

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 23

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МБДОУ д/с № 23
от «31» 08 2017 г.



УТВЕРЖДЕНО

Заведующий МБДОУ д/с № 23
Т.В. Володина
от «31» 08 2017 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ПО РЕАЛИЗАЦИИ ОСНОВНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ
ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
В СООТВЕТСТВИИ С ФГОС ДО
ПО ОСВОЕНИЮ ДЕТЬМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ
«ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

ПЛАВАНИЕ

(составлена на основе примерной основной образовательной программы
«От рождения до школы» под ред. Н. Е. Вераксы, М. А. Васильевой, Т. С. Комаровой и
программы Е.В. Вороновой «Программа обучения детей плаванию в детском саду»

Срок реализации программы 2017-2018 учебный год

Автор программы
воспитатель по плаванию
Скоморощенко Надежда Александровна

г. Ставрополь
2017 год

ОГЛАВЛЕНИЕ

| | |
|---|-----------|
| I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ | 3 |
| 1. Пояснительная записка | 3 |
| 1.1 Цель. Задачи. | 5 |
| 1.2 Контингент воспитанников | 5 |
| 2. Планируемые результаты освоения программы. | 6 |
| 2.1 Целевые ориентиры. | |
| II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ | 11 |
| 2.1 Образовательная область «Физическое развитие». | 12 |
| 2.2 Система мониторинга достижения детьми МБДОУ д/с № 23 г. Ставрополя планируемых результатов освоения программы | 17 |
| III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ | |
| 3.1 Режим дня. | 21 |
| 3.2 Учебный план. | 25 |
| 3.3 Характеристика особенностей организации коррекционно-образовательного процесса. | 25 |
| 3.4 Взаимосвязь инструктора физической культуры (по плаванию) с профильными специалистами. | 27 |
| 3.5 Формы и методы работы с детьми. | 28 |
| 3.6 Предметно-развивающая среда. | 29 |
| IV.Список литературы | 31 |

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1. Пояснительная записка

В последние годы значительно возрос интерес к средствам и методам укрепления психофизического здоровья детей, профилактике заболеваний, развитию жизненно необходимых ребенку физических качеств. Очевидно, что ведущая роль в решении данных проблем отводится физическим упражнениям. Плавание как вид физических упражнений способствует поддержанию достигнутого ребенком уровня здоровья, поддержанию достаточного уровня двигательной активности, увеличению функциональных резервов детского организма.

Благоприятное воздействие водной среды трудно переоценить, тем более на развивающийся детский организм. В воде уменьшается статическое напряжение тела, снижается нагрузка на еще не окрепший и податливый детский позвоночник, который в этом случае правильно формируется, вырабатывается правильная осанка. В то же время активное движение ног в воде в безопорном положении укрепляет стопы ребенка и предупреждает развитие плоскостопия. Улучшается сердечная деятельность, подвижность грудной клетки, увеличивается жизненная емкость легких, повышается иммунологические свойства, улучшается адаптация к разнообразным условиям внешней среды.

Плавание благотворно влияет не только на физическое развитие ребенка, но и на формирование его личности. Не всем детям общение с водой доставляет удовольствие и радость, некоторые боятся входить в воду, боятся глубины. Психологами установлено, что главная опасность на воде - не действия в ней, а чувство страха и боязнь глубины. Быть с водой на «ты», находить удовольствие в общении с ней, не растеряться в непривычных условиях - на это нацелены занятия по обучению плаванию детей. условиях модернизации образования на основании инструктивного письма от 02.06.1998 года № 89/34 – 16 «О реализации права дошкольного образовательного учреждения на выбор программ и педагогических технологий» коллективу педагогов дана возможность выбора программ, технологий, методик, а также их интеграция или объединение. Но часто это проводится случайно, без учета специфики детского коллектива. Для правильного определения и обоснования содержания коррекционного образования, целостного планирования учебного процесса нами создана рабочая учебная программа

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ глава 7, статья 64 п. 1.

«Дошкольное образование направлено на формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста».

- **Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ** глава 7, статья 64 п.

2.

«Образовательные программы дошкольного образования направлены на 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. Освоение образовательных программ дошкольного образования не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации обучающихся».-

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ глава 11, статья 79 п.

1.

«Содержание образования и условия организации обучения и воспитания, обучающихся с ограниченными возможностями здоровья определяются адаптированной образовательной программой, а для инвалидов также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида».

- **ФГОС** (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155) глава II, п. 2.1. – «Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования.

Программа обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей и должна быть направлена на решение задач, указанных в пункте 1.6 Стандарта».

