

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 43 комбинированного вида»

РАССМОТРЕНА

Педагогическим советом №_1__
от «_28_»_08_____ 2018_г.

УТВЕРЖДЕНА

приказ №__144_____
от «_03_» _____09_____ 2018__г.

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

ПО ОБУЧЕНИЮ ПЛАВАНИЮ В ДЕТСКОМ САДУ

Срок реализации – 4 года

Автор-составитель:

Инструктор по физической культуре
Чашина Галина Анатольевна

Гатчинский Муниципальный Район

2018г.

СТРУКТУРА ПРОГРАММЫ

1. ЦЕЛЕВОЙ

1.1. Пояснительная записка

1.1.1. Приоритетные направления деятельности

Цели и задачи реализации программы дошкольного образования

1.1. 2. Принципы и подходы к формированию программы

1.1. 3. Значимые характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста

1.2. Планируемые результаты как ориентиры освоения программы

1.2. 1. Целевые ориентиры освоения программы

1.2.2. Система оценки результатов освоения программы

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ

2.1. Особенности построения образовательного процесса

2.2. Формы, способы, методы и средства реализации программы

2.3. Планирование ООД по возрастным группам

2.4. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

2.5. Способы и направления поддержки детской инициативы

2.6. Региональный компонент и сложившиеся традиции МБДОУ

2.7. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников

2.8. Иные характеристики содержания образовательной программы

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ

3.1. Материально-техническое обеспечение программы

3.2. Организация предметно- пространственной среды

3.3. Методическое обеспечение образовательной области

3.4. Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении

3.5. Кадровое обеспечение

4. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ

4.1. Краткая презентация программы

I. ЦЕЛЕВОЙ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа разработана и утверждена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, а так же с учётом основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой и примерной основной образовательной программы, одобренной решением федерального учебно - методического объединения по общему образованию, протокол от 20 мая 2015 г. № 2/15, а так же **Программа «Обучение плаванию в детском саду» Т.И. Осокиной, Е.А. Тимофеевой, Т.Л. Богиной** (образовательная область «Физическое развитие»)

Основная образовательная программа дошкольного образования по обучению плаванию обеспечивает развитие детей в возрасте от 3 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по направлению физическое развитие.

1.1.1. Приоритетные направления деятельности

Данная программа разработана в соответствии со следующими **нормативными документами:**

- Федеральный закон “Об образовании в Российской Федерации” от 29.12.2012г № 273 ФЗ
- ФГОС дошкольного образования (приказ от 17.10.13 г № 1155)
- СанПиН 2.4.1.3049-13;
- Устав ДОУ

Деятельность по Программе ведется на государственном языке РФ (русский). Основная образовательная программа по плаванию обеспечивает развитие детей в возрасте от 3 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Плавание, игры в воде, купание благоприятны для всестороннего физического развития ребенка. В воде уменьшается статическое напряжение тела, снижается нагрузка на позвоночник, который при занятии плаванием правильно формируется, вырабатывается хорошая осанка. Систематические занятия плаванием ведут к совершенствованию органов кровообращения и дыхания, положительно влияют на закаливание детского организма: целеустремленность, настойчивость, самообладание, решительность, смелость, умение действовать в коллективе и проявлять самостоятельность.

Цели и Задачи:

Цель: Укрепление здоровья дошкольников, формирование потребности в здоровом образе жизни.

Задачи:

1. Закреплять потребность ЗОЖ и стойкий интерес к занятиям физической культурой;
2. Развивать координацию движений в водном пространстве бассейна, формировать умения и стойкие навыки передвижения в воде;

3. Укреплять двигательные функции организма, через занятия в бассейне и систему специальных упражнений на воде
4. Создать условия для осмысленного соблюдения детьми правил безопасного поведения на воде.

1.1.2. Принципы и подходы к формированию программы

Содержание программы по плаванию предусматривает различные формы работы с детьми и родителями:

- непосредственно образовательную деятельность по плаванию;
- открытые просмотры для родителей и педагогов.

Основное содержание программы составляют физические упражнения и игры, освоение которых помогают детям освоить элементы плавания. Программа ориентирует на создание положительного эмоционального отношения детей к занятиям по плаванию, чтобы упражнения и игры в воде доставляли им удовольствие и радость, побуждали их к самостоятельности, к стремлению научиться плавать. Дети учатся осознавать ценность здорового образа жизни, бережно относиться к своему здоровью, знакомятся с элементарными правилами безопасного поведения на воде.

Реализуемая программа строится на принципе личностно-развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослого с детьми. Методика обучения базируется на общих педагогических принципах:

- принцип сознательности и активности – предполагает устойчивый интерес и активное участие в занятиях;
- принцип систематичности, который предусматривает последовательность, периодичность распределение содержания занятия, смену разных видов деятельности.
- принцип доступности – предполагает постепенное возрастание требований, соответствующих психологической, физической, координационной готовности к обучению;
- принцип постепенности в повышении требований – предполагает определенную методическую последовательность в освоении навыка плавания – от простого к сложному; применение широкого круга упражнений, движений и использование игрового метода для разнообразия процесса обучения.

1.1.3. Значимые характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста Младший дошкольный возраст (от 3 до 4 лет)

Четвёртый год жизни ребёнка, характеризуется особенностью развития дыхательной системы, к 3 – 4 годам устанавливается лёгочный тип дыхания, но строение лёгочной ткани не завершено, поэтому лёгочная вентиляция ограничена. В 3 – 4 года у ребёнка многие движения резки и угловаты, низкая выносливость мышечной системы. Из – за этого статическое напряжение мышц кратковременно, и малыш не может сидеть или стоять не меняя позы. Сила мышц кисти рук увеличивается с 3,5 кг – 4 в возрасте 3 – 4 лет. Вес – ростовые показатели физического развития между девочками и мальчиками почти одинаковы: рост составляет 92 – 99 см, масса тела 14 – 16 кг. На четвёртом году жизни ребёнок владеет большим объёмом двигательных навыков, способен совершать достаточно сложные двигательные действия, соблюдая определённую последовательность. Детей характеризует большая осознанность восприятия показа движений и словесного пояснения, что положительно сказывается на качестве выполнения упражнения. Однако, отмечается ещё

недостаточная слаженность в работе разнообразных мышечных групп (плечевого пояса, туловища, ног), не сформирована произвольность движений.

Средний дошкольный возраст (от 4 до 5 лет)

Пятый год жизни ребёнка характеризуется дисбалансом в развитии дыхательного аппарата: при относительной мощности лёгких пока ещё узок просвет верхних воздухоносных путей (полости носа, гортани) и слабы дыхательные мышцы. Вместе с тем размах грудной клетки при вдохе и выдохе значительно шире, вследствие чего жизненная ёмкость лёгких у пятилетнего ребёнка значительно больше, чем у 3 – 4 летнего. Дыхательные пути сравнительно узки, что вызывает преобладание брюшного типа дыхания, при котором главной дыхательной мышцей является диафрагма. С четырёх лет у детей уже довольно хорошо развиты миндалины, и они легко гипертрофируются. В этом возрасте обычно учащаются ангины, и в миндалинах нередко формируется очаг хронической инфекции. Малыши страдают аденоидами, и дыхание их через нос затруднено.

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

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

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

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

Старший дошкольный возраст (от 5 до 6 лет).

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

Позвоночный столб ребёнка шестого года жизни чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, связок. При излишней массе тела, а также при неблагоприятных условиях, например при частом поднятии ребёнком тяжестей, нарушается осанка. У ребёнка преобладает тонус мышц – разгибателей, что не даёт возможности при длинном статическом положении долго удерживать спину прямой. Сердечно – сосудистая система ещё не достигает полного развития. Общее

физическое развитие и динамика функциональной зрелости системы дыхания идёт неравномерно. У детей возрастает осознанность освоения более сложных основных движений. Это позволяет повысить требования к качеству их выполнения, больше внимания уделять развитию физических и морально – волевых качеств (быстрота, ловкость, выносливость, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений (умение приходить на помощь товарищу, сопереживать его успехам и неудачам, быть заботливым и внимательным друг к другу).

Старший дошкольный возраст (от 6 до 7 лет)

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

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

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

1.2. Планируемые результаты как ориентиры освоения программы

Младшая группа.

Младший дошкольный возраст – возраст активного приобщения к воде, подготовка к занятиям плаванием. Малыши лучше, быстрее и менее болезненно адаптируются к новым условиям жизни, если с первых же дней посещения дошкольного учреждения имеют возможность купаться, играть и плескаться в бассейне.

К концу года дети способны:

- Погружать лицо и голову в воду.
- Ходить вперед и назад в воде с помощью рук.
- Дуть на воду, пытаться выполнять вдох над водой и выдох в воду.
- Прыгать по бассейну с продвижением вперед.
- Выпрыгивать вверх
- Пытаться лежать на воде вытянувшись в положении на груди.

Средняя группа.

