предлагает упражнения и игры. Стремится к качественному выполнению упражнений.	Наглядные: показ, зрительные и звуковые ориентиры. Словесные: объяснения, указания, название упражнений. Практические: повторение упражнений, игровой метод, разучивание по частям.	Выполнение скольжения с рабой руками с сопротивлением (отягощением)

Тематический блок	Тема	Срок	Содержание программы	Составляющие качества образования			Методы	Приемы
				Деятельностно-коммуникативная	Предметно-информационная	Ценностно-ориентационная		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Учимся технике спортивного способа плавания кролем на груди	Совершенствование умений в движениях рук, ног по плаванию	Декабрь: IV неделя – (2 занятия)	Праздник на воде «Новогодняя сказка» Дети заходят в бассейн, где их ждут Дед Мороз и Снегурочка. <i>Снегурочка:</i> Здравствуйте дети! С Новым годом поздравляем и от всей души желаем всем здоровья вам – и большим и малышам. <i>Дед Мороз:</i> В путь пора нам отправляться, надо елочку найти, будем плавать, обучаться, чтобы не пропасть в пути. <i>Снегурочка:</i> А вот и первое препятствие: перед нами – целое озеро, надо перебраться на другой берег. <u>Игра «Переправа».</u> <i>Дед Мороз:</i> По сигналу вы ложитесь и за ноги ухватитесь, каждый за ноги держа, крепче в мире нет дружка, (один игрок выполняет гребки руками кролем на груди, второй – держит за ноги и идет вперед). <i>Снегурочка:</i> Смотрите, куда мы пришли ... Какие разные домики! В этих домиках живут наши друзья. Они тоже хотят с нами пойти искать елочку. <i>Снегурочка</i> загадывает загадки. 1. Белый пушок, черный глазок, прыгает ловко, любит морковку (заяц). 2. Рыжая плутовка, хитрая да ловкая (лиса). 3. Кто голодный, зимой холодной бродит? (волк). <i>Дед Мороз:</i> Вот сколько друзей у нас. Ваш путь еще не близок, и продолжим – на моторных лодках. <u>Игра «Плыви игрушка».</u> Дети плывут, держа доску на вытянутых руках с игрушкой, как при плавании кролем на груди. <i>Дед Мороз:</i> Какие вы смелые! <u>Игра «Смелые ребята».</u> Все участники <u>преодолевают препятствия</u> установленные на дистанции: поднырнуть в обруч, плыть под водой «подводной лодкой», перепрыгнуть через «жердь», как в <u>игре «Чехарда»</u> - т.е. через партнера, стоящего впереди, опираясь на его плечи. <i>Снегурочка:</i> Смотрите, появился дельфин! (дети здороваются с дельфином). <i>Дети:</i> Добрый, умный дельфин! Помоги нам найти елочку. <i>Снегурочка:</i> Дельфин говорит, что елочка спрятана под водой. <u>Игра «Водолазы».</u> Дети ныряют и достают елочку (игрушку). <i>Дед Мороз:</i> Нашлась, нашлась! Спасибо всем, кто нам помог! А теперь нарядим елочку. <u>Эстафета</u> двух команд <u>«Гонка мячей»</u> - кто быстрее нарядит елочку? Дети строятся в колонну по одному и передают мяч назад над головой Снегурочке. <i>Дед Мороз и Снегурочка</i> прощаются с детьми: Нам понравилось у вас, встретимся еще не раз! До свидания, друзья! Коррекционная работа: - упражнения для профилактики опорно-двигательного аппарата; - упражнения на задержку дыхания.	Совершенствует навык скольжения на груди в согласовании движений рук и ног.	Дать знания детям о разных способах празднования Нового года.	Стремится к победе. Проявляет целеустремленность и выдержку.	Наглядные: показ, зрительные и звуковые ориентиры. Словесные: объяснения, указания, название упражнений. Практические: повторение упражнений, игровой метод, разучивание по частям.	Игры с постепенным усложнением задания. Использование элементов соревнования.

Тематический блок	Тема	Срок	Содержание программы	Составляющие качества образования			Методы	Приемы
				Деятельностно-коммуникативная	Предметно-информационная	Ценностно-ориентационная		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Учимся технике спортивного способа плавания кролем на груди	Контрольное «На первой ступени к Олимпиаде»	Январь; II неделя – (2 занятия)	Разминка в воде с использованием бега, прыжков по дну бассейна в чередовании со скольжениями на груди. Оценка умения выполнять элементы движений в плавании кролем на груди на задержке дыхания: 1. Скольжение с доской на вытянутых прямых руках. 2. Скольжение с различным положением рук. 3. Плавание в согласовании с гребком одной рукой. 4. Плавание в согласовании с гребками двух рук. Свободное плавание с мячами, игрушками, на надувных кругах. Коррекционная работа: - упражнения для профилактики опорно-двигательного аппарата; - упражнения для мелкой и крупной моторики.	Совершенствует навык скольжения с предметом и без него в согласовании с движениями руками.	Закрепление знаний о технике плавания.	Стремится к качественному выполнению.	Наглядные: показ, зрительные и звуковые ориентиры. Словесные: объяснения, указания, название упражнений. Практические: повторение упражнений, игровой метод, разучивание по частям.	Задания с усложнением. Контрольные упражнения.

Тематический блок	Тема	Срок	Содержание программы	Составляющие качества образования			Методы	Приемы
				Деятельностно-коммуникативная	Предметно-информационная	Ценностно-ориентационная		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Учимся технике спортивного способа плавания кролем на груди	Плавание при помощи движений ног с доской	Январь: III - IV недели – (по 2 занятия)	I. Вводная часть на суше ОФР для гибкости голеностопного сустава - Ходьба на месте, отрывая пятки от пола, выполняя круговые движения руками - «Мельницу», в течение 1 минуты. - И.п.- стоя на коленях, стопы вытянуты тыльной стороной к полу: 1-2 наклон туловища назад с опорой руками сзади, 3-4 с последующим подниманием коленей от пола, 5-6 вернуться в и.п., повторить 4 раза. - И.п.- лежа на спине, ноги прямые: 1-2 сгибание стоп с поворотом носков внутрь, 3-4 стараясь коснуться пальцами пола, вернут. в и.п. (ноги в коленях не сгибать). - И.п.- сидя, упор руками сзади, ноги прямые: вращение стопы в течение 15 секунд повторить 2 раза. II. Основная часть в воде - Плавание с доской в руках, при помощи движений ногами (подбородок и прямые руки на доске). «Пускаем пузыри» - стоя в наклоне, с доской в вытянутых руках, ноги на ширине плеч: 1- глубокий вдох, 2-3-4- продолжительный выдох, повторить 5 раз. - Нырание с помощью движений ногами и различными положениями рук (за головой, прижаты к туловищу, за спиной, согнутые в локтях). - Плавание с доской в вытянутых руках с помощью движений ног на задержке дыхания. - Плавание с доской в одной руке с различными положениями другой руки (за головой, вдоль тела, за спиной – руки в «замок»). III. Заключительная часть <u>Игра «Крокодилы на охоте»</u>, может быть командной и некомандной. Передвижение с помощью ног, руки прижаты к туловищу или вытянуты вперед. Побеждает тот, кто раньше других доберется до «добычи». IV. Коррекционная работа: упражнения для укрепления мышц стопы; упражнения на дыхание из кинезиологии.	Осваивает умение скольжения с предметом в руках и работой ногами	Дать представление о технике плавания с доской при помощи движений ногами	Проявляет старание. Исправляет ошибки.	Наглядные: показ, зрительные и звуковые ориентиры. Словесные: объяснения, пояснения, указания, название упражнений. Практические: повторение упражнений.	С постепенным увеличением глубины воды, с различным положением рук с предметом.

