

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад № 47

УТВЕРЖДЕНА

Заведующим МБДОУ

«Детский сад № 47»

Н.В. Милакиной

Приказ от «31» августа № 128 п

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

образовательной деятельности с детьми от 3 до 7 лет

инструктора по физической культуре (бассейн)

Галановой Оксаны Валентиновны

на 2023-2024 учебный год

2023 год г. Саров

СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Наименование раздела	Стр.
I	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	3
1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Цели и задачи реализации Программы	3
1.3	Принципы и подходы к формированию Программы	4
1.4	Характеристики, значимые для разработки и реализации Программы	4
1.5	Планируемые результаты реализации Программы	7
1.6	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	8
II	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	9
2.1	Описание образовательной деятельности с детьми по обучению плаванию в соответствии с федеральной образовательной программой и с учетом используемых методических пособий, обеспечивающих реализацию данного содержания	9
2.2	Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы	14
2.3	Особенности образовательной деятельности по обучению плаванию в культурных практиках	17
2.4	Способы и направления поддержки детской двигательной инициативы	18
2.5	Особенности взаимодействия с семьями обучающихся	19
2.6	Взаимодействие с воспитателями	20
2.7	Взаимодействие с медицинскими работниками	20
III	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	21
3.1	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	21
3.2	Материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	22
3.3	Санитарно-гигиенические условия проведения ОД по обучению плаванию	22
3.4	Обеспечение безопасности ОД по плаванию.	22

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа образовательной деятельности с детьми от 3 до 7 лет по обучению плаванию» (далее Программа) является частью образовательной программы дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №47» (далее МБДОУ № 47) и направлена на реализацию содержания образовательной области «Физическое развитие».

Программа определяет комплекс основных характеристик по обучению плаванию воспитанников дошкольного возраста от 3 до 7 лет (объём, содержание и планируемые результаты) и организационно – педагогические условия образовательной деятельности по обучению плаванию.

Учитывая содержание пункта 1 статьи 64 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» и пункта 1 раздела 1 ФОП ДО, целями Программы являются разностороннее развитие детей дошкольного возраста с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей, в том числе достижение детьми дошкольного возраста уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования, на основе индивидуального подхода к детям дошкольного возраста и специфичных для детей дошкольного возраста видов деятельности на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций.

Программа, в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации», направлена на формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста.

1.2. Цели и задачи реализации Программы

Закаливание и укрепление детского организма; обучение воспитанников дошкольного возраста плаванию; создание основы для разностороннего физического развития (развитие и укрепление опорно - двигательного аппарата, сердечно - сосудистой, дыхательной и нервной систем), воспитание привычки к здоровому образу жизни; охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.

- Формировать у дошкольников навыки плавания (уверенно чувствовать себя в воде, держаться на поверхности воды, плыть от 7 -15 м). Преодолевать страх перед новой водной средой. Научить управлять своим физическим и психическим состоянием в период адаптации в водной среде.
- Вовлекать родителей в активную работу по закаливанию и оздоровлению детей в совместной деятельности с педагогами. Создавать благоприятный эмоционально – психологический микроклимат на занятиях плаванию и закаливанию.
- Формировать знания о видах и способах плавания. Об оздоровительном воздействии плавания на организм. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.
- Содействовать приобретению двигательного опыта воспитанников по плаванию, повышению уровня ежедневной двигательной активности, становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.

- Развивать двигательные качества и способности дошкольников: ловкость, быстроту, гибкость, силу, общую выносливость через обучение плаванию.
- Создавать условия для формирования опорно-двигательной системы организма, выполнения основных движений в воде (погружение, всплытие, скольжение, ныряние, овладение плавательными навыками), овладения подвижными играми, правилами на воде.
- Способствовать становлению ценностей здорового образа жизни, овладению его элементарными нормами и правилами на водоёмах и в бассейне (двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).
- достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования.

1.3 Принципы и подходы к формированию Программы.

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

- 1) полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- 2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- 3) содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников¹ (далее вместе – взрослые);
- 4) признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- 5) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- 6) сотрудничество ДОО с семьей;
- 7) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- 8) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- 9) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- 10) учет этнокультурной ситуации развития детей.