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

К концу года дети способны:

- Погружать лицо и голову в воду
- Делать попытку доставать предметы со дна.
- Выполнять вдох над водой и выдох в воду с неподвижной опорой.
- Выполнять упражнение на дыхание «Ветерок».
- Выполнять серию прыжков продвижением вперед.
- Выпрыгивать вверх из приседа в воде
- Скользить на груди, выполнять упражнения «На буксире».
- Пытаться выполнить упражнения «Звездочка», «Медуза».

Старшая группа.

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

К концу года дети способны:

- Погружать лицо и голову в воду, открывать глаза в воде.
- Нырять в обруч, проплывать тоннель, подныривать под гимнастическую палку.
- Доставать предметы со дна, выполнять игровое упражнение «Ловец».
- Выполнять вдох над водой и выдох в воду с неподвижной опорой.
- Выполнять серии выдохов в воду, упражнение на задержку дыхания «Кто дольше».
- Скользить на груди с работой ног
- Продвигаться с плавательной доской с работой ног на груди.
- Выполнять упражнения «Звездочка» на груди, на спине.
- Выполнять упражнение «Поплавок».

Подготовительная к школе группа

В подготовительной к школе группе завершается обучение в детском саду. Но это не означает, что дети полностью овладевают технически правильными способами плавания. Большинство из них осваивает плавание кролем на груди и на спине в общих чертах. Их движения еще недостаточно слитны и точны, наблюдается нарушение ритма. Конечной целью не является обучение спортивному плаванию. Дети должны освоиться с водой, преодолеть водобоязнь, получить азы техники плавания. Главное необходимо научить маленьких пловцов

пользоваться приобретенными навыками в различных сочетаниях и в самых разнообразных упражнениях, заложив прочную основу для дальнейших занятий, выработать привычку к навыкам здорового образа жизни. На этом этапе продолжается усвоение и совершенствование плавательных движений. В играх и упражнениях воспитывается самостоятельность, организованность, решительность, уверенность в своих силах, инициативность, умение творчески использовать приобретенные навыки.

К концу года дети способны:

- Погружаться в воду, открывать глаза в воде.
- Поднимать со дна предметы с открыванием глаз под водой.
- Нырять в обруч, проплывать тоннель.
- Выполнять вдох над водой и выдох в воду с неподвижной опорой.
- Выполнять серии выдохов в воду, ритмичный вдох - выдох в сочетании с движениями ног, дышать в положении лежа на груди с поворотом головы в сторону с неподвижной опорой
- Скользить на груди и на спине с работой ног.
- Пытаться скользить на спине, лежать с плавательной доской.
- Продвигаться с плавательной доской с работой ног на груди и на спине.
- Выполнять упражнения «Звездочка» на груди, на спине, Упражнение «Осьминожка» на длительность лежания.
- Плавать на груди с работой ног.
- Пытаться плавать способом на груди и на спине.

1.2.1. Целевые ориентиры освоения программы

3-4 года

Интегративные качества	Динамика формирования интегративных качеств
1.Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками	Физическое развитие У ребенка сформирована соответствующая возрасту координация движений. Он проявляет положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям и подвижным играм. С удовольствием пользуется простейшими навыками двигательной и гигиенической культуры.
2.Любознательный, активный	Физическое развитие Активен в организации собственной двигательной деятельности и деятельности сверстников, подвижных играх; интересуется данными видами игр, с удовольствием узнает новые, самостоятельно обращается к ним в повседневной жизнедеятельности. Проявляет интерес к знакомству с правилами здоровьесберегающего и безопасного поведения.

<p>3.Эмоционально отзывчивый</p>	<p>Физическое развитие Испытывает радость и эмоциональную комфортность от проявлений двигательной активности, ее результатов, выполнения элементарных трудовых процессов, норм и правил ЗОЖ (чистые руки, хорошее настроение, красивая походка, убранные игрушки, аккуратно сложенная одежда), оздоровительных мероприятий.</p>
<p>4.Овладевший средствами общения и способами взаимодействия со сверстниками и взрослыми</p>	<p>Физическое развитие Взаимодействует с взрослым и сверстниками в условиях двигательной активности, ориентирован на сотрудничество и кооперацию, умеет согласовывать движения в коллективной деятельности. Выражает свои потребности и интересы вербальными и невербальными средствами.</p>
<p>5. Способный управлять своим поведением и планировать свои действия на основе первичных ценностных представлений, соблюдающий элементарные общепринятые нормы и правила поведения</p>	<p>Физическое развитие Стремится правильно (безопасно) организовать собственную двигательную активность и совместные движения и игры со сверстниками в группе и на улице; ориентирован на соблюдение элементарной культуры движений. Испытывает удовлетворение от одобрительных оценок взрослого, стремясь самостоятельно повторить положительное действие.</p>
<p>6. Способный решать интеллектуальные и личностные задачи (проблемы), адекватные возрасту</p>	<p>Физическое развитие Может реализовать необходимые двигательные умения и навыки ЗОЖ в новых обстоятельствах, новых условиях, переносить в игру правила здоровьесберегающего и безопасного поведения при участии взрослого.</p>
<p>7. Имеющий первичные представления о себе, семье, обществе (ближайшем социуме), государстве (стране), мире и природе</p>	<p>Физическое развитие Обретает первичные представления: о человеке (себе, сверстнике, взрослом), особенностях внешнего вида людей, контрастных эмоциональных состояниях, о процессах умывания, одевания, купания, еды, уборки помещения, а также об атрибутах и основных действиях, сопровождающих эти процессы.</p>

8. Овладевший универсальными предпосылками учебной деятельности	Физическое развитие Стремится к постановке цели при выполнении физических упражнений; способность правильно реагировать на инструкции взрослого в освоении новых двигательных умений, культурно-гигиенических навыков и навыков ЗОЖ.
9. Овладевший необходимыми умениями и навыками	Физическое развитие Умеет действовать по правилам или образцу, заданному взрослым.

4-5 лет

Интегративные качества	Динамика формирования интегративных качеств
1. Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками	Физическое развитие Физические возможности детей значительно возросли: движения их стали значительно более уверенными и разнообразными. Дети испытывают острую потребность в движении, отличаются высокой возбудимостью. В случае ограничения активной двигательной деятельности они быстро перевозбуждаются, становятся непослушными, капризными. Эмоционально окрашенная деятельность становится не только средством физического развития, но и способом психологической разгрузки детей среднего дошкольного возраста. Ребенок выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни; рассказывает о последовательности и необходимости выполнения культурно-гигиенических навыков — пользовании предметами личной гигиены. Ребенок самостоятелен в самообслуживании, сам ставит цель, видит необходимость выполнения определенных действий.
2. Любознательный, активный	Физическое развитие Активен в освоении более сложных упражнений, проявляет самостоятельность в дальнейшем развитии репертуара уже освоенных движений. Стремится к выполнению физических упражнений, позволяющих продемонстрировать качества в соответствии с полом (сила, ловкость, гибкость, красота исполнения). Может организовывать совместные подвижные игры в группе и на улице. Интерес к правилам и нормам ЗОЖ становится более устойчивым.
3. Эмоционально отзывчивый	Физическое развитие Переживает состояние эмоциональной комфортности от проявлений двигательной активности, ее результатов, при выполнении оздоровительных мероприятий, гигиенических процедур, соблюдении правил и норм ЗОЖ.

<p>4. Овладевший средствами общения и способами взаимодействия с взрослыми и сверстниками</p>	<p>Физическое развитие Взаимодействует с взрослым и сверстниками в условиях двигательной активности, проявляет начала сотрудничества и кооперации. Свободно выражает свои потребности и интересы.</p>
<p>5. Способный управлять своим поведением и планировать свои действия на основе первичных ценностных представлений, соблюдающий элементарные общепринятые нормы и правила поведения</p>	<p>Физическое развитие Правильно (безопасно) организует собственную двигательную активность и совместные движения и игры со сверстниками в группе и на улице; демонстрирует элементарную культуру движений.</p>
<p>6. Способный решать интеллектуальные и личностные задачи (проблемы), адекватные возрасту</p>	<p>Физическое развитие Умеет реализовать необходимые двигательные умения и навыки ЗОЖ в новых, более сложных обстоятельствах и условиях, проявляет элементы двигательного творчества и сотворчества. Осуществляет перенос двигательного опыта в разнообразные виды детской деятельности, самостоятельно переносит в игру правила здоровьесберегающего и безопасного поведения. Решает проблемные игровые ситуации, связанные с нормами и правилами ЗОЖ.</p>
<p>7. Имеющий первичные представления о себе, семье, обществе (ближайшем социуме), государстве (стране), мире и природе</p>	<p>Физическое развитие Обогащает полученные первичные представления о себе средствами физической культуры, в условиях двигательного самопознания, ориентации на ЗОЖ, правила выполнения здорового образа жизни в соответствии с гендерными установками. Имеет представление об алгоритмах процессов умывания, одевания, купания, уборки помещений и др.</p>

8. Овладевший универсальными предпосылками учебной деятельности	Физическое развитие Способен активно и осознанно усваивать разучиваемые движения, их элементы, правила ЗОЖ, понимать указания взрослого, образно интерпретировать их.
9. Овладевший необходимыми умениями и навыками	Физическое развитие Умеет действовать по правилам или образцу, заданному взрослым.