Тематический блок	Тема	Срок	Содержание программы	Составляющие качества образования			Методы	Приемы
				Деятельностно-коммуникативная	Предметно-информационная	Ценностно-ориентационная		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Учимся технике спортивного способа плавания кролем на груди	Плавание при помощи движений ногами	Февраль; I - II недели – (по 2 занятия)	I. Вводная часть на суше ОФР для гибкости голеностопного сустава 1. Ходьба на месте, отрывая поочередно пятки от пола, выполняя круговые движения руками - «Мельницу», в течение 1 минуты. 2. И.п.- стоя, вращение обруча вправо и влево, в течение 30 сек x 2 раза. 3. И.п.- вращение обруча с продвижением вперед, в течение 10-15 секунд. 4. И.п.- лежа на груди на скамейке, руки на полу: движения ногами, как при плавании кролем, в течение 30 секунд. 5. И.п.- стоя, ноги на ширине плеч: поочередные маховые движения прямой ногой вперед-назад, вправо-влево, в течение 30 секунд x 2 раза. 6. И.п.- «Выпад» одной ногой вперед: пружинистые приседания, в течение 30 секунд, затем смена ног прыжком. II. Основная часть в воде 1. Плавание при помощи движений ногами с различными положениями рук (вперед; у бедер; одна вперед, другая у бедра; за головой; одна рука за головой, другая у бедра; одна рука за головой, другая - за спиной; обе руки за спиной). 2. «Пускаем пузыри» - шагая в наклоне по кругу, руки на коленях: 1- глубокий вдох, 2-3-4- продолжительный выдох, повторить 5 раз. III. Заключительная часть <u>Игра «Мяч на воде».</u> Играющие делятся на две команды и становятся в две шеренги напротив друг друга. Педагог подбрасывает между шеренгами мяч. Играющие стремятся овладеть мячом и доставить его в заранее условленную зону, (плывя на ногах с мячом в руках). IV. Коррекционная работа: - упражнения для укрепления мышц стопы, голени и бедра; - упражнение на дыхание: короткий вдох – продолжительный выдох.	Осваивает умение Скольжения на груди с работой ногами «кролем» с различным положением рук.	Уточнять знания в плавании при помощи движений ногами	Стремится к достижению положительных результатов. Согласовывает свои действия во взаимодействии с товарищами.	Наглядные: показ, зрительные и звуковые ориентиры. Словесные: объяснения, пояснения, указания, название упражнений. Практические: повторение упражнений.	С задержкой на вдохе, открывая глаза, с различным положением рук.

Тематический блок	Тема	Срок	Содержание программы	Составляющие качества образования			Методы	Приемы
				Деятельностно-коммуникативная	Предметно-информационная	Ценностно-ориентационная		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Учимся технике спортивного способа плавания кролем на груди	Плавание при помощи движений ног и дыхания	Февраль: III- IV недели – (по 2 занятия)	I. Вводная часть на суше 1. Ходьба спокойная с переходом на средний темп и опять спокойная – 1 минута. 2. И.п.- сидя на краю скамейки, упор руками сзади, ноги выпрямлены в коленных суставах, носки оттянуты – в частом темпе выполнять движения ногами кролем под команду, в течение 20 секунд. 3-4. И.п.- лежа на груди или сидя на полу: повторить упражнение № 2 – 1 минута. II. Основная часть в воде 1. Плавание на груди с дыханием, работая одними ногами с различными положениями рук (вперед; у бедер; одна вперед, другая у бедра; за головой; одна рука за головой, другая у бедра; одна рука за головой, другая - за спиной; обе руки за спиной) – выполняя быстрый, глубокий вдох – вперед, опуская лицо в воду – полный, продолжительный выдох. 2. Плавание на груди с дыханием в сторону прижатой руки с различными положениями другой руки (вытянутой вперед, за головой, вдоль тела, за спиной). III. Заключительная часть <u>Встречная эстафета «Самая дружная команда».</u> Каждая команда распределяется на 2 группы: первая и вторая. Первые напротив вторых своей команды. По сигналу первые игроки плывут с доской в руках с дыханием, работая ногами к вторым, и передают плавательную доску. Получив доску, второй игрок плывет к первым и т.д. Кто раньше закончит эстафету, тот и победитель. <u>Вариант игры:</u> плыть с игрушкой на доске. IV. Коррекционная работа: упражнения на дыхание; диафрагмальное дыхание; короткий вдох и продолжительный выдох; упражнения для развития мелкой и крупной моторики; упражнения на зрительное и звуковое внимание.	Совершенствует навык скольжения на груди с работой ногами. Осваивает умение выполнять вдох-выдох в скольжении с работой ногами «кролем».	Дать представления о плавании при помощи движений ног и дыхания.	Проявляет выдержку, целеустремленность, старание. Исправляет ошибки. Стремится к победе.	Наглядные: показ, зрительные и звуковые ориентиры. Словесные: объяснения, пояснения, указания, название упражнений. Практические: повторение упражнений.	С задержкой на вдохе, открывая глаза, с различным положением рук; с постепенным выдохом в воду; с вдохом и выдохом работая ногами с различными положениями рук.