- **ФГОС** глава II, п. 2.3. «Программа формируется как программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (объем, содержание и планируемые результаты в виде целевых ориентиров дошкольного образования)».

- **Приказ от 30.08.2013 №1014** «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования».

- **«Концепция дошкольного воспитания»** (1989), **«Концепция содержания непрерывного образования (дошкольное и начальное звено)»** (2003) – определяют стратегическое развитие дошкольного образования.

- **Постановление Государственного санитарного врача Российской Федерации от 15.05.2-13 №26** «Об утверждении СанПин 2.4.1.3049-13 “Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

Обучение плаванию в дошкольном учреждении осуществляется на основе программы Т.И. Осокиной «Обучение плаванию в детском саду». Эта одна из базовых программ, в которой представлена система работы по обучению плаванию детей 4-7 лет, а также раскрыты вопросы, касающиеся организации и методики обучения в различных условиях.

Рабочая программа педагога дошкольного учреждения является одним из основных нормативных документов, регламентирующих его профессиональную деятельность.

Задачи, содержание, объём образовательных областей, основные результаты освоения программы, подходы и принципы построения образовательного процесса отражают целевые и ценностные ориентиры семьи, общества и государства в сфере дошкольного образования и являются обязательными составляющими реализации основных общеобразовательных программ дошкольного образования.

1.1. Цели. Задачи

Цель программы - преодолеть негативное отношение ребенка к воде, адаптировать его к водному пространству, по возможности использовать плавание в бассейне как средство оздоровления и полноценного физического развития ребенка, сочетая основы спортивного плавания с решением задач адаптации и профилактики.

Общие задачи программы:

- обеспечение здоровья ребенка посредством развития его дыхательной, сердечнососудистой, нервно-мышечной систем и через стимулирование обменных процессов организма;

- развитие основных двигательных навыков на основе формирования оптимальных двигательных стереотипов статики и динамики основных форм движений (ходьбы, бега, прыжков, ползания);

- содействие развитию базовых двигательных качеств (силы, ловкости, быстроты, гибкости, выносливости, точности, координации) через укрепление мышечного корсета, сводов стопы, формирование правильной осанки, коррекции нарушений физического развития ребенка;

- активизировать мотивацию родителей по ЗОЖ посредством использования разнообразных форм, оздоровительно-профилактических технологий, адекватных функциональным возможностям каждого ребенка.

Занятия по плаванию призваны решать оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи.

Оздоровительные задачи направлены на охрану и укрепление здоровья ребенка, его гармоничное психофизическое развитие, совершенствование опорно-двигательного аппарата, формирование правильной осанки, повышение работоспособности организма, приобщение ребенка к здоровому образу жизни.

Образовательные задачи ставят целью формирование двигательных умений и навыков, развитию психофизических качеств (силы, быстроты, гибкости, ловкости), формирование знаний о способах плавания, об оздоровительном воздействии плавания на организм, осознанности двигательных действий; развитие внимания, мышления, памяти.

В процессе физического воспитания ребенок приобретает систему знаний и физических упражнений, об их структуре, оздоровительном воздействии на организм; осознает двигательные действия; усваивает физкультурную и пространственную терминологию (исходные положения, колонна, шеренга и др.; вперед-назад, вверх-вниз), знания о выполнении движений, о спортивных упражнениях и играх; познает названия предметов, снарядов, пособий, способы и правила пользования ими, а также свое тело.

Воспитательные задачи направлены на воспитание двигательной культуры, нравственно – волевых качеств: смелости, настойчивости, чувства собственного достоинства.

1.2 Контингент воспитанников

В МБДОУ д/с №23 в 2017-2018 учебном году функционируют 12 групп общеразвивающей направленности.

2. Планируемые результаты освоения Программы

2.1 Целевые ориентиры

Специфика дошкольного детства не позволяет требовать от ребенка дошкольного возраста достижения конкретных образовательных

результатов и обуславливает необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров.

Целевые ориентиры дошкольного образования, представленные в ФГОС ДО, следует рассматривать как социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка. Это ориентир для педагогов и родителей, обозначающий направленность воспитательной деятельности взрослых.

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования.

Ребенок овладевает основными культурными средствами, способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности — игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности.

Ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх.

Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты. Умеет выражать и отстаивать свою позицию по разным вопросам.

Способен сотрудничать и выполнять как лидерские, так и исполнительские функции в совместной деятельности.

Понимает, что все люди равны вне зависимости от их социального происхождения, этнической принадлежности, религиозных и других верований, их физических и психических особенностей.