1.4. Характеристики, значимые для разработки и реализации Программы

Характеристики особенностей физического развития детей дошкольного возраста

Младшая группа(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, низка выносливость мышечной системы. Из – за этого статическое напряжение мышц кратковременно, и малыш не может сидеть или стоять не меняя позы. Сила мышц кисти рук увеличивается с 3,5 кг – 4 в возрасте 3 – 4 лет.

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

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

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.

Средняя группа(от 4 до 5 лет)

Пятый год жизни ребенка характеризуется дисбалансом в развитии дыхательного аппарата: при относительной мощности легких пока еще 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 емкость легких у пятилетнего ребенка 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 четырех 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 ее функций, возрастают сила и работоспособность мышц. Мелкие мышцы (пальцев, кистей, стоп) еще недостаточно развиты в сравнении с крупной мускулатурой, из-за чего воспитанникам лучше даются движения всей рукой, чем ее мелкими мышечными группами. Кроме того, сила мышц-сгибателей больше силы мышц - разгибателей, что определяет особенности поз ребенка – голова слегка наклонена вперед, 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 воспитанников неустойчиво, ответные реакции носят эмоциональный характер и воспитанники быстро утомляются. Дошкольникам свойственна большая отвлекаемость внимания, им обычно трудно сконцентрироваться на решении тех или иных задач.

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

К средней группе воспитанники уже достаточно освоились в воде. Начинается новый этап: приобретение навыков плавания, таких как ныряние, лежание, скольжение, прыжки в воду, контролируемое дыхание, которые помогают чувствовать себя в воде достаточно надежно. Обучение

нацелено на формирование умения находиться в воде в безопорном положении. Двигательные навыки, приобретенные в младшем возрасте, закрепляются уже на большой глубине. Упражнения усложняются, начинается применение плавательных и физических упражнений в воде под музыку. Повышаются требования к самостоятельности, организованности.

Старшая группа(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 не завершено (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 дошкольников 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).

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

Подготовительная к школе группа(от 6 до 7 лет)

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

Резервные возможности сердечно – сосудистой и дыхательной системы у дошкольников достаточно высоки. Динамика нервной системы облегчает освоение 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. Дошкольники проявляют волевые усилия при выполнении заданий, для них важен результат. Появляется возможность на основе закладываемой произвольности сформировать у воспитанников потребность заниматься физическими упражнениями, развивать самостоятельность, инициативу в освоении новых видов движений.

В подготовительной к школе группе завершается обучение в детском саду. Но это не означает, что воспитанники полностью овладевают технически правильными способами плавания. Большинство из них осваивает плавание кролем на груди и на спине в общих чертах. Их движения ещё недостаточно слитны и точны, наблюдается нарушение ритма. Конечной целью не является обучение спортивному плаванию. Воспитанники 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.

Организация занятий лечебного плавания

Лечебное плавание проводится 1 раз в неделю с детьми, имеющими избыток массы тела (ИМТ) и длится 30 минут в зависимости от возрастной группы. Состоит из комплексов упражнений, при помощи которых достигается тот или иной результат в зависимости от поставленной задачи.

1.5 Планируемые результаты в дошкольном возрасте

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности ДО делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров ДО и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка к завершению ДО (п.П.15 ФОП ДО)

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

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

Степень выраженности возрастных характеристик возможных достижений может различаться у детей одного возраста по причине высокой индивидуализации их психического развития и разных стартовых условий освоения образовательной программы. Обозначенные различия не должны быть констатированы как трудности ребенка в освоении образовательной программы Организации и не подразумевают его включения в соответствующую целевую группу.

Планируемые результаты в дошкольном возрасте

К четырем годам:

- ребёнок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и тому подобное, соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье;
- ребёнок начинает знакомиться с водой, ее свойствами (плотностью, вязкостью, прозрачностью). Освоение с водой происходит до того момента, когда ребенок сможет безбоязненно и уверенно с помощью взрослого и самостоятельно передвигаться по дну, совершать простейшие действия, играть.

К пяти годам:

- ребёнок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;
- ребёнок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации;
- ребёнок познает правила безопасного поведения и стремится их выполнять в повседневной жизни;
- ребенок приобретает умения и навыки, которые помогут ему чувствовать себя в воде достаточно надежно;
- ребенок учится держаться на поверхности воды (всплывать, лежать, скользить);
- ребенок получает представление о выталкивающей и поддерживающей силе воды;
- ребенок самостоятельно, произвольно выполняет упражнение вдох-выдох в воду несколько раз подряд.