Тематический блок	Тема	Срок	Содержание программы	Составляющие качества образования			Методы	Приемы
				Деятельностно-коммуникативная	Предметно-информационная	Ценностно-ориентационная		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Учимся технике спортивного способа плавания кролем на груди	Плавание при помощи движений рук и дыхания	Март: I – II - III- IV недели – (по 2 занятия)	I. Вводная часть на суше 1. И.п.- стоя, ноги на ширине плеч, наклонившись вперед, смотря прямо перед собой, одна рука впереди, другая рука у бедра – выполнять круговые движения руками вперед «мельница» в течение 30 секунд. 2. Это же упражнение выполнить с резиновыми амортизаторами. 3. То же, но с остановкой в начале, середине и конце гребка. 4. Согласование дыхания с движениями одной руки, как при плавании кролем: стоя, ноги на ширине плеч, наклонившись вперед, упершись одной рукой в колено, другая находится в положении у бедра (конец гребка) – повернуть голову в сторону руки вытянутой назад у бедра и посмотреть на нее. В этом положении сделать вдох и начать движение рукой с одновременным выдохом. Следующий вдох выполняется тогда, когда рука заканчивает «гребок» в положении у бедра. II. Основная часть в воде 1. И.п.- руки вытянуты вверх: гребок правой рукой, поворот головы вправо - вдох, пронести правую руку в и.п. 2. Это же упражнение, но левой рукой. 3.И.п.- руки вдоль тела: пронести правую руку вверх и гребок правой, поворот головы вправо: вдох – выдох. 4. Это же упражнение, но левой рукой. III. Заключительная часть <u>«Военизированная эстафета».</u> По команде дети в одежде плывут 5 метров, снимают ее в воде, кладут вещи в надувную лодку и ныряют в воду, перелезают через спасательный круг, подныривают под гимнастическую палку и плывут к финишу на скорость – кто быстрее? IV.Коррекционная работа: дыхательные упражнения; упражнения на ориентировку в пространстве; упражнения для развития мелкой и крупной моторики; упражнения для развития силы и выносливости.	Осваивает умение скольжению на груди с работой руками и дыхания. Совершенствует навык скольжения на груди с работой руками и дыхания.	Дать представления о плавании при помощи движений рук и дыхания.	Ориентируется в водной среде. Может придумать и предложить задания и игры для детей с элементами соревнований.	Наглядные: показ, зрительные и звуковые ориентиры. Словесные: объяснения, пояснения, указания, название упражнений. Практические: повторение упражнений.	С задержкой на вдохе, открывая глаза, с различным положением рук; с постепенным выдохом в воду; с вдохом и выдохом работая ногами с различными положениями рук.

Тематический блок	Тема	Срок	Содержание программы	Составляющие качества образования			Методы	Приемы
				Деятельностно-коммуникативная	Предметно-информационная	Ценностно-ориентационная		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Учимся технике спортивного способа плавания кролем на груди	Плавание при помощи движений рук, ног и дыхания	Апрель: I – II - III- IV недели; Май: I неделя – (по 2 занятия)	I. Вводная часть на суше 1. И.п.- стоя, ноги на ширине плеч, наклонившись вперед, выполнять движения руками, как при плавании кролем на груди с одновременным притопами ногами: на один гребок рукой – три удара ногами. Считать вслух: «Раз, два, три. Раз, два, три...», в течение 1 минуты.. 2. То же упражнение, но в согласовании с дыханием. Движения руками и ногами должны быть подчинены ритму дыхания, поэтому рекомендуется выполнять под команду тренера – короткую «вдох!» и продолжительную «вы-ы-ы-дох!», - 1 мин. II. Основная часть в воде 1. Плавание кролем на груди с полной координацией на задержке дыхания. 2. Плавание кролем на груди с попытками повернуть голову и сделать вдох сначала 1 раз на несколько гребков, затем чаще. Сначала лучше дышать через 2-3 гребка, постепенно подводя очередной вдох под каждый гребок правой или левой рукой. 3. Плавание кролем на груди в полной координации. <u>Типичные ошибки:</u> поворот на бок во время вдоха; слишком короткий гребок и ранний вынос руки из воды; высокое поднимание головы; поднимание, а не поворот головы на вдох, чрезмерно сильная работа ног. <u>Методические указания:</u> движения руками и ногами подчинять ритму дыхания, туловище держать напряженным; вдох выполнять в конце гребка рукой, голову на вдох поворачивать. А не поднимать; выполнять гребки руками под живот, вынимая руку из воды у бедра; во время гребка не опускать локоть и ладонью опираться о воду. III. Заключительная часть <u>Игра «Акробаты».</u> Дети выполняют кувырки – сальто вперед или назад в группировке – «комок». Побеждает тот, кто выполнит большее число кувырков согласно заданию в установленное время. IV. Коррекционная работа: - упражнения из кинезиологии – дыхательная гимнастика; - упражнения на ориентировку в пространстве; - упражнения для развития выносливости.	Осваивает умение скольжению на груди с работой ногами, руками «кролем» с ритмичным вдохом и выдохом в воду. Совершенствует умение плавать «кролем» на груди в полной координации.	Дать представления о плавании при помощи движений рук, ног и дыхания.	Получает удовольствие от плавания. Умеет скользить в различных направлениях с различным положением рук и ног. Стремится выполнять упражнения качественно.	Наглядные: показ, зрительные и звуковые ориентиры. Словесные: объяснения, пояснения, указания, название упражнений. Практические: повторение упражнений.	Плывать в различных сочетаниях движений рук и ног; играть и соревноваться в различных сочетаниях движений рук и ног с постепенным усложнением. Дыхание в ритме движения: с подниманием, поворотом головы. Формы организации: групповая, фронтальная, поточная.