5-6 лет

Интегративные качества	Динамика формирования интегративных качеств
1. Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками	Физическое развитие Ребенок проявляет интерес к физическим упражнениям. Правильно выполняет физические упражнения, проявляет самоконтроль и самооценку. Может самостоятельно придумать и выполнить несложные физические упражнения, стремится к проявлению индивидуальности. Освоил отдельные правила безопасного поведения, способен рассказать взрослому о своем самочувствии и о некоторых опасных ситуациях, которых нужно избегать. Гигиенические навыки сформированы по возрасту (знает значение принадлежностей для мытья в душе, знает порядок подготовки к занятию по плаванию, умеет самостоятельно раздеться и одеться)
2. Любознательный, активный	Физическое развитие Использует основные движения в самостоятельной деятельности, переносит в сюжетно-ролевые игры, проявляет интерес и активность к соревнованиям со сверстниками в выполнении физических упражнений.
3. Эмоционально отзывчивый	Физическое развитие Переживает состояние эмоциональной комфортности от своей двигательной активности и активности сверстников, взрослых, ее результатов, успешных и самостоятельных побед, хорошего состояния здоровья.
4. Овладевший средствами общения и способами взаимодействия с взрослыми и сверстниками	Физическое развитие Может организовать собственную двигательную активность и подвижные игры со сверстниками, проанализировать ее результаты.

<p>5. Способный управлять своим поведением и планировать свои действия на основе первичных ценностных представлений, соблюдающий элементарные общепринятые нормы и правила поведения</p>	<p>Физическое развитие Соблюдает правила поведения при приеме пищи (сидеть спокойно, аккуратно пережевывать пищу, не торопиться, не говорить с полным ртом и т.д.). Владеет элементарной культурой движения, в большинстве случаев соблюдает правила организации двигательной активности, подвижных и спортивных игр. Стремится добиться количественных показателей, проявить максимальные физические качества при выполнении движений, способен оценить их выполнение.</p>
<p>6. Способный решать интеллектуальные и личностные задачи (проблемы), адекватные возрасту</p>	<p>Физическое развитие Проявляет элементы творчества при выполнении физических упражнений и игр, применяет навыки ЗОЖ в соответствующих ситуациях, в непредвиденных обстоятельствах.</p>
<p>7. Имеющий первичные представления о себе, семье, обществе (ближайшем социуме), государстве (стране), мире и природе</p>	<p>Физическое развитие Имеет представления о некоторых внешних и внутренних особенностях строения человека, правилах ЗОЖ (режиме дня, питании, сне, прогулке, гигиене, занятиях физической культурой и профилактике болезней), поведении, сохраняющем и укрепляющем здоровье, полезных и вредных привычках.</p>
<p>8. Овладевший универсальными предпосылками учебной деятельности</p>	<p>Умеет действовать самостоятельно по простому правилу или образцу, заданному взрослым.</p>

6-7 лет

<p>Интегративные качества</p>	<p>Итоговые результаты</p>
<p>1. Физически</p>	<p>Физическое развитие</p>

<p>развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками</p>	<p>У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Ребенок технически правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляя интерес, активность, необходимые усилия. Может оценить усилия других детей, упорен в достижении своей цели и положительного результата. Способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников и малышкой. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения. Понимает значение здоровья, необходимость выполнения режима дня, важность занятий спортом, утренней гимнастики. Самостоятельно выполняет доступные возрасту культурно-гигиенические навыки, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.</p>
<p>2. Любознательный, активный</p>	<p>Физическое развитие Свободно и вариативно использует основные движения в самостоятельной деятельности, переносит в разные виды игр, интегрирует разнообразие движений с разными видами и формами детской деятельности, активен в соревнованиях со сверстниками в выполнении физических упражнений.</p>
<p>3. Эмоционально отзывчивый</p>	<p>Физическое развитие Переживает состояние эмоциональной комфортности от собственной двигательной активности и активности сверстников, взрослых, ее успешных результатов, сочувствует и сорадуется спортивным поражениям и победам, радуется или огорчается по поводу состояния своего здоровья, здоровья других.</p>
<p>4. Овладевший средствами общения и способами взаимодействия с взрослыми и сверстниками</p>	<p>Физическое развитие Достаточно самостоятелен в организации собственной оптимальной двигательной активности и двигательной активности сверстников, подвижных игр, уверенно анализирует их результаты.</p>
<p>5. Способный управлять своим поведением и планировать свои действия на основе первичных ценностных представлений, соблюдающий элементарные общепринятые нормы и правила поведения</p>	<p>Физическое развитие Демонстрирует освоенную культуру движений.</p>

<p>6. Способный решать интеллектуальные и личностные задачи (проблемы), адекватные возрасту</p>	<p>Физическое развитие Настойчиво проявляет элементы творчества при выполнении физических упражнений и игр, осуществляет активное использование двигательного опыта и навыков ЗОЖ в новых обстоятельствах.</p>
<p>7. Имеющий первичные представления о себе, семье, обществе (ближайшем социуме), государстве (стране), мире и природе</p>	<p>Физическое развитие Имеет представления о некоторых внешних и внутренних особенностях строения человека, правилах ЗОЖ (режиме дня, питании, сне, прогулке, гигиене, занятиях физической культурой и профилактике болезней), поведении, сохраняющем и укрепляющем здоровье, полезных и вредных привычках.</p>
<p>8. Овладевший универсальными предпосылками учебной деятельности</p>	<p>Физическое развитие Самостоятельно добивается успешных количественных показателей, стремится проявить максимальные физические качества при выполнении движений, оценивает их выполнение, общий результат.</p>
<p>9. Овладевший необходимыми умениями и навыками</p>	<p>Физическое развитие Высокий уровень сформированности плавательных навыков.</p>

Конечным результатом освоения Программы является сформированность интегративных качеств ребёнка (физических, интеллектуальных, личностных).

Физические качества: ребёнок физически развитый, овладевший основными культурно – гигиеническими навыками, сформирована потребность в здоровом образе жизни. У ребёнка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности,

самостоятельность в выполнении доступных возрасту гигиенических процедур и физических упражнений, сформированы элементарные правила здорового образа жизни.

1.2.2. Система оценки результатов освоения

Мониторинг

Система мониторинга достижения планируемых результатов.

Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения Программы обеспечивает комплексный подход к оценке итоговых и промежуточных результатов освоения Программы, позволяет осуществлять оценку динамики достижений детей.

В процессе мониторинга исследуются уровень подготовленности детей по плаванию путем наблюдений за ребенком, критериально - ориентированного тестирования.

Мониторинг проводится 2 раза в год. При проведении мониторинга обеспечивается полная оценка динамики достижений детей, сбалансированность методов, что препятствует переутомлению воспитанников и не нарушает ход образовательного процесса.

Получаемая в ходе мониторинга информация, является основанием для прогнозирования деятельности, осуществления необходимой коррекции, инструментом оповещения родителей о состоянии и проблемах, выявленных у ребенка.

Уровень развития основных навыков плавания оценивается с помощью наблюдений за выполнением плавательных умений детей в каждой возрастной группе. В качестве критериев оценки выбран ряд контрольных упражнений из программного материала. По результатам мониторинга оформляется итоговый протокол.

Задачи для обучения плаванию дошкольников в разных возрастных группах.

Возрастная группа	Задача
Младшая	Учить выполнять упражнения у бортика, в игре, стоя свободно. Приучать самостоятельно передвигаться в воде друг за другом. Учить выполнять прыжки, держась за поручень, с хлопками по воде, передвигаясь вперед; подпрыгивать в высоту; учить бегать в воде с игрушкой и без неё вдоль бортика, от бортика к бортику, враспынную, не толкая друг друга. Учить дуть на игрушки, делая энергичный выдох в воду, опуская лицо в воду и погружаясь до подбородка.
Средняя	Научить, не бояться воды, самостоятельно входить в нее, безбоязненно играть и плескаться, делать выдох на границе воды и воздуха а также научить кратковременно, держаться и скользить на воде, выполнять плавательные движения ногами, пытаться делать выдох в воду.
Старшая	То же и в средней группе, а также более уверенно держаться на воде, скользить по ней, научить выдоху в воду, пытаться плавать способами кроль на груди.
Подготовительная к школе	Тоже, что и в старшей группе, а также уверенно держаться на воде более продолжительное время, скользить на ней, выполнять плавательные движения ногами и руками, пытаться плавать способами кроль на груди и на спине.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ

2.1. Особенности построения образовательного процесса

Длительность занятий в разных возрастных группах неодинакова. Она устанавливается в зависимости от возраста, а так же от периода обучения. В начале обучения занятие короче по времени, затем, по мере освоения детей с водой, их длительность постепенно увеличивается.