К шести годам:

- ребёнок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих;
- ребенок обучается плаванию определенным способом;
- ребенок умеет проплыть 10-15м на мелкой воде, сохраняя в основном согласованность движения рук, ног и дыхания, характерную для изучаемого способа плавания.

Планируемые результаты на этапе завершения освоения Программы

К концу дошкольного возраста

- ребёнок владеет основными движениями , может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребёнок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;
- ребёнок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;
- ребёнок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям;
- ребенок продолжает усвоение и совершенствование техники способа плавания;
- ребенок приобретает умение плавать на глубокой воде.

1.6 Педагогическая диагностика индивидуального развития детей по физическому развитию

1. Педагогическая диагностика достижений планируемых результатов направлена на изучение деятельностных умений ребёнка, его интересов, предпочтений, склонностей, личностных особенностей, способов взаимодействия со взрослыми и сверстниками. Она позволяет выявлять особенности и динамику развития ребёнка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности.

2. Цели педагогической диагностики, а также особенности её проведения определяются требованиями ФГОС ДО. При реализации Программы может проводиться оценка индивидуального развития детей, которая осуществляется педагогом в рамках педагогической диагностики. Вопрос о её проведении для получения информации о динамике возрастного развития ребёнка и успешности освоения им Программы, формах организации и методах решается непосредственно ДОО.

3. Специфика педагогической диагностики достижения планируемых образовательных результатов обусловлена следующими требованиями ФГОС ДО: планируемые результаты освоения федеральной образовательной программы ДО заданы как целевые ориентиры ДО и представляют собой социально-нормативные, возрастные характеристики возможных достижений ребёнка на разных этапах дошкольного детства;

целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе и в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными

достижениями детей и основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей;

Данные положения подчеркивают направленность педагогической диагностики на оценку индивидуального развития детей дошкольного возраста, на основе которой определяется эффективность педагогических действий и осуществляется их дальнейшее планирование.

4. Результаты педагогической диагностики (мониторинга) могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

- индивидуализации образования (в том числе поддержки ребёнка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- оптимизации работы с группой детей.

5. Основным методом педагогической диагностики является наблюдение. Ориентирами для наблюдения являются возрастные характеристики развития ребёнка. Они выступают как обобщенные показатели возможных достижений детей на разных этапах дошкольного детства.

Наблюдая за ребёнком, инструктор обращает внимание на частоту проявления каждого показателя. Частота проявления указывает на периодичность и степень устойчивости показателя.

Фиксация данных наблюдения позволит педагогу выявить и проанализировать динамику в развитии ребёнка на определенном возрастном этапе, а также скорректировать образовательную деятельность с учётом индивидуальных особенностей развития ребёнка и его потребностей.

Результаты наблюдения могут быть дополнены беседами с детьми в свободной форме, что позволяет выявить причины поступков, наличие интереса к определенному виду деятельности, уточнить знания о предметах и явлениях окружающей действительности и другое.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Описание образовательной деятельности с детьми по обучению плаванию в соответствии с федеральной образовательной программой и с учетом используемых методических пособий, обеспечивающих реализацию данного содержания

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития (обучение плаванию):

От 3 до 4 лет.

- **Формирование гигиенических навыков:** добиваться, чтобы дошкольники самостоятельно, в определённой последовательности раздевались и одевались, аккуратно складывали и вешали одежду; учить мыться под душем, пользоваться полотенцем, с помощью воспитателя насухо вытираться. Воспитанники должны знать, что надо высушить волосы, растереться, обращаясь за помощью к взрослому.

- **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:** 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.

Содержание образовательной деятельности.

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

- **Бег:** с поддержкой за игрушкой, 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.

- **Прыжки:** на двух ногах на месте (с поддержкой взрослого, держась за поручень, а также без опоры); на двух ногах, продвигаясь вперёд; прыгать в длину с места; подпрыгнуть и упасть в воду вперёд.

- **Погружение в воду:** опускать нос в воду («Птички умываются»), держась за поручень, в кругу, держась за руки, в паре. 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 парусные лодочки и кораблики по воде, дуя.

- **Игры:** «Поймай рыбку», «Хоровод», «Сердитая рыбка», «Догоните меня», «Кораблики», «Воробышки умываются», «Солнышко и дождик», «Крокодилы», «Маленькие и большие ножки», «Нос утонул», «Цапли», «Фонтан», «Лодочки плывут», «Остуди чай», «Мячики», «Бегом за мячом», «Волны на море», «Достань игрушку».