Проявляет эмпатию по отношению к другим людям, готовность прийти на помощь тем, кто в этом нуждается.

Проявляет умение слышать других и стремление быть понятым другими.

Ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации; умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам. Умеет распознавать различные ситуации и адекватно их оценивать.

Ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности. У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен,

вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.

Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и навыки личной гигиены.

Проявляет ответственность за начатое дело.

Ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

Открыт новому, то есть проявляет желание узнавать новое, самостоятельно добывать новые знания; положительно относится к обучению в школе.

Проявляет уважение к жизни (в различных ее формах) и заботу об окружающей среде.

Эмоционально отзывается на красоту окружающего мира, произведения народного и профессионального искусства (музыку, танцы, театральную деятельность, изобразительную деятельность и т.д.).

Проявляет патриотические чувства, ощущает гордость за свою страну, ее достижения, имеет представление о ее географическом разнообразии, многонациональности, важнейших исторических событиях.

Имеет первичные представления о себе, семье, традиционных семейных ценностях, включая традиционные тендерные ориентации, проявляет уважение к своему и противоположному полу.

Соблюдает элементарные общепринятые нормы, имеет первичные ценностные представления о том, «что такое хорошо и что такое плохо», стремится поступать хорошо; проявляет уважение к старшим и заботу о младших.

Имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1 Образовательная область «Физическое развитие»

«Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых способах плавания, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)».

Основные цели и задачи.

- Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.
- Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

2.2. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Средняя группа (от 4 до 5 лет).

Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека. Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат). Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.

Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь».

Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы, значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»).

Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме. Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Старшая группа (от 5 до 6 лет).

Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»).

Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье. Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях. Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.

Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие. Знакомить детей с возможностями здорового человека. Формировать потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.

Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения. Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в зале бассейна.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет.)

Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим). Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем. Формировать представления об активном отдыхе.

Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур. Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Физическая культура (плавание)

| Основные навыки | Группы компенсирующей направленности | | |
|---------------------------|---|---|--|
| | Среднего дошкольного возраста | Старшего дошкольного возраста (5-6 лет) | Старшего дошкольного возраста (6-8 лет) |
| Продвижение в воде | <p>(36 занятия)</p> <p>Ходьба вперед и назад (спиной) помогая себе гребковыми движениями рук в воде глубиной по пояс. Попеременно ударные движения ног в положении на груди и спине. Бег с падением на воду. Бег с высоким подниманием колен.</p> | <p>(36 занятия)</p> <p>Ходьба вперед и назад (спиной) помогая себе движениями рук в воде глубиной по грудь.</p> <p>Попеременно ударные движения ног в положении на груди и спине в воде глубиной по грудь.</p> <p>Ознакомление со способами плавания, для которых характерны попеременные гребковые движения руками на груди и спине.</p> <p>Произвольное плавание.</p> | <p>(36 занятия)</p> <p>Ходьба вперед и назад (спиной) с движениями рук кроль. Ходьба с движениями рук брасс. Движения ног в положении лежа на груди и на спине с плавательными средствами и без них.</p> <p>Плавание (попеременно-ударным) способом на груди и на спине (с координацией движений).</p> <p>Проплывание произвольным стилем 10 – 15 м.</p> |

| | | | |
|-------------------------------|---|---|---|
| Прыжки | Прыжки в воде по пояс | Прыжки в воде по грудь. | Прыжки в воде по грудь. Прыжки с мостика ногами вперед в воду (глубиной до шеи). |
| Ныряние | Приседая, погружаться в воду до подбородка, до глаз. Опускать в воду лицо. Полное погружение в воду с головой. Подныривание под предмет. Поднятие, при нырянии, предметов со дна (глубина по пояс). Принятие без опорного положения в воде. | Открывание глаз под водой. Ныряние в глубокую воду | Открывание глаз в воде. Ныряние в глубокую воду. Ориентирование в воде. |
| Контролируемое дыхание | Выдох в воду, медленный быстрый. | Энергичный выдох в воду. Регулярный вдох над водой, выдох в воду (3-5 раз подряд) Регулярный выдох в сочетании с движениями ног и рук. | Вдох над водой и выдох в воду (цикл из 10 серий). Правильное дыхание при нырянии, скольжении. Согласование дыхания с движениями рук и ног, при попеременно-ударном способе плавания в положении на спине и груди. |

| | | | |
|-------------------|--|---|--|
| Скольжение | Лежание на воде на груди и спине самостоятельно и с помощью, с плавательных средств. Ознакомление со скольжением. | Скольжение на спине и груди, отталкиваясь от стенки бассейна с плавательными средствами и самостоятельно. | Улучшение качества скольжения в положении на груди и на спине, с помощью плавательных средств и самостоятельно |
|-------------------|--|---|--|

2. 3 Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения программы

Диагностическое обследование проводится по методикам: Т.Казанцевой (хождение по дну бассейна на руках, лицо опущено в воду, плавание кролем на спине, лежание на воде на груди и на спине, погружение под воду с выдохом, скольжение на воде на груди и спине, скольжение по воде с движением ногами кролем), Г.Левина (ныряние), а так же контрольные упражнения, соответствующие программным требованиям (передвижение по воде, выдох в воду, плавание брассом под водой, спад в воду).