Возрастная группа	Кол-во подгрупп	Кол-во детей в подгруппе	Длительность занятия
Младшая	2	8-10	15-20
Средняя	2	10-12	20-25

Старшая	2	10-12	25-30
Подготовительная	2	10-12	25-30

2.2. Формы, способы, методы и средства реализации программы

Методика обучения плаванию опирается на общепедагогические принципы с учетом индивидуального подхода к ребенку: сознательность и активность, систематичность, наглядность, доступность.

Индивидуальный подход в обучении предполагает использование соответствующих методических приемов обучения (подготовительных упражнений, подбора вариантов),

Методы обучения.

- Практические: показ упражнений, многократное повторение движений, сначала по элементам, а затем полностью; обучение в облегченных или усложненных условиях, изучение движений в игровой и соревновательной деятельности, выполнение контрастных движений.
- Словесные: объяснения, в форме образных выражений и сравнений, рассказ, беседы, команды, распоряжения и указания.
- Наглядные: показ изучаемого движения в целостном виде, с разделением на части; анализ его с помощью наглядных пособий, жестов.

2.3. Планирование ООД по возрастным группам

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

В программе представлен перспективный план работы по возрастам: 3-4года, 4-5 лет, 5-6 лет, 6-7 лет. Задачи работы по возрастам распределены по направлениям, гигиеническое воспитание, воспитание физических качеств, развитие двигательных умений с последующим усложнением. Методика обучения предусматривает использование в младшем возрасте широкое использование метода многократного повторения для достижения планируемого результата.

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН ООД ПО ОБУЧЕНИЮ ПЛАВАНИЮ ДЕТЕЙ В МЛАДШЕЙ ГРУППЕ.

М-ц	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
сентябрь	1. Знакомство с помещениями бассейна, основными правилами поведения в нём	1. Ознакомить детей со свойствами воды	1. Создать представление о движениях в воде, о плавании	1. Мониторинг начало года

октябрь	1. Учить детей самостоятельно спускаться в воду, двигаться, держась за руку преподавателя	1. Учить детей самостоятельно спускаться в воду, двигаться, держась за руку преподавателя	1. Упражнять в выполнении разных движений в воде	1. Упражнять в выполнении разных движений в воде
ноябрь	1. Упражнять в выполнении разных движений в воде	1. Учить детей опускать лицо в воду	1. Учить детей опускать лицо в воду	1. Учить детей опускать лицо в воду
декабрь	1. Учить передвигаться в воде в разных направлениях	1. Учить передвигаться в воде в разных направлениях	1. Учить передвигаться в воде в разных направлениях	1. Учить передвигаться в воде в разных направлениях
январь	1. Учить вытягивать ноги в горизонтальном положении и опускать лицо в воду	1. Учить вытягивать ноги в горизонтальном положении и опускать лицо в воду	1. Учить вытягивать ноги в горизонтальном положении и опускать лицо в воду	1. Учить вытягивать ноги в горизонтальном положении и опускать лицо в воду
февраль	1. Учить вытягивать ноги в горизонтальном положении и опускать лицо в воду	1. Учить вытягивать ноги в горизонтальном положении и опускать лицо в воду	1. Учить детей делать глубокий вдох и постепенный выдох	1. Учить детей делать глубокий вдох и постепенный выдох
март	1. Учить детей делать глубокий вдох и постепенный выдох 2. Учить вытягивать ноги в горизонтальном положении и опускать лицо в воду	1. Учить детей делать глубокий вдох и постепенный выдох 2. Учить вытягивать ноги в горизонтальном положении и опускать лицо в воду	1. Учить детей делать глубокий вдох и постепенный выдох 2. Приучать погружаться в воду, выпрямлять ноги с опорой	1. Учить детей делать глубокий вдох и постепенный выдох 2. Приучать погружаться в воду, выпрямлять ноги с опорой
апрель	1. Упражнять в выполнении разных движений в воде 2. Приучать погружаться в воду, выпрямлять ноги с опорой	1. Упражнять в выполнении разных движений в воде 2. Приучать погружаться в воду, выпрямлять ноги с опорой	1. Упражнять в выполнении разных движений в воде	1. Упражнять в выполнении разных движений в воде

май	1.Упражнять погружаться в воду, выпрямлять ноги с опорой 2. Упражнять в выполнении разных движений в воде	1.Упражнять погружаться в воду, выпрямлять ноги с опорой 2. Упражнять в выполнении разных движений в воде	1.Упражнять погружаться в воду, выпрямлять ноги с опорой 2.Мониторинг конец года	1.Упражнять погружаться в воду, выпрямлять ноги с опорой 2.Мониторинг конец года
-----	--	--	---	---

Задачи обучения плаванию в младшей группе

Развитие двигательных умений и навыков: учить выполнять упражнения у бортика, в игре, стоя свободно. Приучать самостоятельно передвигаться в воде друг за другом, по одному, парами, разными способами. Учить выполнять прыжки, держась и не держась за поручень, с хлопками по воде, передвигаясь вперёд; подпрыгивать в высоту; учить бегать в воде с игрушкой и без неё вдоль бортика, от бортика к бортику, враспынную, не толкая друг друга; бегать, высоко поднимая ноги, с гребками рук

Работа над дыханием: продолжать учить дуть на игрушки, делая энергичный выдох в воду, опуская лицо в воду и погружаясь до подбородка.

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

Правила поведения: соблюдать очерёдность при входе в бассейн и выходе из него; выполнять упражнения по указанию воспитателя; не кричать, не бросать игрушки, перед выходом из бассейна все игрушки ставить на своё место.

Распределение видов упражнений в порядке усложнения:

Ходить, держась за поручень, вдоль бортика; по кругу («Хоровод»), друг за другом («Паровоз»); держась одной рукой за поручень, другой загребая воду, с положением рук – вытянуты вперёд «стрелочка». Ходить с высоким подниманием бедра – «Цапли», в положении полуприседа, в положении наклона туловища вперёд, произвольно передвигаться по дну бассейна. Ходить, отгребая воду назад руками (пальцы согнуты, кисть лодочкой).

Бегать, с поддержкой за игрушки, без поддержки, с работой рук гребками с высоким подниманием колен, с высоким подниманием прямых ног, бегать свободно, прыгать, держась за поручень, без поддержки («Воробышки»), вдоль бортика («Зайчики на прогулке»), прыжки с хлопками по воде («Поиграем в ладошки с водичкой»), с брызганьем («Дождик»), приседание с выпрыгиванием («Кто выше?»), держась за поручень.

Погружение в воду: опускать нос в воду («Птички умываются»), держась за поручень, в кругу. Умывать лицо, лить воду себе на голову и не вытирать лицо руками («Дождик»), опускать лицо в воду быстрым движением, присесть в воду до подбородка и дуть («Пускаем пузыри»), двигать дуга, парусные лодочки и кораблики по воде.

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН ООД ПО ОБУЧЕНИЮ ПЛАВАНИЮ ДЕТЕЙ В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ.

М-ц	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
сентябрь	1. Беседа с детьми о пользе плавания 2. Знакомство с помещениями бассейна, основными правилами поведения в нём	1. Беседа о свойствах воды 2. Знакомство с правилами поведения на воде 3. Создать представление о движениях в воде, о плавании 4. мониторинг начало года	1. Приучать детей входить в воду, самостоятельно окунаться, не бояться брызг, не вытирать лицо руками	1. Продолжать приучать детей самостоятельно входить в воду 2. Упражнять в выполнении разных движений в воде

октябрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приучать детей смело входить в воду, самостоятельно окунаться, не бояться воды 2. Приступить к упражнениям на погружение лица в воду 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать приучать детей смело входить в воду, самостоятельно окунаться, не бояться воды 2. Приступить к упражнениям на погружение лица в воду 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приучать детей переходить от одного бортика бассейна к другому самостоятельно, не толкаясь, энергично разгребая воду руками 2. Продолжать упражнять в погружении лица в воду 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приучать детей принимать горизонтальное положение в воде, опираясь на руки
ноябрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приучать детей переходить от одного бортика к другому самостоятельно, не толкаясь, энергично разгребая воду руками 2. Продолжать упражнять в погружении лица в воду 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приучать детей принимать горизонтальное положение в воде, опираясь на руки 2. Приучать играть в воде с игрушками самостоятельно 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приучать детей принимать горизонтальное положение в воде, опираясь на руки 2. Упражнять в выполнении движений парами 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приучать двигать ногами, как при плавании кролем 2. Упражнять в различных движениях в воде: ходьбе, беге, прыжках
декабрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приучать детей принимать горизонтальное положение в воде, опираясь на руки 2. Упражнять в выполнении движений парами 3. Приучать играть в воде с игрушками самостоятельно 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приучать двигать ногами, как при плавании кролем, в упоре лёжа на руках (на суше и в воде) 2. Упражнять в различных движениях в воде: ходьбе, беге, прыжках 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать упражнять в различных движениях в воде: ходьбе, беге, прыжках 2. Приучать передвигаться организованно 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить детей выполнять вдох и выдох в воду 2. Упражнять в передвижении в воде
январь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать учить детей выполнять вдох и выдох в воду 2. Упражнять в передвижении в воде 3. Воспитывать организованность, умение выполнять задания преподавателя 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать учить детей выполнять вдох и выдох в воду 2. Приучать двигать ногами, как при плавании кролем. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнять в различных движениях в воде: ходьбе, беге, прыжках 2. Воспитывать уверенность в передвижении в воде 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приучать смело погружать лицо в воду, не вытирать руками 2. Упражнять детей в выполнении энергичных движений руками в воде