Тематический блок	Тема	Срок	Содержание программы	Составляющие качества образования			Методы	Приемы
				Деятельностно-коммуникативная	Предметно-информационная	Ценностно-ориентационная		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Учимся технике спортивного способа плавания кролем на груди	Совершенствование умений в движениях рук, ног и дыхания – в полной координации кролем на груди	Май: II неделя – (2 занятия)	<u>Праздник Нептуна на воде.</u> Дети в бассейне видят как Русалочки с голубыми лентами изображают высокие волны под музыку А.Петрова к к/ф «Человек-Амфибия». Постепенно волны утихают, и появляется Царь Морской Нептун. <i>Нептун:</i> Гордый я морей властитель, я пучины повелитель! Грозен царь соленых вод- помни храбрый мореход! Но сегодня я добряк! Приплывай ко мне моряк! Праздник закачу большой, отдохнуть хочу с душой! Нептун садится на трон. <i>Русалочки:</i> Смотрите, к нам приплывает корабль с моряками! Появляется корабль, а за ним <u>плывут дети с доской в руках.</u> Звучит музыка А. Петрова «Русский сувенир». <i>Нептун:</i> Море зовет, ветер поет, вперед, вперед, вперед! Корабль пришвартовался, и моряки сошли на берег. Дети исполняют танец моряков «Яблочко» в воде. <i>Нептун:</i> Морякам не раз приходилось тянуть канат, и делают они это очень ловко. На палубу скорее выходите и силушку нам покажите! <u>Конкурс: «Перетяни канат!».</u> Нептун хвалит силачей и приглашает самых быстрых и дружных детей. Под музыку из к/ф «Мария – Мирабелла» проводится <u>встречная эстафета «Самая дружная команда!»</u> - плавание кролем на груди без дыхания. Поднимаются волны и появляется Водяной с песней из мульт/ф «Летучий корабль». <i>Водяной:</i> Что за шум? Что за веселье? Кто меня сюда позвал? (видит Нептуна). Здравствуй Царь Нептун, воды владыка Грозный! Нептун и дети здороваются с Водяным. <i>Нептун:</i> Водяной! Ты пожаловался, что никто с тобой не водится. Вот мы и пригласили тебя. <i>Водяной:</i> Спасибо! У меня в болоте скучно! Хочу размяться! <i>Нептун:</i> Посмотри какие мы веселые! Встречная эстафета: дети плывут в тельняшках кролем на груди. <i>Нептун:</i> теперь я немного порезвлюсь! Награды пора раздавать! Нептун с детьми закидывает невод в море. Игра: «Водолазы». Дети ныряют и вытаскивают в 1 раз – башмак, во 2 – банку, в 3 раз шкатулку. <i>Нептун:</i> Шкатулка закрыта. Как же открыть? Танец «Маленьких утят». Нептун открывает шкатулку – а там медали! И под медленную музыку проводится награждение. Коррекционная работа: - упражнения из кинезиологии под музыкальное сопровождение; - игры на задержку дыхания и длительный выдох; - упражнения на развитие ориентировки в пространстве.	Совершенствует навык плавать «кролем» на груди в полной координации/	Дать представления детям о разных способах празднования на воде.	Может оценить свои действия и товарищей. Согласовывает свои действия с товарищами. Переживает за друзей, оказывает помощь. Стремится к победе.	Наглядные: показ, зрительные и звуковые ориентиры. Словесные: объяснения, указания, команды. Практические: игровой метод.	Игры с усложнением заданий. Использование элементов соревнования. Формы организации: поточная, групповая.

Тематический блок	Тема	Срок	Содержание программы	Составляющие качества образования			Методы	Приемы
				Деятельностно-коммуникативная	Предметно-информационная	Ценностно-ориентационная		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Я умею плавать	Контрольное «Олимпийская сага»	Май: III неделя – (2 занятия)	Разминка на суше И.п. - стоя, в наклоне и в ходьбе выполнять движения руками, как при плавании кролем на груди согласуя с дыханием. Техника спортивного плавания способом кроль на груди: 1. Плавание при помощи движений ног на груди. 2. Плавание при помощи движений рук и дыхания. 3. Плавание кролем на груди в полной координации. Свободное плавание с мячами, игрушками, на надувных кругах. Коррекционная работа: упражнения на дыхание.	Совершенствует навык плавания «кролем» на груди в полной координации.	Закрепление знаний о технике плавания кроль на груди.	Качественно выполняет задания. Стремится быть сильным, смелым, быстрым, добродетельным.	Наглядные: показ, зрительные и звуковые ориентиры. Словесные: объяснения, указания, команды. Практические: игровой и контрольный методы.	Задания с усложнением. Формы организации: поточная, групповая, иногда индивидуальная.

Планирование образовательного процесса в группах дошкольного возраста на учебный год

Тема, событие.	Возраст т	Задачи и краткое содержание темы, события	Временной отрезок	Итоговое мероприятие
До свиданья, лето! Здравствуй, детский сад.	3-5 лет	Формирование первичных ценностных представлений о добре, дружбе, взаимопомощи. Воспитание чувства сопричастности к жизни дошкольного учреждения, развитие и поддержание интереса и внимания к окружающим людям	Сентябрь 1 неделя	Праздник – импровизация «Встреча друзей».
	5-7 лет	Формирование первичных представлений и положительного отношения к процессу обучения в школе (предметам, урокам, оценкам, школьным принадлежностям, распорядку дня школьника, новой роли ученика и др.), труду учителя.	сентября 2 неделя	Праздник «Веселая переменка».
	3-5 лет	Формировать первоначальные представления об осенних явлениях. Знакомить детей с изменениями в жизни животных, о деятельности людей осенью.	сентября 3 неделя	Выставка «Дары осени» Праздник «Осени».
	5-7 лет	Формировать у детей первоначальные представления о осенних явлениях: падают листья, идет сбор урожая, улетают птицы, все прощаются с летом, готовятся к зиме	сентября 4 неделя	Праздник «Осени», Выставка «Необычный огород».
Осень золотая в гости к нам пришла.		Формировать у детей		

Праздник бабушек и дедушек.	3-5 лет	дифференцированные представления о признаках лета: становится холодно, увядает вся природа, отдельные птицы улетают на юг, люди трудятся в садах и огородах, чтобы собрать выращенный урожай. Приспособленности растений и животных. Дать представления об экосистемах, природных зонах.	октября 5 неделя	Выставка-конкурс поздравительных открыток.
	5-7 лет	Воспитывать эмоциональную отзывчивость на состояние близких людей. Формирование уважительного, заботливого отношения к пожилым родственникам. Расширять представление детей о своей семье. Формировать первоначальные представления о родословных отношениях в семье. Закреплять знания детей своего имени, фамилии и возраста. Знакомить детей с профессиями родителей. Воспитывать уважение к труду близких людей	октября 6 неделя	Встреча с интересным человеком. Презентация проектов «Моя родословная».
	3-5 лет	Формирование представлений о пожилых, как о людях, которым необходимо особое внимание окружающих, о способах и формах оказания помощи. Расширять знания детей о самих себе, о своей семье, о родословной, о том где работают родители, как важен для общества их труд.	октября 7 неделя	Выставка детских рисунков «Мой дом».