От 4 до 5 лет.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития (обучение плаванию):

- **Формирование гигиенических навыков.** 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.

- **Развитие двигательных умений и навыков.** Продолжать учить самостоятельно, передвигаться в воде, выполняя различные задания. Учить ходить по бассейну, загребая воду руками и в положении полу приседа, наклонившись вперёд. Использовать на занятиях все виды бега, указанные в «Программе» для данной возрастной группы. Учить выпрыгивать из воды, прыгать, отрывая ноги от дна бассейна с продвижением вперёд; выпрыгивать с последующим погружением в воду. 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 поочередно 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.

Содержание образовательной области.

- **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 полуприсед, помогая себе руками, с наклоном туловища вперёд.

- **Бег:** «Кто быстрее?», «Лошадки».

- **Прыжки:** на месте у бортика («Кто выше?»), на двух ногах руки на поясе; с продвижением вперёд; от бортика к бортику отрывая ноги от 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 пузырей; 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».

От 5 до 6 лет.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития (обучение плаванию):

- **Формирование гигиенических навыков.** 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.

- **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 стилем «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 воспитанников 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.

Содержание образовательной области.

- **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, проскользить 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».

От 5 до 6 лет.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития (обучение плаванию):

- **Формирование гигиенических навыков:** 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.

- **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.

Содержание образовательной области.

- **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).

Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:

- воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;
- формирование у ребёнка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;
- становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;
- воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;
- приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;
- формирование у ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе

жизни.

**2.2 Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации
Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей
воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов**

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

Формы	<ul style="list-style-type: none"> • Взаимодействие взрослого с детьми в различных видах деятельности - Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения) - Подвижные игры и игровые упражнения - Формирование основ здорового образа жизни - Активный отдых - Спортивные игры - Плавание • Самостоятельная деятельность детей
Способы	подгрупповой, индивидуальный
Методы	<ul style="list-style-type: none"> • рассматривание иллюстраций • игровая проблемная ситуация • показ и демонстрация физических упражнений; • использование наглядных пособий; • использование зрительных ориентиров и звуковых сигналов; • название упражнений, описание, объяснение; • комментирование хода выполнения упражнения; • указание, команды, распоряжение; • художественное слово; • выполнение движений; • повторение упражнений; • проведение упражнений в игровой форме
Средства	<ul style="list-style-type: none"> • Надувные круги • Нарукавники • Мячики (маленькие) • Мячи (большие, надувные) • Плавательные доски • Обручи • Ведерки • Резиновые рыбки и птички • Тонущие игрушки

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Формы	<ul style="list-style-type: none"> • Взаимодействие взрослого с детьми в различных видах деятельности - Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения) - Ритмическая гимнастика - Строевые упражнения - Подвижные игры - Спортивные упражнения - Плавание - Формирование основ здорового образа жизни - Активный отдых • Самостоятельная деятельность детей
Способы	подгрупповой, индивидуальный
Методы	<ul style="list-style-type: none"> • рассматривание иллюстраций

	<ul style="list-style-type: none"> • игровая проблемная ситуация • объяснение, указание • показ и демонстрация физических упражнений; • использование наглядных пособий; • использование зрительных ориентиров и звуковых сигналов. • название упражнений, описание, объяснение; • комментирование хода выполнения упражнения; • указание, команды, распоряжение; • художественное слово. • выполнение движений; • повторение упражнений; • проведение упражнений в игровой форме.
Средства	<ul style="list-style-type: none"> • Надувные круги • Нарукавники Плавательные доски • Мячики (маленькие) • Мячи (большие, надувные) • Обручи • Ведерки • Резиновые рыбки и птички • Тонущие игрушки

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Формы	<ul style="list-style-type: none"> • Взаимодействие взрослого с детьми в различных видах деятельности - Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения) - Ритмическая гимнастика - Строевые упражнения - Подвижные игры - Спортивные игры и упражнения - Плавание - Формирование основ здорового образа жизни • Самостоятельная деятельность детей
Способы	подгрупповой, индивидуальный
Методы	<ul style="list-style-type: none"> • рассматривание иллюстраций • игровая проблемная ситуация • объяснение, указание • показ и демонстрация физических упражнений; • использование наглядных пособий; • использование зрительных ориентиров и звуковых сигналов. • название упражнений, описание, объяснение; • комментирование хода выполнения упражнения; • указание, команды, распоряжение; • художественное слово. • выполнение движений; • повторение упражнений; • проведение упражнений в игровой и соревновательной форм
Средства	<ul style="list-style-type: none"> • Надувные круги • Нарукавники • Плавательные доски • Ласты