Педагогический анализ знаний и умений детей (диагностика) проводится 2 раза в год: первоначальная - сентябрь, итоговая – май.

Уровень качества усвоения навыков определяется следующим образом:

Высокий - 3 балла - ребенок выполняет задание уверенно, самостоятельно, технически правильно

Средний - 2 балла - ребенок выполняет задание самостоятельно, или с небольшой помощью инструктора, неуверенно, с некоторыми погрешностями.

Низкий – 1 балл - ребенок выполняет упражнения только с помощью инструктора, не соблюдает порядок выполнения действия или не может выполнить его совсем.

Методика обследования

Дети среднего дошкольного возраста (4-5 лет)

Погружение с выдохом в воду.

| Уровни | Длительность выдоха | | Количество вдохов и | |
|---------|---------------------|---------|---------------------|--------|
| | мальчики | Девочки | Мальчики | Девочк |
| Высоки | 3,1 сек | 3,0 сек | 4 раза | 3 раза |
| Средний | 2,1 сек | 2,0 сек | 3 раза | 2 раза |
| Низкий | 1,1 сек | 1,0 сек | 2 раза | 1 раз |

Методика: И.П.: стоя в воде, руки на поясе. Сделать вдох, присесть, полностью погружаясь в воду, выдохнуть. Секундомером фиксируется длительность первого по счету выдоха с момента появления пузырьков в воде до окончания выдоха - исчезновения пузырьков. Также отмечается количество выдохов.

Высокий уровень - активное пускание пузырей.

Средний уровень - редкие воздушные пузыри

Низкий уровень - нет воздушных пузырей.

Лежание на груди

| Уровни | Мальчики | Девочки |
|---------|------------------------|------------------------|
| Высокий | 5,0 сек самостоятельно | 4,5 сек самостоятельно |
| Средний | 4,0 сек с опорой | 3,5 сек с опорой |
| Низкий | 1,3 сек с опорой | 1,3 сек с опорой |

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

Высокий уровень – подбородок прижат к груди; горизонтальное положение тела; руки и ноги вытянуты.

Средний уровень – подбородок лежит на поверхности воды; тело прогибается в позвоночнике; руки согнуты в локтях, ноги в коленях.

Низкий - уровень плечи над поверхностью воды, ноги касаются дна.

Скольжение на груди с опорой

| Уровни | Мальчики | Девочки |
|---------|------------|------------|
| Высокий | 3,50 метра | 3,00 метра |
| Средний | 3,00 метра | 2,50 метра |
| Низкий | 2,00 метра | 1,50 метра |

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

выполняется до полной остановки. Измеряется расстояние от места толчка до кончиков пальцев рук в момент остановки скольжения.

Высокий уровень - сильный толчок от опоры; голова опущена в воду.

Средний уровень - подбородок лежит на поверхности воды.

Низкий уровень - плечи находятся над поверхности воды.

Протокол результатов педагогического мониторинга плавательных умений и навыков детей среднего дошкольного возраста

| № п/п | И.Ф. | Погружение с выдохом в воду | | | | Лежать на воде (сек.) | | | | Скольжение с опорой (м.) | | | | Итого | |
|-------|------|-----------------------------|----|--------|----|-----------------------|----|----------|----|--------------------------|---|----------|---|-------|---|
| | | Уровень | | Кол-во | | на груди | | на спине | | на груди | | на спине | | | |
| | | нг | кг | Нг | кг | Нг | кг | нг | кг | нг | к | н | к | н | к |
| | | | | | | | | | | | | | | | |

Качественная характеристика уровней развития плавательных навыков и умений детей среднего дошкольного возраста

Высокий уровень (от 18 до 21 балла) - ребенок полностью погружается, делает несколько полных выдохов подряд, активное пускание пузырей. Лежание на груди выполняется самостоятельно с горизонтальным положением тела. При скольжении на груди учитывается горизонтальное положение тела, лицо опущено в воду, сильный толчок от опоры в горизонтальном положении.