февраль	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приучать смело погружать лицо в воду, не вытирать руками 2. Упражнять детей в выполнении энергичных движений руками в воде 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить детей погружаться в воду с головой 2. Приучать не бояться воды, выполнять вдох-выдох 3. Воспитывать самостоятельность 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать учить детей погружаться в воду с головой 2. Упражнять в выполнении вдоха-выдоха 3. Воспитывать самостоятельность, уверенность в передвижении в воде 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать учить детей погружаться в воду с головой 2. Упражнять в выполнении вдоха-выдоха
март	<ol style="list-style-type: none"> 1. Закреплять умение делать вдох-выдох в воду 2. Приучать делать энергичные движения руками в воде 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать закреплять умение делать вдох-выдох в воду 2. Воспитывать организованность, умение выполнять задания преподавателя 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать упражнять в выполнении разных движений в воде:. 2. Активно передвигаться, подпрыгивать, окунаться в воду до подбородка 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Закреплять навык погружения в воду с головой с задержкой дыхания 2. Приучать выполнять движения в воде, не мешая друг другу
апрель	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приучать смело погружать лицо в воду, не вытирать руками 2. Упражнять детей в выполнении энергичных движений руками в воде 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить детей погружаться в воду с головой 2. Приучать не бояться воды, выполнять вдох-выдох 3. Воспитывать самостоятельность 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать учить детей погружаться в воду с головой 2. Упражнять в выполнении вдоха-выдоха 3. Воспитывать самостоятельность, уверенность в передвижении в воде 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать учить детей погружаться в воду с головой 2. Упражнять в выполнении вдоха-выдоха
май	<ol style="list-style-type: none"> 1. Закреплять умение делать вдох-выдох в воду 2. Приучать делать энергичные движения руками в воде 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать закреплять умение делать вдох-выдох в воду 2. Воспитывать организованность, умение выполнять задания преподавателя. 3. Мониторинг конец года 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать учить детей погружаться в воду с головой 2. Упражнять в выполнении вдоха-выдоха 3. Воспитывать самостоятельность, уверенность в передвижении в воде 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Закреплять навык погружения в воду с головой с задержкой дыхания 2. Приучать выполнять движения в воде, не мешая друг другу

Задачи обучения плаванию в средней группе.

Развитие двигательных умений и навыков. Продолжать учить самостоятельно передвигаться в воде, выполняя различные задания. Учить ходить по бассейну, загребая воду руками и в положении полуприседа, наклонившись вперёд. Использовать на занятиях все виды бега, указанные в «Программе» для данной возрастной группы. Учить выпрыгивать из воды, прыгать, отрывая ноги ото дна бассейна с продвижением вперёд; выпрыгивать с последующим погружением в воду; учить прыгать с бортика, отталкиваясь двумя ногами. Учить вытягиваться на поверхности воды, расслабив тело («Звезда», «Медуза»); скользить по поверхности воды, оттолкнувшись от дна или борта («Стрела»).

Погружение. Учить погружаться в воду самостоятельно и поочерёдно в паре («Насос»); открывать в воде глаза, доставать со дна предметы руками («Водолазы»)

Дыхание. Учить делать выдох в воду, погрузив лицо и всю голову.

Воспитание физических качеств: быстрота, сила, смелость, выносливость.

Распределение видов упражнений в порядке усложнения:

Ходьба: «Цапля», приставной шаг, скрестный шаг; широкий шаг, высоко поднимая колено; широкий шаг, высоко поднимая носок; ходьба по бассейну, загребая воду руками – лицом вперёд, спиной вперёд, в положении полуприседа, помогая себе руками, с наклоном туловища вперёд.

Бег: «Кто быстрее?», «Лошадки».

Прыжки: на месте у бортика («Кто выше?»), на обеих ногах, руки на поясе; с продвижением вперёд; от бортика к бортику, отрывая ноги ото дна; выпрыгивание с последующим погружением до подбородка, до глаз, с головой; подпрыгивание с последующим падением в воду.

Погружение в воду: до подбородка, до глаз, с головой. Погружение лица с пусканием пузыря; стоя в положении наклона сделать вдох, опустить лицо в воду – выдох; «Насос», «Водолазы», «Медуза», «Звезда», «Стрела».

Игры: «Цапля», «Караси и карпы», «Кто достанет клад?», «Хоровод», «Смелые ребята», «Лягушата», «Пузыри», «Удочка», «Оса», «Вратарь», «Бегом за мячом», «Дровосек», «Карусели», «Водолазы», «Покажи пятки», «Медуза», «Звезда», «Стрела».

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН ООД ПО ОБУЧЕНИЮ ПЛАВАНИЮ ДЕТЕЙ В СТАРШЕЙ ГРУППЕ.

м-ц	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
-----	----------	-----------	------------	-----------

сентябрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Беседа о правилах поведения в бассейне 2. Показ на картинках разных способов плавания (кроль на груди и на спине) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить детей уверенно погружаться в воду с головой; 2. Упражнять в ходьбе вперед и назад (глубина по грудь), преодолевая сопротивление воды; 3. Приучать действовать организованно, не толкать друг друга 4. Мониторинг начало года 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать учить детей делать выдох в воду 2. Формировать умение принимать горизонтальное положение тела в воде 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать приучать детей самостоятельно погружаться в воду 2. Упражнять в умении выполнять выдох в воду
октябрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать приучать детей самостоятельно погружаться в воду 2. Упражнять в умении выполнять выдох в воду 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать учить детей делать выдох в воду 2. Формировать умение принимать горизонтальное положение тела в воде 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать учить детей делать выдох в воду 2. Формировать умение принимать горизонтальное положение тела в воде 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать формировать умение делать глубокий вдох и продолжительный выдох
ноябрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить передвигаться и ориентироваться под водой 2. Упражнять в умении лежать на воде 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить детей лежать на поверхности воды 2. Воспитывать у детей инициативу и находчивость 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить двигаться в воде прямо, боком 2. Познакомить с движениями ног в воде 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить работать ногами, как при плавании кролем 2. Отрабатывать согласованность действий
декабрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить детей лежать на поверхности воды 2. Воспитывать у детей инициативу и находчивость 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить работать ногами, как при плавании кролем 2. Отрабатывать согласованность действий 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить детей выполнять скольжение 2. Упражнять в выполнении энергичного выдоха в воду 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать учить скольжению на груди 2. Упражнять в выполнении выдоха в воду при горизонтальном положении тела
январь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Закреплять умение свободно лежать на воде, всплывать 2. Учить выдоху в воду во время скольжения на груди 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить детей всплывать и лежать на спине 2. Подготавливать к разучиванию движений руками как при плавании кролем 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ознакомить детей со скольжением на груди с выдохом в воду 2. Отрабатывать движения прямыми ногами, как при способе кроль 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Формировать навыки лежания на спине 2. Воспитывать смелость

февраль	1. Учить скользить на спине 2. Ознакомить с движениями ног, лёжа на спине	1. Упражнять детей в скольжении 2. Ознакомить с сочетанием вдоха и выдоха в воду в горизонтальном положении	1. Формировать умение скользить на спине 2. Воспитывать самостоятельность, смелость	1. Закреплять умение выполнять выдох в воду 2. Показать детям скольжение с доской в руках
март	1. Разучивать движения ногами в скольжении на груди с доской в руках 2. Учить передвигаться по дну с выполнением гребков руками	1. Учить согласовывать движения ног кролем на груди с дыханием в упоре на месте 2. Совершенствовать умение скользить на спине	1. Учить плавать на груди с доской в руках при помощи движений ног 2. Упражнять в скольжении на спине	1. Познакомить детей с упражнениями в скольжении на груди с движениями ног в сочетании с выдохом и вдохом
апрель	1. Упражнять детей в скольжении 2. Ознакомить с сочетанием вдоха и выдоха в воду в горизонтальном положении	1. Формировать умение скользить на спине 2. Воспитывать самостоятельность, смелость	1. Закреплять умение выполнять выдох в воду 2. Показать детям скольжение с доской в руках	1. Разучивать движения ногами в скольжении на груди с доской в руках 2. Учить передвигаться по дну с выполнением гребков руками
май	1. Учить согласовывать движения ног кролем на груди с дыханием в упоре на месте 2. Совершенствовать умение скользить на спине	1. Учить плавать на груди с доской в руках при помощи движений ног 2. Упражнять в скольжении на спине 3. мониторинг конец года	1. Формировать умение скользить на спине 2. Воспитывать самостоятельность, смелость	1. Формировать умение скользить на спине 2. Воспитывать самостоятельность, смелость

Задачи обучения плаванию детей старшей группы.