	<ul style="list-style-type: none"> • Плавательные очки • Мячики (маленькие) • Мячи (большие, надувные) • Плавательные доски (косточки) • Обручи • Ведерки • Резиновые рыбки и птички • Тонущие игрушки
--	--

Подготовительная группа (от 6 до 7 лет)

Формы	<ul style="list-style-type: none"> • Взаимодействие взрослого с детьми в различных видах деятельности - Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения) - Ритмическая гимнастика - Строевые упражнения - Подвижные игры - Спортивные игры и упражнения - Плавание - Формирование основ здорового образа жизни • Самостоятельная деятельность детей
Способы	подгрупповой, индивидуальный
Методы	<ul style="list-style-type: none"> • рассматривание иллюстраций • игровая проблемная ситуация • объяснение, указание • показ и демонстрация физических упражнений; • использование наглядных пособий; • использование зрительных ориентиров и звуковых сигналов. • название упражнений, описание, объяснение; • комментирование хода выполнения упражнения; • указание, команды, распоряжение; • художественное слово. • выполнение движений; • повторение упражнений; • проведение упражнений в игровой и соревновательной форме
Средства	<ul style="list-style-type: none"> • Надувные круги • Нарукавники • Плавательные доски • Ласты • Плавательные очки • Мячики (маленькие) • Мячи (большие, надувные) • Плавательные доски (косточки) • Обручи • Ведерки • Резиновые рыбки и птички • Тонущие игрушки

2.3 Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Культурные практики расширяют социальные и практические компоненты содержания образования, способствуют формированию у детей культурных умений при взаимодействии со взрослым и самостоятельной двигательной деятельности. Ценность культурных практик состоит в том, что они ориентированы на проявление детьми самостоятельности и творчества, активности и инициативности в двигательной деятельности, обеспечивают их продуктивность.

РАЗВЛЕЧЕНИЯ НА ВОДЕ И ПРАЗДНИКИ проводятся в форме веселых игр, забав, развлечений. Упражнения, выполняемые с эмоциональным подъемом, оказывают благоприятное воздействие на организм ребенка. На развлечениях на воде и праздниках не только закрепляются двигательные умения и навыки детей, развиваются двигательные качества (быстрота, ловкость, ориентировка в пространстве и др.), но и способствуют воспитанию чувства коллективизма, товарищества, дружбы, взаимопомощи, развивают выдержку и внимание, целеустремленность, смелость, упорство, дисциплинированность и организованность.

ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ организуется в процессе занятий по плаванию, требования, к проведению которых согласуются дошкольной организацией с положениями действующего СанПиН.

Структура организации образовательного процесса

Занятия по плаванию для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются 1 раз в неделю и в подготовительной группе 2 раза . Длительность занятий по плаванию зависит от возраста детей и составляет:

- в младшей группе – 15 мин.;
- в средней группе – 20 мин.;
- в старшей группе – 25 мин.;
- в подготовительной группе – 30 мин.

Структура организованной образовательной деятельности

Вводная часть, которая направлена на улучшение эмоционального состояния, активацию внимания и подготовку детского организма к физическим нагрузкам основной части.

Основная часть (самая большая по объему и значимости), включающая в себя тренировку разных групп мышц, совершенствование всех физиологических функций организма детей и состоит из общеразвивающих упражнений и основных видов движений по теме. Итогом основной части занятия является – тематическая подвижная игра высокой активности.

Заключительная часть, в ходе которой выравнивается функциональное состояние организма детей. В ней дети выполняют коррекционные и дыхательные упражнения, направленные на снижение двигательной активности, восстановление дыхания.

Особенности работы по развитию движений по плаванию

1. Формировать у дошкольников навыки плавания (уверенно чувствовать себя в воде, держаться на поверхности воды, плыть от 7 -15 м). Преодолевать страх перед новой водной средой. Научить управлять своим физическим и психическим состоянием в период адаптации в водной среде.

2. Вовлекать родителей в активную работу по закаливанию и оздоровлению детей в совместной деятельности с педагогами. Создавать благоприятный эмоционально – психологический микроклимат на занятиях плаванию и закаливанию.