Всемирный день приветствий.	5-7 лет	Знакомить с родным городом, его достопримечательностями, с домом, с предметами домашнего обихода, мебелью, бытовыми приборами. Знакомить с видами транспорта, в том числе с городским, с правилами поведения в городе, с элементарными правилами дорожного движения. Знакомим с городскими профессиями (милиционер, продавец, парикмахер, шофер, водитель автобуса. Познакомить с выдающимися людьми, прославившими Россию.	октября 8 неделя	Выставка детского творчества.
	3-5 лет	Расширять представления о родной стране, о государственных праздниках, вызвать интерес к истории своей страны. Знакомить с историей России, гербом и флагом, гимном. Рассказать о людях прославивших Россию, о том, что Россия огромная многонациональная страна, Москва- главный город, столица нашей Родины.	ноябрь	Конкурс приветственных открыток.
	5-7 лет	Воспитывать любовь к «малой Родине». Рассказать детям о том, что Земля- наш общий дом, на Земле много разных стран. Объяснять, как важно жить в мире со всеми народами, знать и уважать их культуру, обычаи и традиции.	9 неделя	
	3-5 лет	Формирование представлений о формах и	ноябрь	Конкурс звуковых приветствий с использованием ТСО

День матери.	5-7 лет	способах приветствий, культуры поведения, желания и умения устанавливать положительные взаимоотношения с людьми. Учить инициировать общение, вежливо откликаться на предложение общения со стороны других людей. Стимулировать развитие интереса к совместным играм со взрослыми и детьми, положительный отклик играть.	10 неделя	Выставка рисунков «Моя мама»
	3-5 лет	Учить детей инициировать общение, вежливо откликаться на предложение общения со стороны других людей, устанавливать вербальные и невербальные со взрослыми и детьми отношения. Познакомить детей с различными способами общения. Рассказать детям о том, как общаются дети других стран.	ноябрь 11 неделя	Конкурс чтецов «Милой мамочке моей это поздравление
	5-7 лет	Воспитание чувства любви и уважения к матери, желания помогать ей, заботиться о ней. Познакомить детей с женскими профессиями. Рассказать детям как можно выразить свою любовь к маме.	ноябрь 12 неделя	Выставка кормушек.
	3-5; 5-7 лет	Формирование представлений о своей половой принадлежности, проявление гендерных ролей Создавать педагогические и игровые ситуации (забота о маме, помощь в		Презентация
Зимушка-зима.				

Новый год.		домашних делах); ситуации морального выбора (пригласить друзей или тихо поиграть одному, когда мама устала).	ноябрь	проектов «Животные зимнего леса».
	3-5 лет	Формировать представление детей о зиме, как о времени года, о её особенностях.	13 неделя	
День рождение детского сада.	5-7 лет	Развивать умения устанавливать простейшие связи между явлениями живой и неживой природы. Развивать умения вести сезонные наблюдения, замечать красоту зимней природы.	ноябрь 14 неделя	Новогодние праздники.
	3-5 лет	Учить детей проявлять заботу к птицам и животным зимой.		
		Формировать у детей дифференцированные представления о зиме. Знакомить с зимними видами спорта. Формировать первичный исследовательский и познавательный интерес через экспериментирование.	декабря 15 неделя	Музыкально-театрализованный досуг
Зима.	5-7 лет	Формирование представлений о Новом годе как веселом и добром празднике (утренники; новогодние спектакли; сказки; каникулы; совместные с семьей новогодние развлечения и поездки; пожелания счастья, здоровья, добра; поздравления и подарки;		Музыкально-театрализованный досуг. Изготовление поздравительного альбома.

День защитника Отечества.	3-5 лет	Лапландия – родина Деда Мороза и др.), как начале календарного года (времена года; цикличность, периодичность и необратимость времени; причинно-следственные связи; зимние месяцы; особенности Нового года в теплых странах и др.). Формирование умений доставлять радость близким и благодарить за новогодние сюрпризы и подарки	январь 16 неделя	Оформить книгу группы «Зимние забавы»
	5-7 лет	Развитие интереса и воспитание чувства сопричастности к жизни дошкольного учреждения. Развитие положительного отношения дошкольному учреждению. Формировать представление о способах социального поведения взрослых или детей.	январь 17 неделя	
Международный женский день.	3-5 лет	Знакомить с зимними видами спорта. Формировать представления о безопасном поведении людей зимой.	январь 18 неделя	Выставка детского творчества. Зимняя олимпиада.
	5-7 лет	Закрепить знания о свойствах снега и льда. Расширить представления о местах, где всегда зима, о животных Арктики и Антарктики.	январь 19 неделя	

Народная культура и традиции.	3-5 лет	Продолжить знакомить с зимними видами спорта. Расширять и обогащать знания об особенностях зимней природы (холода ,заморозки, снегопады, сильные ветры); особенностях деятельности людей в городе ,на селе; о безопасном поведении зимой. Продолжать знакомить с природой Арктики и Антарктики. Дать представления об особенностях зимы в разных широтах и в разных полушариях Земли.	февраль 20 неделя	Праздник посвященный Дню защитника Отечества. Выставка детского творчества.
	5-7 лет	Осуществлять патриотическое воспитание. Знакомить с «военными» профессиями. Воспитывать любовь к Родине. Формировать первичные гендерные представления (воспитывать в мальчиках стремление быть сильными, смелыми, стать защитниками Родины).	февраль 21 неделя	Праздничный концерт. Выставка детского творчества.
	3-5 лет	Знакомить с флагом России. Приобщать к Русской истории через знакомство с былинами о богатырях.		Праздничный концерт. Выставка детского творчества.
	5-7 лет	Продолжать расширять представление детей о Российской армии. Рассказать о трудной, но почетной обязанности защищать Родину. Знакомить с разными родами войск, боевой техникой. Расширять гендерные представления.	февраль 22 неделя	Выставка детского творчества. Фольклорный

День Победы.	3-5 лет	Воспитание чувства любви и уважения к женщине, желания помогать им, заботиться о них. Организовать все виды детской деятельности вокруг темы семьи, любви к маме, бабушке. Воспитывать уважение к воспитателям.	23 неделя	праздник.
	5-7 лет	Воспитание чувства любви и уважения к женщине, желания помогать им, заботиться о них. Организовать все виды детской деятельности вокруг темы семьи, любви к маме, бабушке. Воспитывать уважение к воспитателям. Расширять гендерные представления. Воспитывать бережное и чуткое отношение к самым близким людям.	март 24 неделя	Выставка детского творчества. Фольклорный праздник.
	3-6 лет			
	7 лет	Расширять представления о народной игрушке. Знакомить с народными промыслами. Продолжать знакомить с устным народным творчеством. Использовать фольклор при организации всех видов деятельности.	март 25неделя	Театрализованное представление. Выставка детского творчества.
Лето. До свиданье, детский сад		Продолжать знакомить детей с народными традициями и обычаями, с народным декоративно прикладным искусством. Расширять представление о народных игрушках. Рассказать о русской избе и других строениях, их внутреннем убранстве, предметах быта, одежде. Знакомить с	апрель 26 неделя	Театрализованное представление. Выставка детского творчества. Фотовыставка.