Развитие двигательных умений и навыков: учить свободно передвигаться в воде, использовать все виды ходьбы, бега, прыжков; учить делать руками гребковые движения, (пальцы плотно сжаты), выполнять руками круговые движения вперёд и назад.

Погружение: учить свободно погружаться в воду, открывая при этом глаза и рассматривая предметы на дне, погружаться в воду, обхватывая колени и всплывать.

Скольжение: учить детей ложиться на воду, задерживая дыхание, скользить на груди и спине. Отрабатывать движения ногами, как при плавании способом «Кроль». Учить скольжению с доской, работая ногами в стиле «Кроль», держа лицо на поверхности воды, в воде; выполнять скольжение без предметов на груди, с поворотом туловища.

Дыхание: учить детей делать полный выдох в воду, делать вдох, приподнимая голову над водой так, чтобы рот был чуть выше поверхности воды; делать выдох через рот и нос, а вдох через рот. Учить выдыхать постепенно носом. Начать обучение дыханию с поворотом головы: лицо в сторону – вдох, лицо в воду – выдох.

Развитие и воспитание физических качеств: продолжать развивать силу, быстроту, выносливость; воспитывать смелость целеустремлённость, выдержку.

Правила поведения: учить быть внимательным при выполнении упражнений, не мешать товарищам; не толкаться в воде и не нырять навстречу друг другу; вовремя убирать игрушки и предметы после использования на своё место.

Распределение упражнений в порядке усложнения:

Упражнения в ходьбе и беге: использовать все виды ходьбы (в т. ч. в виде соревнования), бег с работой рук (делать гребковые движения, пальцы плотно сжаты), бегать спиной вперёд с работой рук круговыми движениями назад.

Упражнения в прыжках: «Кто выше?» - выпрыгивание из воды с последующим погружением с головой, руки на поясе; «Кто быстрее?» - прыжки на двух ногах до противоположного борта.

Упражнения на погружение под воду и дыхание: «Водолазы» - ныряние с доставанием предметов со дна бассейна, выдох делать в воду; «Насос» - стоя друг против друга и держась за руки, попеременно глубоко погружаться, делая выдох в воду; «Сосчитай пальцы» - дети ныряют, открывают глаза под водой и считают пальцы на руках товарища; «Достань дно руками» - погружение с доставанием дна руками, «Покажи пятки» - погружение с отрыванием ног от дна; «Поплавок» - погрузиться в воду, обхватить руками колени, прижать их к груди, оторвать ноги от дна и подождать, пока вода не поднимет тело к поверхности.

Упражнения на скольжение: встать лицом к бортику, отойти на 3-4 шага назад и постараться допрыгнуть до бортика, вытянув вперёд руки, с минимальным скольжением; «Стрела» - сделать глубокий вдох, одной ногой упереться в бортик, и, оттолкнувшись, проскользнуть по поверхности воды, опустив лицо в воду, вытянув прямые руки и ноги (то же, но лёжа на спине); «Медуза» - ноги и руки на ширине плеч, плавно лечь на воду, опустить лицо в воду, спокойно лежать, расслабив тело; «Звезда» - то же, что и «Медуза», только руки и ноги не «висят» в расслабленном виде, а натянуты, как лучики звезды; «Звезда» на спине – то же, только лёжа на спине «Торпеда» - сначала выполнять упражнение на месте: взяться руками за поручень, лечь на воду, опустив лицо, и работать ногами, как при плавании способом «Кроль» на груди, затем выполнять то же, не держась руками за поручень, а вытянув прямые руки в сторону противоположного борта; «Торпеда» на спине – сначала отработать движения ногами: сесть на дно на глубине 40 см, руки в упоре сзади, приподнять ноги и работать ими, как при плавании способом «Кроль» на спине, затем выполнять упражнение, лёжа на спине с доской в вытянутых над головой руках, затем без доски; «Винт» - выполняя упражнение «Стрела» перевернуться с груди на спину и снова на грудь.

Игры: «Футбол» («Вратарь»), «Буксир», «Плавающие стрелы», «Дружные ребята», «Вода кипит» («Общее дыхание»), «Медузы», «Рекорд» («Кто выше?», «Кто быстрее?»), «Торпеды», «Поезд в туннель», «Передай предмет под водой», «Водолазы», «Насос», «Спасатели», «Винт».

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН ООД ПО ОБУЧЕНИЮ ПЛАВАНИЮ ДЕТЕЙ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЕ.

м-ц	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
сентябрь	1. Продолжать учить детей всплывать и лежать на воде 2. Упражнять в умении делать глубокий вдох и продолжительный выдох	1. Продолжать учить детей всплывать и лежать на воде 2. Упражнять в умении делать глубокий вдох и продолжительный выдох 3. Мониторинг начало года	1. Продолжать учить детей всплывать и лежать на воде 2. Упражнять в умении делать глубокий вдох и продолжительный выдох	1. Продолжать учить детей всплывать и лежать на воде 2. Упражнять в умении делать глубокий вдох и продолжительный выдох

октябрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать учить всплывать и лежать на воде на спине 2. Закрепить выполнение упражнения «стрела» 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Совершенствовать скольжение на груди и спине по поверхности воды 2. Учить действовать по сигналу преподавателя, согласовывая свои действия с действиями товарищей 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить плавать кролем на груди и на спине с доской в руках 2. Закрепить умение выполнять выдохи в воду сериями 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать учить детей движениям рук, как при плавании кролем 2. Учить сочетать скольжение с выдохом в воду
ноябрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнять детей выполнять движения руками, как при плавании кролем 2. Побуждать плавать на груди и спине 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить детей выполнять старт в воду из разных положений 2. Учить выполнять гребковые движения руками попеременно 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить согласовывать движения ног кролем на груди с дыханием в упоре на месте 2. Совершенствовать умение скользить на спине 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить согласовывать движения рук и дыхания, как при плавании способом кроль 2. Упражнять в выполнении старта в воду
декабрь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить детей выполнять старт в воду из разных положений 2. Учить выполнять гребковые движения руками попеременно 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить согласовывать движения ног кролем на груди с дыханием в упоре на месте 2. Совершенствовать умение скользить на спине 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развивать умение ориентироваться в глубокой воде 2. Совершенствовать умение выполнять скольжение на груди и на спине 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить согласовывать дыхание с движениями при плавании «кролем» на груди и на спине 2. Совершенствовать движения ногами в положении на груди и на спине
январь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить детей задерживать дыхание на счёт до 10 2. Выполнять упражнения «Поплавок», «Медуза» в быстром темпе 3. Воспитывать выдержку 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Отрабатывать движения, как при плавании способом кроль 2. Учить выполнять движения в ускоренном темпе 3. Развивать выносливость 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать учить чётко выполнять движения ногами (из положения на груди, на спине), свободно ориентироваться под водой 2. Упражнять в скольжении 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнять в выполнении движений руками, как при плавании кролем на груди и на спине 2. Закреплять умение набирать воздух и полностью выдыхать при глубоком приседе
февраль	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить выполнять скольжение из любого и.п. 2. Совершенствовать умение правильно выполнять гребковые движения руками 3. Воспитывать настойчивость 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить детей выполнять вдох и выдох с поворотом головы 2. Упражнять в прыжках с нырянием 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать учить правильно выполнять движения ногами, делать вдох, выдох с поворотом головы 2. Упражнять в скольжении, прыжках с нырянием 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Закреплять умение ритмично дышать 2. Продолжать учить выполнять скольжение на груди и на спине 3. Воспитывать желание выполнять упражнения правильно

март	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить согласовано выполнять движения руками, ногами с дыханием 2. Упражнять в скольжении на груди и на спине 3. Воспитывать ловкость 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать учить плавать способом «кроль», ритмично дыша 2. Упражнять в нырянии 3. Закреплять правила поведения в воде 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Совершенствовать умение согласовывать движения руками и дыхания при плавании способом кроль на груди 2. Упражнять в согласовании рук, ног и дыхания при плавании кролем на груди 	Диагностика плавательных умений <ol style="list-style-type: none"> 1. Плавание «кролем» на спине с полной координацией движений 2. Плавание «кролем» на груди с полной координацией движений
апрель	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить выполнять скольжение из любого и.п. 2. Совершенствовать умение правильно выполнять гребковые движения руками 3. Воспитывать настойчивость 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить детей выполнять вдох и выдох с поворотом головы 2. Упражнять в прыжках с нырянием 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать учить правильно выполнять движения ногами, делать вдох, выдох с поворотом головы 2. Упражнять в скольжении, прыжках с нырянием 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Закреплять умение ритмично дышать 2. Продолжать учить выполнять скольжение на груди и на спине 3. Воспитывать желание выполнять упражнения правильно
май	<ol style="list-style-type: none"> 1. Закреплять умение ритмично дышать 2. Продолжать учить выполнять скольжение на груди и на спине 3. Воспитывать желание выполнять упражнения правильно 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Закреплять умение ритмично дышать 2. Продолжать учить выполнять скольжение на груди и на спине 3. Воспитывать желание выполнять упражнения правильно 4. Мониторинг конец года 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Совершенствовать умение согласовывать движения руками и дыхания при плавании способом кроль на груди 2. Упражнять в согласовании рук, ног и дыхания при плавании кролем на груди 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать учить правильно выполнять движения ногами, делать вдох, выдох с поворотом головы 2. Упражнять в скольжении, прыжках с нырянием

Задачи обучения плаванию детей подготовительной к школе группы.