Средний уровень (от 13 до 17 баллов) – ребенок погружается не полностью, выдох не продолжителен. Редкие воздушные пузыри. Лежание на груди - подбородок лежит на поверхности воды; тело прогибается в позвоночнике; руки согнуты в локтях, ноги в коленях. Скольжение подбородок лежит на поверхности воды.

Низкий уровень (от 12 баллов и ниже)- ребенок не погружается, нет воздушных пузырей. При лежании на груди – плечи над поверхностью воды, ноги касаются дна. При скольжении плечи находятся над поверхностью воды.

Погружение с выдохом в воду

| Уровни | Длительность выдоха | | Количество вдохов и | |
|---------|---------------------|---------|---------------------|--------|
| | Мальчики | Девочки | Мальчики | Девоч |
| Высокий | 5,0 сек | 4,5 сек | 6 раз | 5 раз |
| Средний | 4,0 сек | 3,5 сек | 5 раз | 4 раза |
| Низкий | 2,0 сек | 2,0 сек | 4 раза | 3 раза |

Методика: И.П.: стоя в воде, руки на поясе. Сделать вдох, присесть, полностью погружаясь в воду, выдохнуть. Секундомером фиксируется длительность первого по счету выдоха с момента появления пузырьков в воде до окончания выдоха - исчезновения пузырьков. Также отмечается количество выдохов.

Высокий уровень - активное пускание пузырей.

Средний уровень - редкие воздушные пузыри

Низкий уровень- нет воздушных пузырей.

Лежание на груди и на спине

| Уровни | Мальчики | Девочки |
|---------|----------|---------|
| Высокий | 7,0 сек | 6,5 сек |
| Средний | 6,0 сек | 5,5 сек |
| Низкий | 3,0 сек | 3,0 сек |

Методика: И.п. стоя, ноги врозь, руки в стороны - вверх. Сделать вдох, задержать дыхание, лечь на грудь, лицо опустить в воду. Регистрация времени начинается в момент принятия ребенком горизонтального положения и прекращается в момент опускания ног. Аналогично проводится оценка умения лежать на спине. При этом затылок должен находиться на воде.

Высокий уровень – подбородок прижат к груди; горизонтальное положение тела; руки и ноги вытянуты, свободно лежит на груди и на спине.

Средний уровень - подбородок лежит на поверхности воды; тело прогибается в позвоночнике; руки согнуты в локтях, ноги в коленях.

Низкий уровень - плечи над поверхностью воды, ноги касаются дна.

Скольжение на груди и на спине

| Уровни | Мальчики | Девочки |
|---------|-----------|-----------|
| Высокий | 4,0 метра | 3,8 метра |
| Средний | 3,2 метра | 3.2 метра |
| Низкий | 2.0 метра | 2,0 метра |

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

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

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

Оценка:

Высокий - сильный толчок от опоры; голова опущена в воду.

Средний - подбородок лежит на поверхности воды.

Низкий - плечи находятся над поверхности воды.

Скольжение на груди и на спине с движениями ног

| Уровни | Мальчики | Девочки |
|---------------|-----------------|----------------|
| Высокий | 4,5 метра | 4,0 метра |
| Средний | 4,0 метра | 3,5 метра |
| Низкий | 3,5 метра | 3,0 метра |

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

Высокий уровень - колени не появляются на поверхности воды, стопы вспенивают воду (на спине). На поверхности воды появляются пятки, вспенивая воду (на груди)

Средний уровень - на поверхности воды появляются колени, при движении ногами образуются брызги (на спине). На поверхности воды появляется голень при движении ногами образуются брызги (на груди)

Низкий уровень - на поверхности воды появляется бедро, при движении ногами образуются сильные брызги.

Скольжение на груди и на спине с помощью движений ног и рук с выдохом в воду

| Уровни | Мальчики | Девочки |
|---------------|-----------------|----------------|
| Высокий | 6,0 метров | 5,5 метров |
| Средний | 5,0 метров | 4,5 метров |
| Низкий | 3,5 метра | 3.0 метра |

Методика: И.П. стоя спиной (лицом) к борту бассейна, руки вытянуты вверх. Сделать вдох, присесть, оттолкнуться двумя ногами и начать скольжение на груди (спине), одновременно выполняя движения руками и

ногами в стиле кроль. Дыхание произвольное. Расстояние измеряется от места отталкивание до места остановки.