	народными песнями, плясками. Воспитывать интерес к искусству родного края. Расширять представления детей о весне. Развивать умение устанавливать простейшие связи между явлениями живой и неживой природы, вести сезонные наблюдения. Формировать у детей обобщенные представления о весне как времени года, приспособленности растений и животным к изменениям в природе. Расширять знания о характерных признаках весны. Осуществлять патриотическое воспитание. Воспитывать любовь к Родине. Формировать представление о празднике, посвященном Дню Победы. Воспитывать Уважение к ветеранам войны. Осуществлять патриотическое воспитание. Расширять знания о героях ВОВ, о победе нашей страны в войне. Познакомить с памятниками героям войны. Рассказать о воинских наградах. Показать преемственность поколений защитников Родины.	апрель 27 неделя апрель 28 неделя апрель 29 неделя май 30 неделя	Выставка боевой техники. Выставка детских работ. Праздник «Лето», спортивный праздник. Праздник
--	---	--	--

		Организовать все виды детской деятельности. Вызвать эмоциональный настрой при проведении праздника. Организовать все виды детской деятельности на тему прощания с детским садом и поступления в школу. Формировать эмоционально положительное отношение к предстоящему поступлению в 1 класс.		
--	--	---	--	--

Планирование образовательного процесса в группах дошкольного возраста летом.

Тема, событие.	Возраст т	Задачи и краткое содержание темы, события	Временной отрезок	Итоговое мероприятие
Лето, ах лето!	3-5 лет	Формировать у детей первоначальные представления о летних явлениях: греет солнышко, появляются цветы, ягоды, насекомые. Все радуются солнышку.	1-15 июня	Музыкальное развлечение «В гости к солнышку».
	5-7 лет	Формировать у детей дифференцированные представления о признаках лета: становится тепло, появляются цветы, ягоды, птицы строят гнезда и выводят птенцов. Люди трудятся в садах и огородах, чтобы вырастить урожай.	1-15 июня	Музыкальное развлечение «Здравствуй, лето!»
Пушкин-поэт	3-5 лет		18-29 июня	

России. Это русское раздолье – это Родина моя. Правила безопасности.	5-7 лет	Знакомить с творчеством Пушкина через чтение отрывков доступных пониманию детям: «Белка », «Кораблик», «Царевна - лебедь», «Лукоморье».	18-29 июня	Театрализованное представление по сказкам Пушкина.
	3-5 лет	Знакомить с творчеством Пушкина через чтение сказок: «Сказка о рыбаке и рыбке», «Сказка о попе и о работнике Балде», «Сказка о царе Салтане», «Сказка о мертвой царевне и о семи богатырях».	2-13 июля	Музыкально – литературное развлечение «Путешествие по сказкам Пушкина».
	5-7 лет	Знакомить детей с фольклорными произведениями летней тематики.	2-13 июля	Фольклорный праздник.
	3-5 лет	Формировать у детей представления о русской традиционной культуре: элементах национального костюма, русских играх, хороводах, символе России – русской березке.	16-27 июля	Праздник русской березки.
	5-7 лет	Знакомить детей с элементарными правилами безопасности, используя занимательные истории любимых героев: нельзя есть грибы и ягоды, убегать от мамы.	16-27 июля	Беседа с детьми «Хорошо и плохо»
	3-5 лет	Знакомить детей с элементарными	с 30 июля по 10 августа	Выставка детского

Любители природы.	5-7 лет	правилами пожарной безопасности, трудом пожарных, правилами поведения в сложных ситуациях.	13-24 августа	творчества.
	3-5 лет	Формировать у детей представления об объектах природы привлекающих внимание детей: цветы, ветерок, бабочки, небо и т. д. Организовать эмоционально – чувственное знакомство с природой.		
День спортивных достижений.	5-7 лет	Организовать с детьми систему наблюдений за wybranными объектами экологической тропинки. Устанавливать связи и зависимости, организовать поисковую деятельность.	24-30 августа	Презентация книги «Лето»
		Организовать с детьми спортивное развлечение с использованием различного инвентаря.	24-30 августа	Групповые развлечения.
		Организовать двигательную деятельность, игровые упражнения. Использовать различный инвентарь.		День физкультурника.

Мониторинг.

Педагогический мониторинг осуществляется с целью определения динамики актуального индивидуального профиля развития ребенка и используется при решении следующих задач:

- индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- оптимизации работы с группой детей. Педагогический мониторинг опирается на принципы поддержки специфики и разнообразия детства, а также уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека.

В связи с этим, педагогический мониторинг:

- не содержит каких-либо оценок развития ребенка, связанных с фиксацией образовательных достижений;
- позволяет фиксировать актуальный индивидуальный профиль развития дошкольника и оценивать его динамику;
- учитывает зону ближайшего развития ребенка по каждому из направлений;
- позволяет рассматривать весь период развития ребенка от рождения до школы как единый процесс без условного разделения на разные возрастные этапы, «привязанные» к паспортному возрасту, при этом учитывает возрастные закономерности развития, опираясь на оценку изменений деятельности дошкольника;
- учитывает представленные в Программе целевые ориентиры, но не использует их в качестве основания для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Инструментарий для педагогического мониторинга детского развития – карты наблюдения, карты развития.

Диагностика по плаванию детей дошкольного возраста
«Руководитель дошкольного образования», страница 82, приложение № 18

Группа	Ходьба	Бег	Прыжки	Погружение в воду	Всплывание	Скольжение на спине, на груди	Вдох и выдох в воде	Плавание
II младшая	Свободно передвигается в воде	Бегают в произвольном направлении	Подпрыгивает и падает в воду	Погружается в воду с задержкой дыхания	Лежит на груди в воде с помощью взрослого		Выполняет выдох в воду	
средняя	Ходит с различным положением рук	Бегают в разных направлениях с различным положением рук	Прыгает с погружением в воду	Погружается в воду с открытыми глазами с продвижением по дну или доставая игрушки	Выполняет «Медуза», «Поплавок», «Звезда»	Скользит с предметом в руках	Чередует вдох над водой и выдох в воду – сознательно управляет дыханием	
старшая					Выполняет «Звезда» на груди и на спине	«Стрела»: - скользит на груди с постепенным выдохом в воду; - скользит на спине	Чередует вдох – выдох с работой ногами кролем у опоры	Плывет на груди и на спине с работой ногами кролем с предметом в руках
подготовительная						Скользит на груди и на спине с работой руками кролем с задержкой дыхания или произвольным дыханием	Чередует вдох-выдох с работой ногами кролем на груди с предметом в руках	Плывет удобным для себя способом

Диагностический инструментарий
(по материалам кандидата педагогических наук Т. Казаковцева)

Оценка плавательной подготовленности детей проводится в мае-июне. Для проведения контрольных упражнений необходим секундомер, с помощью которого фиксируются временные показатели упражнений с точностью до 0,1 секунды.