Развитие двигательных умений и навыков: продолжать учить свободно передвигаться в воде, сочетая разновидности ходьбы, бега, прыжков, усложняя их, увеличивая нагрузку.

Учить скользить по воде без помощи ног на спине и на груди с задержкой дыхания, с работой ног на груди и на спине; учить скользить на груди и на спине, вытянув одну руку над головой, другую прижав к туловищу, обе руки прижав к туловищу, обе руки вытянув над головой; учить скользить на спине, вытянув руки над головой и из этого положения переворачиваться на грудь. Учить согласованно работать руками и ногами, плавать с задержкой дыхания; учить плавать способом «Кроль» на груди и спине, отрабатывать ритмичное дыхание при плавании на груди: короткий энергичный вдох, повернув лицо в сторону и приподняв над поверхностью воды, и более длительный полный выдох

Воспитание физических качеств: развивать силу, выносливость, ловкость; воспитывать смелость, настойчивость, решительность.

Распределение видов упражнений (в порядке усложнения): Передвижение в воде: все виды ходьбы, бега, прыжков с введением элементов соревнования. Скольжение: на груди и на спине, вытянув тело (упражнение «Стрела»); скольжение на груди – одна рука вытянута над головой, другая прижата к туловищу, обе руки вытянуты над головой; скольжение на спине, аналогично скольжению на груди; переворот во

время скольжения с груди на спину и наоборот, вправо и влево. Отработка дыхания: ходьба по бассейну в наклонном положении, работая руками и выдыхая в воду; держась за поручень руками, работать ногами, как при плавании способом «Кроль» на груди, опуская при этом лицо в воду и делая медленный полный выдох и поднимая его над водой – вдох; держась прямыми руками за поручень, работать ногами, как при плавании способом «Кроль» на груди, при этом держа голову в воде и для вдоха поворачивая её вправо (влево); держась одной рукой за поручень, прижав другую к туловищу, голову для вдоха поворачивать в сторону прижатой руки, затем поменять положение рук. Выполнение вдоха и выдоха с различным положением рук: одна рука вытянута над головой, другая прижата к туловищу, обе руки прижаты к туловищу, ноги работают, как при плавании способом «Кроль» на груди. Выполнение вдоха и выдоха при скольжении на спине с различным положением рук (аналогично скольжению на груди), ноги при этом работают в стиле «Кроль». Скольжение на груди с задержкой дыхания: одна рука вытянута над головой, другая выполняет гребковые движения; скольжение на груди с выполнением вдоха-выдоха, работая одной рукой и ногам в стиле «Кроль». Плавание: ходьба с наклоном вперёд, правая (левая) рука на колене, левая (правая) над головой, сделать вдох, опустить голову в воду и сделать выдох, одновременно происходит смена рук гребковыми движениями. Скольжение на спине, руки прижаты к туловищу, затем, подняв их вверх, опустить на уровне плеч в воду и выполнить гребок; то же с работой ног. Плавание способом «Кроль» на груди с задержкой дыхания, плавание способом «Кроль» на груди, ритмично дыша; плавание способом «Кроль» на спине, ритмично дыша. **Игры и игровые упражнения:** «Насос», «Буксир», «Перестрелка», «Плавучие стрелы», «Большая морская звезда», «Тюльпан», «Неваляшка», «С письмом вплавь», «Торпеды», «Водолазы», «Ручеёк», «Лабиринты» (большая часть игр проводится с элементами соревнования).

2.4. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

При обучении плаванию у детей формируются и закрепляются привычки к водным процедурам, потребность в них положительное к ним отношение, умение самостоятельно осуществлять необходимые действия, связанные с использованием водных процедур. И в связи с этим становятся более прочными гигиенические навыки – чистоплотность, аккуратность.

Воспитание гигиенических навыков в младшей группе добиваться, чтобы дети самостоятельно, в определённой последовательности раздевались и одевались, аккуратно складывали и вешали одежду; продолжать учить мыться под душем, пользоваться полотенцем, с помощью воспитателя насухо вытираться. Дети должны знать, что надо высушить волосы, растереться, обращаясь за помощью к взрослому

Воспитание гигиенических навыков в средней группе. Продолжать учить самостоятельно раздеваться и одеваться в определённой последовательности, аккуратно складывать и вешать одежду. Продолжать учить мыться под душем, пользуясь мылом и мочалкой, проявлять при этом самостоятельность, насухо вытираться полотенцем, с незначительной помощью воспитателя сушить волосы.

Воспитание гигиенических навыков в старшей группе учить самостоятельно готовиться к занятию (раздеться, приготовить вещи для душа), самостоятельно мыться под душем (пользоваться мочалкой, мылом), помогать друг другу; после занятия растереть полотенцем тело, высушить волосы, аккуратно одеться.

Воспитание гигиенических навыков подготовительной группе продолжать учить чётко выполнять все правила личной гигиены: принимать душ перед занятием – мыть тело быстро и тщательно, пользуясь мочалкой и мылом, после занятия растираться полотенцем, быстро одеваться, высушивать волосы.

Обеспечение безопасности ООД по плаванию

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

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

- непосредственно образовательную деятельность по плаванию проводить в местах, полностью отвечающих всем требованиям безопасности и гигиены.
- не допускать неорганизованного плавания, самовольных прыжков в воду и ныряния.
- не разрешать детям толкать друг друга и погружать с головой в воду, садиться друг на друга, хватать за руки и за ноги, нырять навстречу друг другу, громко кричать, звать на помощь, когда она не требуется.
- не проводить непосредственно образовательную деятельность по плаванию с группами, превышающими 10-12 человек.
- допускать детей к непосредственно образовательной деятельности только с разрешения врача.
- приучать детей выходить из воды по неотложной необходимости только с разрешения преподавателя.
- проводить поименно переключку детей до входа в воду и после выхода из нее.
- во время непосредственно образовательной деятельности внимательно наблюдать за детьми, видеть всю группу, каждого воспитанника отдельно и быть готовым в случае необходимости быстро оказать помощь ребенку.
- обеспечить обязательное присутствие медсестры при проведении непосредственно образовательной деятельности по плаванию.
- не проводить непосредственно образовательную деятельность раньше, чем через 40 минут после еды.
- при появлении признаков переохлаждения (озноб, «гусиная кожа», посинение губ) вывести ребенка из воды и дать ему согреться.
- соблюдать методическую последовательность обучения.
- знать индивидуальные данные физического развития, состояние здоровья и плавательную подготовку каждого ребенка.
- прыжки в воду разрешать детям, умеющим уверенно держаться на поверхности воды.
- не злоупотреблять возможностями ребенка, не форсировать увеличения плавательной дистанции.
- добиваться сознательного выполнения детьми правил обеспечения безопасности непосредственно образовательной деятельности по плаванию.

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

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

- выходить быстро по команде инструктора.

2.5. Способы и направления поддержки детской инициативы

Детская инициатива проявляется в свободной самостоятельной деятельности детей по выбору и интересам

В конце каждого занятия, детям предоставляется время для свободного выбора плавания и игр в воде. Дети могут выбрать способ передвижения и способ плавания, выбрать желаемый инвентарь для плавания и игр в воде.

Направления поддержки детской инициативы:

- позиция педагога при организации жизни детей в детском саду, дающая возможность самостоятельного накопления чувственного опыта и его осмысления, чувства комфорта и уверенности в собственных силах;
- психологическая перестройка позиции педагога на личностно-ориентированное взаимодействие с ребенком в процессе обучения, содержанием которого является формирование у детей средств и способов приобретения знаний в ходе специально организованной самостоятельной деятельности;
- фиксация успеха, достигнутого ребенком, его аргументация создает положительный эмоциональный фон для проведения обучения, способствует возникновению познавательного интереса.