Высокий уровень – гребок выполняется под животом до бедра. Выдох выполняется в воду (на груди). Вытянув руки за головой, выполнять гребки руками непрерывно в среднем темпе (на спине)

Средний уровень – гребок выполняется согнутой рукой в локте, выдох неполный

Низкий уровень – гребковые движения руками прерывистые, выдох не выполняется.

**Протокол результатов педагогического обследования
плавательных умений и навыков
детей старшего дошкольного возраста (5-6 лет)**

| № п/п | Ф. И. | Погружение с выдохом в воду | | | | Скольжени е | | | | Скольжени е с работой ног | | | | Плавание способом «кроль» | | | | Итого | |
|----------|----------|-----------------------------------|---|------------|---|-----------------|---|-----------------|---|---------------------------------|---|-----------------|---|---------------------------------|---|-----------------|---|-------|---|
| | | уровен ь | | кол- во | | на груд и | | на спин е | | на груд и | | на спин е | | на груд и | | на спин е | | | |
| | | н | к | н | к | н | к | н | К | н | К | н | к | н | К | н | к | н | К |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

**Качественная характеристика уровней развития плавательных
навыков и умений**

детей старшего дошкольного возраста (5-6 лет)

Высокий уровень (от 26 до 30 баллов): ребенок полностью погружается, делает несколько длительных выдохов. Во время лежания на груди и спине, подбородок прижат к груди, горизонтальное положение тела; руки и ноги свободно вытянуты, свободно лежит на груди. При скольжении сильный толчок от опоры; голова опущена в воду. Скольжение с движениями ног колени не появляются на поверхности воды, стопы вспенивают воду (на спине). На поверхности воды появляются пятки, вспенивая воду (на груди). Скольжение с работой рук, ног и выдохом в воду – Гребок выполняется под животом до бедра. Выдох выполняется в воду (на груди). Вытянув руки за головой, выполнять гребки руками непрерывно в среднем темпе.

Средний уровень (от 20 до 25 баллов): ребенок погружается не полностью, редкие воздушные пузыри. Лежание - подбородок лежит на поверхности воды; тело прогибается в позвоночнике; руки согнуты в

локтях, ноги в коленях. Скольжение - подбородок лежит на поверхности воды.

Скольжение на груди и на спине с движениями ног - на поверхности воды появляются колени, при движении ногами образуются брызги (на спине). На поверхности воды появляется голень, при движении ногами образуются брызги (на груди) Скольжение с помощью движений ног рук и выдохом в воду, гребок выполняется согнутой рукой в локте, выдох неполный.

Низкий уровень (от 19 баллов и ниже): ребенок не погружается, нет воздушных пузырей.

Лежание на груди и спине - плечи над поверхностью воды, ноги касаются дна. Скольжение на груди и спине - Плечи находятся над поверхностью воды.

Скольжение на груди и спине с движениями ног - на поверхности воды появляется бедро, при движении ногами образуются сильные брызги. Скольжение на груди и на спине с помощью движений ног и рук с выдохом в воду - гребковые движения руками прерывистые, выдох не выполняется.

Дети старшего дошкольного возраста (6-8 лет)

Погружение с выдохом в воду

| Уровни | Длительность выдоха | | Количество вдохов и | |
|---------|---------------------|---------|---------------------|---------|
| | мальчики | Девочки | Мальчики | Девочки |
| Высокий | 5,0 сек | 4,5 сек | 8 раз | 7 раз |
| Средний | 4,0 сек | 3,5 сек | 7 раз | 6 раз |
| Низкий | 2,0 сек | 2,0 сек | 5 раз | 4 раза |

Методика: И.П.: стоя в воде, руки на поясе. Сделать вдох, присесть, полностью погружаясь в воду, выдохнуть. Секундомером фиксируется длительность первого по счету выдоха с момента появления пузырьков в воде до окончания выдоха - исчезновения пузырьков. Также отмечается количество вдохов.

Высокий уровень - активное пускание пузырей.

Средний уровень - редкие воздушные пузыри

Низкий уровень- нет воздушных пузырей.

Скольжение на груди и на спине

| Уровни | Мальчики | Девочки |
|--------|----------|---------|
|--------|----------|---------|

| | | |
|---------|-----------|-----------|
| Высокий | 4,6 метра | 4,3 метра |
| Средний | 3,4 метра | 3,0 метра |
| Низкий | 3,0 метра | 2,5 метра |

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

И.п. при скольжении на спине: стоя лицом к борту, руки вытянуты вверх, голова затылком касается рук. Сделать вдох, присесть, оттолкнуться обеими ногами от борта. Оба вида скольжения выполняются до полной остановки скольжения. Измеряется расстояние от места толчка до кончиков пальцев рук в момент остановки скольжения.