Рекомендуемые контрольные упражнения

1. Передвижение по дну бассейна на руках, лицо опущено в воду

И.п.: лежа в воде, опираясь руками на дно с опущенным в воду лицом. Передвигаться по дну можно в любом направлении. Регистрацию времени следует начинать в момент опускания лица в воду, а заканчивать в момент начала вдоха.

Примечание: М – мальчики, Д – девочки. В этой и последующих таблицах в числителе приводятся средние показатели, в знаменателе – их размах в худшую и лучшую стороны. Как показали исследования, это упражнение целесообразно использовать во всех возрастных группах лишь на первом году обучения.

Методика оценки: упражнения выполняются при глубине воды на уровне колен или чуть выше.

Группа							
II младшая		Средняя		Старшая		Подготовительная	
М	Д	М	Д	М	Д	М	Д
3,4	3,4	4,3	3,9	4,9	4,3	7,7	6,0
2,3 – 4,5	1,8 – 5,0	3,1 – 5,6	2,8 – 5,0	4,0 – 5,8	3,4 – 5,3	6,2 – 9,2	4,6 – 7,4

Овладению детьми этим упражнением свидетельствует об их готовности к обучению следующему элементу плавания – лежанию на воде. Запись показателей ведется по следующей форме:

№	Фамилия, имя ребенка	№ занятия	Количество посещенных занятий	Длительность выполнения упражнения	Качественные показатели		
					Туловище горизонтально,	Лицо опущено	Уверенное выполнение

				(сек)	ноги вытянуты	в воду	упражнения
--	--	--	--	-------	---------------	--------	------------

1. Погружение с выдохом в воду

2.

Группа							
II младшая		Средняя		Старшая		Подготовительная	
М	Д	М	Д	М	Д	М	Д
Длительность выдоха							
1,5	1,7	2,3	2,1	3,7	3,5	3,6	3,5
0,7 – 2,3	0,8 – 2,6	1,5 – 3,1	1,3 – 3,0	2,9 – 4,5	2,5 – 4,5	2,9 – 4,3	3,0 – 4,2
Количество выдохов							
3	4	8	7	16	13	18	18
1 – 5	1 – 7	5 – 11	4 – 10	10 – 22	10 – 16	16 – 20	15 – 21

Примечание: количественные показатели этого упражнения и предлагаемых далее даются для младшей группы по первому году обучения, для средней – по второму, для старшей и подготовительной к школе – по третьему.

Для оценки умения погружаться в воду с головой и выполнять выдох в воду измеряется длительность выдоха и количество выдохов.

Методика оценки. И.п.: стоя в воде, руки на пояс, сделать вдох, присесть, полностью погружаясь в воду, выдохнуть. Секундомером фиксируется длительность первого по счету выдоха с момента появления пузырьков в воде до окончания выдоха – исчезновения пузырьков. Также отмечается количество выдохов. Запись ведется по следующей схеме:

Фамилия и имя ребенка	№ занятия	Количество посещенных занятий	Количественные показатели		Качественные Показатели			
			Продолжительность выдоха	Количество выдохов	Полное погружение	Глубокий выдох	Уверенное выполнение (без остановок)	Свободное погружение (без опоры)

3. Умение лежать на воде, на груди и на спине

Группа							
II младшая		Средняя		Старшая		Подготовительная	
М	Д	М	Д	М	Д	М	Д
2,4 – 3,0	2,1 – 2,6	5,3 – 6,6	5,1 – 6,1	10,0	8,2 – 9,0	10,5 – 10,8	8,1 – 11,1
1,5 – 4,3	1,2 – 4,0	1,3 – 9,3	2,7 – 8,4	7,4 – 12,6	5,8 – 11,8	8,1 – 13,0	6,6 – 13,3

Методика оценки. И.п.: стоя, ноги врозь, руки в стороны – вверх. Сделать вдох, задержать дыхание, лечь на грудь, лицо опустить в воду. Регистрация времени начинается в момент принятия ребенком горизонтального положения и прекращается в момент опускания ног.

Аналогично проводится оценка умения лежать на спине. При этом затылок должен находиться на воде. Запись следует вести по следующей схеме:

Фамилия имя ребенка	№ занятия	Количество посещенных занятий	Длительность выполнения упражнения	Качественные показатели		
				Туловище прямое	Руки и ноги вытянуты	Самостоятельное выполнение без поддерживающих средств и помощи

4. Скольжение на груди и на спине с предметом в руках

Группа							
II младшая		Средняя		Старшая		подготовительная	
М	Д	М	Д	М	Д	М	Д
2,4 – 3,0	2,1 – 2,6	2,2 – 2,5	2,5 – 2,7	3,0 – 3,5	3,5 – 4,0	6,0 – 7,0	5,5 – 6,5
1,5 – 4,3	1,2 – 4,0	1,7 – 3,0	1,7 – 3,0	2,5 – 4,0	3,0 – 4,5	5,5 – 7,5	5,0 – 7,0

Методика оценки. И.п.: стоя спиной к борту бассейна, руки с предметом вытянуты вперед, локти прямые, сделать вдох, присесть, опустить лицо в воду, оттолкнуться обеими ногами от борта, скользить с задержкой дыхания.

Методика оценки. И.п.: при скольжении на спине - стоя лицом к борту бассейна, руки с предметом вытянуты вверх, голова затылком касается рук, сделать вдох, присесть, оттолкнуться ногой от борта, скользить с предметом в руках.