3. Формировать знания о видах и способах плавания. Об оздоровительном воздействии плавания на организм. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

4. Содействовать приобретению двигательного опыта воспитанников по плаванию, повышению уровня ежедневной двигательной активности, становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.

5. Развивать двигательные качества и способности дошкольников: ловкость, быстроту, гибкость, силу, общую выносливость через обучение плаванию.

6. Создавать условия для формирования опорно-двигательной системы организма, выполнения основных движений в воде (погружение, всплытие, скольжение, ныряние, овладение плавательными навыками), овладения подвижными играми, правилами на воде.

7. Способствовать становлению ценностей здорового образа жизни, овладению его элементарными нормами и правилами на водоёмах и в бассейне (двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

2.4 Способы и направления поддержки детской двигательной инициативы

Детская инициатива проявляется в свободной самостоятельной игровой, двигательной деятельности по плаванию по выбору и интересам. Возможность играть, двигаться в соответствии с собственными интересами является важнейшим источником эмоционального благополучия ребенка на занятиях по обучению плаванию.

На занятиях по обучению плаванию могут осуществляться следующие формы самостоятельной инициативной деятельности:

- *самостоятельные игры и игровые упражнения;*
- *самостоятельное («свободное») плавание.*

В развитии детской инициативы и самостоятельности важно соблюдать ряд общих требований:

- развивать активный интерес воспитанников к стремлению получения новых знаний и умений;
- создавать разнообразные условия и ситуации, побуждающие воспитанников к активному применению знаний, умений, способов деятельности в личном опыте. Постепенно выдвигать перед воспитанниками более сложные задачи, требующие сообразительности, поиска новых подходов, поощрять детскую инициативу;
- тренировать волю воспитанников, поддерживать желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца;
- ориентировать дошкольников на получение хорошего результата. Необходимо своевременно обратить особое внимание на воспитанников, постоянно проявляющих небрежность, торопливость, равнодушие к результату, склонных не завершать работу;

- «дозировать» помощь воспитанников. Если ситуация подобна той, в которой ребенок действовал раньше, но его сдерживает новизна обстановки, достаточно просто намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае. Большинство педагогов дошкольных образовательных учреждений очень чутко относятся к воспитанникам и поддерживают их эмоционально. Однако эта эмоциональная поддержка не должна выливаться в готовность выполнить задание за ребенка, будь то формулировка замысла или поиск возможных способов решения проблемы;

- поддерживать у воспитанников чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы.

2.5 Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.

Главными целями взаимодействия инструктора по физической культуре с семьями обучающихся дошкольного возраста являются:

- обеспечение педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах охраны и укрепления здоровья детей дошкольного возраста;
- обеспечение единства подходов к физическому воспитанию детей в условиях ДОО и семьи; повышение воспитательного потенциала семьи.

Эта деятельность должна дополнять, поддерживать и тактично направлять воспитательные действия родителей (законных представителей) детей дошкольного возраста.

Достижение этих целей должно осуществляться через решение основных задач:

1) информирование родителей (законных представителей) об образовательной программе, реализуемой в ДОО;

2) просвещение родителей (законных представителей), повышение их психолого-педагогической компетентности в вопросах охраны и укрепления здоровья;

3) способствование развитию ответственного и осознанного родительства, как базовой основы благополучия семьи;

4) построение взаимодействия в форме сотрудничества и установления партнёрских отношений с родителями (законными представителями) детей дошкольного возраста для решения образовательных задач по обучению плавания ;

5) вовлечение родителей (законных представителей) в образовательный процесс по обучению плавания.

Совместная деятельность педагогов, родителей, детей

Определяющей целью разнообразной совместной деятельности в триаде «педагоги-родители-дети» является удовлетворение не только базисных стремлений и потребностей ребенка, но и стремлений и потребностей родителей и педагогов.

Совместная деятельность воспитывающих взрослых может быть организована в разнообразных традиционных и инновационных формах;

- родительские собрания
- анкетирование;
- индивидуальные консультации по запросам родителей;
- проведение открытых занятий по обучению плавания для родителей

- акции
- спортивные мастер - классы
- консультации в родительских уголках группы
- тематические выставки;
- памятки, буклеты для родителей;
- проектная деятельность

2.6 Взаимодействие с воспитателями

Большая роль в подготовке и проведении непосредственно образовательной деятельности по плаванию отводится воспитателям групп. Воспитатели групп работают в тесном контакте с инструктором по физической культуре и медицинским персоналом. Они ведут работу в своей группе: следят за выполнением расписания образовательную деятельность и готовят подгруппы к ним, знакомят с правилами поведения в бассейне, непосредственно во время занятий, учат быстро раздеваться и одеваться.