Высокий уровень - сильный толчок от опоры; голова опущена в воду.

Средний уровень - подбородок лежит на поверхности воды.

Низкий уровень - плечи находятся над поверхностью воды.

Скольжение на груди и на спине с движениями ног

| Уровни | Мальчики | Девочки |
|---------|------------|-------------|
| Высокий | 6,0 метров | 5,50 метров |
| Средний | 5,0 метров | 4,50 метра |
| Низкий | 4,0 метра | 4,20 метра |

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

Высокий уровень - колени не появляются на поверхности воды, стопы вспенивают воду (на спине). На поверхности воды появляются пятки, вспенивая воду (на груди).

Средний уровень - на поверхности воды появляются колени, при движении ногами образуются брызги (на спине). На поверхности воды появляется голень при движении ногами образуются брызги (на груди).

Низкий уровень - на поверхности воды появляется бедро, при движении ногами образуются сильные брызги.

Плавание способом «Кроль» на груди и на спине

| Уровень | Мальчики | Девочки |
|---------|------------|------------|
| Высокий | 7,5 метров | 7,0 метров |
| Средний | 6,5 метров | 6,0 метров |

| | | |
|--------|------------|------------|
| Низкий | 5,5 метров | 5,0 метров |
|--------|------------|------------|

Методика: И.п.: стоя спиной (лицом) к борту бассейна, руки вытянуты вверх. Сделать вдох, присесть, оттолкнуться двумя ногами. Проплыть способом «кроль» на груди (спине) без остановок. Расстояние измеряется от места отталкивания до места остановки.

Высокий уровень - попеременная работа рук, непрерывные движения ногами, вдох выполняется в конце гребка с поворотом головы в сторону.

Средний уровень - на каждый цикл работы обеих рук ноги не делают 4х движений снизу вверх. Дыхание сбивается.

Низкий уровень - на каждый цикл работы обеих рук ноги не делают движений снизу вверх, дыхание не сочетается с работой рук.

Протокол результатов педагогического мониторинга плавательных умений и навыков детей старшего дошкольного возраста (6-8 лет)

| № п/п | Ф. И. | Погружение с выдохом в воду | | | | Скольжение | | | | Скольжение с работой ног | | | | Плавание способом «кроль» | | | | Итого | |
|-------|-------|-----------------------------|---|--------|---|------------|---|----------|---|--------------------------|---|----------|---|---------------------------|---|----------|---|-------|---|
| | | уровень | | кол-во | | на груди | | на спине | | на груди | | на спине | | на груди | | на спине | | | |
| | | н | к | н | к | н | к | н | к | н | к | н | к | н | к | н | к | н | к |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

Качественная характеристика уровней развития плавательных навыков и умений детей старшего дошкольного возраста (6-8 лет)

Высокий уровень (от 24 до 27 баллов): ребенок правильно выполняет несколько длительных вдохов и выдохов в воду. Активное пускание пузырей. Скольжение на груди и на спине: сильный толчок от опоры, голова опущена в воду. Скольжение на груди и на спине с движением ног - колени не появляются на поверхности воды, стопы вспенивают воду (на спине). На поверхности воды появляются пятки, вспенивая воду (на груди). Плавание способом «Кроль» на груди и спине - попеременная работа рук,

непрерывные движения ногами, вдох выполняется в конце гребка с поворотом головы в сторону.

Средний уровень (от 17 до 23 баллов): ребенок делает несколько неполных вдохов и выдохов в воду: Редкие воздушные пузыри. Скольжение на груди и на спине - подбородок лежит на поверхности воды. Скольжение на груди и на спине с движениями ног - на поверхности воды появляются колени, при движении ногами образуются брызги (на спине). На поверхности воды появляется голень, при движении ногами образуются брызги (на груди). Плавание способом «Кроль» на груди и на спине - на каждый цикл работы обеих рук, ноги не делают 4х движений снизу вверх. Дыхание сбивается.

Низкий уровень (от 16 баллов и ниже): ребенок делает слабые, непродолжительные вдохи и выдохи в воду. Нет воздушных пузырей.

Скольжение на груди и на спине - плечи находятся над поверхностью воды.

Скольжение на груди и на спине - на поверхности воды появляется бедро, при движении ногами образуются сильные брызги. Плавание способом «Кроль» на груди и на спине: Д – 5м. М – 5,5м. на каждый цикл работы обеих рук, ноги не делают движений снизу вверх, дыхание не сочетается с работой рук.

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1 Режим дня

Правильный режим дня - это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.