2.6. Региональный компонент и сложившиеся традиции МБДОУ

Традиционно проводятся Открытые показы занятий в бассейне для родителей ,на КМО (Кустовое Методическое объединение) ГМР, два раза в год проводятся «Дни Здоровья». В летний период (июнь) увеличивается количество занятий в бассейне в неделю до двух-трех раз.

2.7. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников

Построение взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников строится на следующих принципах:

- Сотрудничество;
- Открытость образовательного процесса;
- Учёт мнения родителей

В плане организации взаимодействия с родителями проводятся следующие формы работы:

- 1.Индивидуальные консультации (по запросу)
- 2.Открытые показы занятий
- 3.Участие в общих собраниях Совета родителей.

2.8. Иные характеристики содержания программы

Организованную образовательную деятельность по плаванию проводит инструктор по физической культуре. Большая роль в подготовке и проведении непосредственно образовательной деятельности по плаванию отводится взаимосвязи работы педагогов и

специалистов ДОО. Воспитатели групп работают в тесном контакте с инструктором по физической культуре и медицинским персоналом. Воспитатели знакомят детей с правилами поведения в бассейне, непосредственно во время занятий, учат быстро раздеваться и одеваться в определенной последовательности. Вместе с медсестрой контролируют необходимый щадящий режим или освобождение от занятий, поддерживая тесную связь с родителями. Воспитатель перед образовательной деятельностью по плаванию проверяет наличие у детей всех плавательных принадлежностей, помогает детям подготовить все необходимое. Воспитатель (младший воспитатель) сопровождает детей в бассейн, под его присмотром дети раздеваются, надевают плавательные шапки и готовятся к занятию. Особого внимания взрослых требуют дети младшего возраста. Им необходима помощь и при раздевании, и при одевании, и при мытье под душем, и при вытирании, так как самостоятельно делать это они еще не умеют, а также при входе в воду и при выходе из нее. Дети младшего возраста плохо еще запоминают свои принадлежности. Поэтому, для того, чтобы ускорить все процессы и не допустить охлаждения детей и необходима помощь воспитателя. Роль воспитателя имеет важное значение в воспитании гигиенических навыков у детей и организации занятий по плаванию

Содержание основной образовательной программы организовано по принципу дифференциации, возможностей обучающихся в соответствии со уровнями подготовленности ребенка.

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ

3.1. Материально- техническое обеспечение программы

Условия

Занятия по основной образовательной программе проходят в помещении бассейна, оборудованном специальным инвентарем. В помещении бассейна имеются непосредственно чаша с водой, проходящей круговую фильтрацию и очищение, инвентарь спортивный инвентарь (паспорт бассейна прилагается). В бассейне две комфортабельные раздевалки с металлическими шкафчиками и пластмассовыми скамейками. Оборудованы душевые комнаты с тремя смесителями. Имеется тренерская, два медицинских кабинета, кладовая, где храниться инвентарь для уборки помещений бассейна. В помещении с водной чашей имеется вентиляционный блок, осушающий воздух помещения.

При проведении занятий по плаванию осуществляется медико-педагогический контроль за санитарно- гигиеническим состоянием бассейна. Санитарно-гигиенические условия проведения НОД по плаванию включают следующее:

- освещенные и проветриваемые помещения;
- ежедневный контроль за температурным режимом воды и в помещениях бассейна.
- текущая и генеральная дезинфекция помещений и инвентаря;
- анализ качества воды и дезинфекции помещений и оборудования контролируется санэпидстанцией.

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

Возрастная группа	Температура воды (0С)	Температура воздуха (0С)	Глубина (м)
Средняя	+ 30... +32С	+24... +28С	0,6
Старшая	+ 30... +32С	+24... +28С	0,6 - 0,8
Подготовительная к школе группа	+ 30... +32С	+24... +28С	0,6 - 0,8

При проведении занятий соблюдаются требования СанПиН 2.4.1.3049-13;

Продолжительность нахождения в бассейне в зависимости от возраста составляет в средней группе – 20 мин; в старшей 25 мин; в подготовительной группе - 30 мин. Прогулка детей проводится через 50-60 мин после занятия в бассейне.

3.2. Организация предметно-пространственной среды

Паспорт объекта

Бассейн Детского сада оснащен следующим инвентарем:

№ п/п	Наименование	количество
	ИНВЕНТАРЬ	
1.	Плавательные доски	20 шт.
2.	Нудулс	20 шт.
3.	Игрушки резиновые (различные)	50 шт.
4.	Надувные игрушки (мячи и круги)	10 шт.
5.	Разделительная полоса	1 шт.
6.	Обручи большие (пластмассовые)	5 шт.
7.	Палки гимнастические (пластмассовые)	5 шт.
	МЕБЕЛЬ	
1.	Скамейка пластмассовая	7 шт
2.	Стол офис	1 шт
3.	Стул офис	1 шт
4.	Шкаф офис	1 шт.
5.	Шкаф для одежды металлический	28 шт
6.	Водонагреватель 150 л	2 шт
7.	Водонагреватель 30 л	1 шт
8.	Фен настенный	2 шт
9.	Стеллаж металлический	3 шт
10.	Шкаф архивный	1 шт
11.	Шкаф медицинский лабораторный	1шт
12.	Кушетка медицинская	1 шт
13.	Бак для дезинфекции	1 шт
	ИНТЕРЬЕР	
1.	Жалюзи вертикальные тканевые	2 шт
2.	Жалюзи горизонтальные металлические	12 шт
3.	Жалюзи вертикальные пластик	1 шт.
4.	Экраны металлические большие	4 шт
5.	Экраны металлические малые	2 шт
6.	Коврики пластиковые сборные	200 шт

3.3. Методическое обеспечение образовательной области

При составлении программы были использованы методические пособия:

1. «Обучение плаванию в детском саду»; авт.: Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Богина Т.Л.; Москва; Просвещение; 1991г.
2. Методическое пособие «Раз, два, три, плыви» авт. Г.Глушкова, Г.Поташова; «Обруч», Москва, 2010г.
3. Программа «Морская звезда» авт.М.В.Рыбак; «Обруч», Москва, 2010г.
4. Учебное наглядное пособие «Как научить детей плавать» авт. Э.Черняев, В.Топоров
5. «Обучение маленьких детей плаванию»;авт. В.С. Васильев; Москва; Физкультура и Спорт, 1961г
6. «Игры на воде при обучении детей плаванию»; В.В. Дукальский; Краснодар; 1990г.
7. «Обучение детей плаванию в раннем возрасте» учебно-методическое пособие; авт.Н.Л.Петрова;Москва; Советский спорт;2006г

3.4. Распределение количества ООД по плаванию в разных возрастных группах на учебный год

Возрастная группа	Количество занятий		Количество часов	
	в неделю	в месяц	в неделю	в месяц
Младшая	1	4	15-20 мин	1ч20 мин
Средняя	1	4	20-25мин	1ч40мин
Старшая	1	4	25-30 мин	2ч
Подготовительная	1	4	25-30мин	2ч

3.5. Кадровое обеспечение

Организованную образовательную деятельность по плаванию проводит инструктор- по физкультуре высшей квалификационной категории. За техническим состоянием бассейна и соблюдением всех технологических мер безопасности воды следит инженер по бассейну, санитарное состояние помещений контролирует медсестра детского сада.

IV. Краткая презентация программы

- Основная образовательная программа дошкольного образования по обучению плаванию детей 3-7 лет разработана в соответствии с ФГОС, ОП ДО «МБДОУ детский сад № 43 комбинированного вида».

Основная образовательная программа дошкольного образования по обучению плаванию обеспечивает развитие детей в возрасте от 3 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по направлению физического развитие.

Программа разработана инструктором по физической культуре Чашиной Г.А. в соответствии:

- -Федеральный закона “Об образовании в Российской Федерации” от 29.12.2012г № 273 ФЗ
- -ФГОС дошкольного образования (приказ от 17.10.13 г № 1155)
- -СанПиН 2.4.1.3049-13;
- -Устав ДОУ
- На основе программы «Обучение плаванию в детском саду» Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Богина Т.Л.; М.; Просвещение;1991г.

Направленность образовательной программы:

- Укрепление здоровья дошкольников, формирование потребности в здоровом образе жизни.

Принципы и методы

- Реализуемая программа строится на принципе личностно-развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослого с детьми. Методика обучения базируется на общих педагогических принципах:
- Методика обучения плаванию ведется с учетом индивидуального подхода к ребенку, сознательности, активности, систематичности, наглядности, доступности.
- Индивидуальный подход в обучении предполагает использование соответствующих методических приемов обучения (подготовительных упражнений, подбора вариантов).

➤ **Основной вид деятельности – игровые упражнения.**

Построение взаимодействия с родителями дошкольников строится на следующих принципах: сотрудничество, открытость образовательного процесса, учёт мнения родителей

➤ **Формы организации взаимодействия с семьей**

- Индивидуальные консультации (по запросу)
- Открытые показы занятий
- Участие в общих собраниях Совета родителей