Воспитатель перед образовательной деятельностью по плаванию проверяет наличие у детей всех плавательных принадлежностей, помогает детям подготовить все необходимое. 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 необходимо подписывать вещи. Роль воспитателя очень важна при организации плавания в бассейне и имеет огромное значение для воспитания гигиенических навыков.

2.7 Взаимодействие с медицинскими работниками

Вместе с медсестрой определяет, кому из детей необходим щадящий режим или освобождение от занятий, поддерживает тесную связь с родителями. При проведении непосредственно образовательной деятельности осуществляется медико-педагогический контроль над воспитанием и здоровьем каждого ребенка, с учетом его индивидуальных психофизиологических особенностей.

Санитарно-гигиенические условия проведения НОД по плаванию включают следующее:

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

III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1 Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды в бассейне

Объекты и помещения	Оборудование
Кабинет инструктора по физ.культуре	Мебель и оборудование: письменный стол, стул, шкаф, компьютер. Технический материал: писчая бумага, средства для обеспечения компьютера. Вспомогательный материал: литература и периодические издания по повышению научно – теоретического уровня и профессиональной компетентности. Дидактические игры и наглядные пособия. Картотека игр и упражнений на развитие различных физических качеств
Раздевалка	Мебель и оборудование: стулья для фенов , скамейки для переодевания с поддержкой спины, вешалки для одежды , дорожки для безопасного прохода к бассейну
Плавательный бассейн	Оборудование для обучения плаванию и для игр на воде

Перечень оборудования в бассейне

Надувные круги – 8 шт.

Нарукавники – 4 шт.

Плавательные доски – 10 шт.

Ласты – 3 пар.

Плавательные очки – 3 шт.

Мячики (маленькие) – 7 шт.

Мячи (большие, надувные) – 2шт.

Плавательные доски (косточки) – 10 шт.

Обручи – 6 шт.

Ведерки – 5 шт.

Резиновые рыбки и птички – 10 шт.

3.2 Материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Т. И.Осокина, Е. А.Тимофеева, Т. Л. Богина «Обучение плаванию в детском саду» Москва «Просвещение» 1991г.

3.3 Санитарно-гигиенические условия проведения ОД по обучению плаванию включают следующее:

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

3.4 Обеспечение безопасности ОД по плаванию.

До начала организации плавания в бассейне воспитанники знакомятся с правилами поведения в помещении бассейна и на воде. Все взрослые знают меры по оказанию помощи на воде и в любую минуту быть готовыми помочь воспитанникам.

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

- образовательную деятельность по обучению плаванию проводить в местах, полностью отвечающих всем требованиям безопасности и гигиены;
- не допускать неорганизованного плавания, самовольных прыжков в воду и ныряния;
- не разрешать воспитанникам 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 образовательную деятельность по обучению плаванию с группами, превышающими 12 человек;
- допускать воспитанников к образовательной деятельности только с разрешения врача;
- приучать воспитанников выходить из воды по неотложной необходимости только с разрешения инструктора;
- проводить поименно переключку воспитанников до входа в воду и после выхода из нее;
- научить воспитанников пользоваться спасательными средствами;
- во время образовательной деятельности внимательно наблюдать за воспитанниками, видеть всю группу, каждого воспитанника отдельно и быть готовым в случае необходимости быстро оказать помощь ребенку;
- обеспечить обязательное присутствие медсестры при проведении образовательной деятельности по обучению плаванию;

- не проводить образовательную деятельность по обучению плаванию 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;

- не злоупотреблять возможностями ребенка, не форсировать увеличения плавательной дистанции;

- добиваться сознательного выполнения воспитанников правил обеспечения безопасности, образовательной деятельности по обучению плаванию.

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

- внимательно слушать задание и выполнять его;

- входить в воду только по разрешению инструктора;

- спускаться по лестнице спиной к воде;

- не стоять без движений в воде;

- не мешать друг другу, окунаться;

- не наталкиваться друг на друга;

- не кричать;

- не звать нарочно на помощь;

- не топить друг друга;

- не бегать в помещении бассейна;

- проситься выйти по необходимости;

- выходить быстро по команде инструктора.