5. Скольжение в воде на груди и на спине

Группа							
II младшая		средняя		старшая		подготовительная	
М	Д	М	Д	М	Д	М	Д
1,4 – 1,4	1,4	1,3 – 2,1	2,1	3,2 – 3,6	3,2	3,4–3,8	3,0 – 3,7
0,7 – 2,2	1,0 – 1,9	1,0 – 2,7	1,2 – 3,1	2,8 – 4,0	2,6 – 3,8	3,0 – 4,6	2,5 – 4,3

Методика оценки. И.п.: стоя спиной к борту бассейна, руки вытянуты вверх, голова находится между руками. Сделать вдох, наклониться вперед и выполнить толчок обеими ногами от борта.

Методика оценки. И.п.: при скольжении на спине: стоя лицом к борту, руки вытянуты вверх, голова затылком касается рук. Сделать вдох, присесть, оттолкнуться обеими ногами от борта.

Оба вида скольжения выполняются до полной остановки. Измеряется расстояние от места толчка до кончиков пальцев рук в момент остановки скольжения.

Результаты записываются по схеме:

Фамилия имя ребенка	№ занятия	Количество Посещенных занятий	Длина скольжения	Качественные показатели		
				Толчок в горизонтальном положении	Руки и ноги вытянуты	Скольжение по поверхности воды

6. Скольжение на груди и на спине с движениями ног (все показатели даны в метрах)

Группа							
II младшая		Средняя		старшая		подготовительная	
М	Д	М	Д	М	Д	М	Д
2,7	2,7	2,8 – 3,2	2,9 – 3,6	4,2 – 4,6	4,0 – 4,1	8,1–8,7	6,9 – 7,6
2,2 – 3,2	2,1 – 3,3	2,2 – 3,7	2,2 – 4,2	3,5 – 5,7	3,2 – 4,9	6,2 – 10,4	4,8 – 10,2

В младших группах это упражнение можно предлагать выполнять только из положения на груди.

Методика оценки. И.п.: стоя спиной (лицом) к борту бассейна, руки вытянуты вверх. Сделать вдох, присесть, оттолкнуться двумя ногами от борта и во время скольжения на груди (спине) выполнить попеременные движения ногами по способу «кроль». Дыхание произвольное. Расстояние измеряется от места отталкивания до места остановки (по кончикам пальцев вытянутых вперед рук). Запись показателей ведется по следующей схеме:

Фамилия имя ребенка	№ занятия	Количество посещенных занятий	Длина скольжения с движениями	Качественные показатели		
				Лицо опущено в воду	Ритмичные попеременные движения	Самостоятельное уверенное выполнение упр.

			ног		ногами	
--	--	--	-----	--	--------	--

7. Скольжение на груди и на спине с движениями рук
(все показатели даны в метрах)

Группа					
Средняя		Старшая		подготовительная	
М	Д	М	Д	М	Д
2,9 – 3,1	2,9 – 3,0	4,1 – 4,5	3,9 – 4,0	7,4 – 7,5	6,7
2,4 – 3,8	2,3 – 3,5	3,4 – 5,6	3,2 – 4,8	5,4 – 9,4	5,0 – 8,4

Методика оценки. И.п.: стоя спиной (лицом) к борту бассейна, руки вытянуты вверх. Присесть, оттолкнуться двумя ногами и при скольжении на груди (спине) выполнять попеременные движения руками по способу «кроль». Дыхание произвольное. Расстояние измеряется от места отталкивания до места остановки ребенка.

Запись количественных и качественных показателей ведется по следующей схеме:

Фамилия имя ребенка	№ занятия	Количество посещенных занятий	Длина скольжения с движениями рук	Качественные показатели		
				Лицо опущено в воду	Ритмичные попеременные движения руками	Самостоятельное уверенное выполнение упр.

8. Скольжение на груди и на спине с движениями ног и рук
(все показатели даны в метрах)

Группа			
Средняя		Старшая	
М	Д	М	Д

3,2 – 3,6	3,1 – 3,5	5,6 – 6,8	4,5 – 7,0
2,7 – 4,1	2,5 – 4,0	4,9 – 8,3	2,9 – 11,1

Примечание. В подготовительной к школе группе на втором и особенно на третьем году обучения нет необходимости использовать это упражнение.

Методика оценки. И.п.: стоя спиной (лицом) к борту бассейна, руки вытянуты вверх. Сделать вдох, присесть, оттолкнуться двумя ногами и начать скольжение на груди (спине), одновременно выполняя движения руками и ногами по способу «кроль». Дыхание произвольное. Расстояние измеряется от места отталкивания до места остановки. Запись показателей ведется по следующей схеме:

Фамилия имя ребенка	№ занятия	Количество посещенных занятий	Проплываемое расстояние	Качественные показатели		
				Лицо опущено в воду	Ритмичные попеременные движения ног и рук	Выполняется на задержке дыхания, с выдохом в воду и попыткой вдоха

9. Плавание способом «кроль» на груди и на спине (все показатели даны в метрах)

Группа							
Старшая		подготовительная		старшая		подготовительная	
М	Д	М	Д	М	Д	М	Д
На груди				На спине			
6,8	6,4	25,1	13,9	4,5	4,1	18,9	12,2
5,3 – 8,3	2,3 –	6,2 –	8,0 –	3,9 – 5,1	3,3 – 4,9	5,8 –	5,3 –

	10,4	33,8	19,8			32,0	19,1
--	------	------	------	--	--	------	------

Методика оценки. И.п.: стоя спиной (лицом) к борту бассейна, руки вытянуты вверх. Сделать вдох, оттолкнуться от борта двумя ногами, проплыть способом «кроль» на груди (спине) без остановок. Расстояние измеряется от места отталкивания до места остановки. Запись показателей ведется по форме:

Фамилия имя ребенка	№ занятия	Количество посещенных занятий	Проплываемое расстояние	Качественные показатели		
				Ритмичные попеременные движения ног и рук	Правильное дыхание	Уверенное выполнение упражнения

Для выполнения каждого контрольного упражнения детям дается одна попытка, так как практика показала, что результаты последующих обычно хуже. Вторую попытку можно давать только в случае явно неудачной первой.

В процессе работы показатели умений в плавании каждого ребенка целесообразно доводить до сведения воспитателей и родителей.

В отдельных случаях (при необходимости) может проводиться психологическая диагностика детей и педагогическое наблюдение специалистов за динамикой развития по определенным направлениям. Она проводится квалифицированными специалистами (например, педагогами-психологами, музыкальными руководителями, воспитателями по ИЗО и ФК) и только с согласия родителей (законных представителей) детей.

Успешное развитие личности возможно только в социальной, культурной, природно-климатической среде определенной территории, что становится возможным при единстве целей, ценностей, межличностных отношений, видов деятельности, сфер общения отдельного человека, семьи.