При осуществлении режимных моментов необходимо учитывать также индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, вкусовые предпочтения, темп деятельности и т.д.). Чем ближе к индивидуальным особенностям ребенка режим детского сада, тем комфортнее он себя чувствует, тем лучше его настроение и выше активность. Рациональный режим дня определяет последовательность индивидуальной и коллективной деятельности детей, дает возможность выявить особенности и удовлетворить образовательные потребности каждого ребенка, осуществить индивидуальный подход к нему. Режим детей разных возрастных групп отличается друг от друга соотношением сна и бодрствования, и наряду с этим насыщенностью отрезков бодрствования

определенными видами деятельности и особенностями проведения режимных моментов. В режиме дня нашего дошкольного учреждения предусмотрено 5-разовое питание, прогулка проводится два – три раза в день в зависимости от погодных условий, времени года.

– Режим прогулки составлен в соответствии с Постановлением Государственного санитарного врача Российской Федерации от 15.05.2-13 №26 «Об утверждении СанПин 2.4.1.3049-13 “Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций”»; «Программой воспитания и обучения в детском саду» под редакцией М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой.

Режим дня в холодный период года

Режим дня в осенне-зимний период при 12 часовом пребывании детей в МБДОУ № 23 (с 7.00-19.00)

| Режимные моменты | Возрастные группы компенсирующей направленности | | |
|---|---|----------------------------------|-----------------------------------|
| | Средний возраст пятый год жизни | Старший возраст шестой год жизни | Старший возраст седьмой год жизни |
| Приём детей на улице, осмотр, самостоятельная деятельность детей, подвижные игры. Возвращение с прогулки. | 7.00 – 7.50 | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.10 |
| Игры, дежурство, индивидуальная групповая работа с детьми | 7.50-8.00 | 8.00-8.10 | 8.10-8.20 |
| Утренняя гимнастика | 8.00 | 8.10 | 8.20 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.20 – 8.50 | 8.25 – 8.45 | 8.30 – 8.50 |
| Самостоятельная деятельность детей, игры | 8.50-9.00 | 8.45-9.00 | 8.50-9.00 |
| Непосредственно образовательная деятельность с детьми | В соответствии с расписанием непосредственно образовательной деятельности. Перерывы между периодами непрерывной | | |

| | | | |
|---|---|--------------|--------------|
| | образовательной деятельности - не менее 10 минут | | |
| | 9.00 – 9.50 | 9.00 – 10.35 | 9.00 – 10.50 |
| Самостоятельная деятельность детей, игры | 9.50-10.00 | - | - |
| Второй завтрак | 10.00 | 10.00 | 10.00 |
| Подготовка к прогулке | 10.10– 10.20 | 10.35-10.40 | 10.50-10.55 |
| Прогулка. Игры, наблюдения, труд. Возвращение с прогулки | 10.20-12. 20 | 10.40-12.40 | 10.55-12.45 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.20-12.50 | 12.40-13.10 | 12.45-13.15 |
| Самостоятельная деятельность детей, спокойные игры, подготовка ко сну | 12.50-13.00 | - | - |
| Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов – дневной сон | 13.00-15.00 | 13.10-15.00 | 13.15-15.00 |
| Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов – Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, гимнастика после сна | Воздушные, водные процедуры, гимнастика после сна | | |
| | 15.00-15.25 | 15.00-15.30 | 15.00-15.30 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.25-15.40 | 15.30-15.40 | 15.30-15.40 |
| Игры и труд. Совместная, индивидуальная, самостоятельная | 15.40-16.15 | 15.40-16.10 | 15.40-16.15 |

| | | | |
|---|---|---------------------|---------------------|
| деятельность детей в кружках, студиях | | | |
| Непосредственно образовательная деятельность с детьми | В соответствии с расписанием непосредственно образовательной деятельности | | |
| | | 16.10-16.30 | 16.15-16.45 |
| Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов: чтение художественной литературы, труд, здоровье, сюжетно-ролевые игры, театрализация. | 16.15-17.00 | 16.30-17.10 | 16.45-17.10 |
| Подготовка к ужину. Ужин | 17.00-17.20 | 17.10-17.25 | 17.10-17.25 |
| Самостоятельная деятельность детей. Подготовка к прогулке. | 17.20-17.30 | - | - |
| Прогулка. Игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность. Уход детей домой. | 17.30-19.00 | 17.25-19.00 | 17.25-19.00 |
| Уход домой, прогулка. | 19.00-19.30 | 19.00-19.30 | 19.00-19.30 |
| Длительность в часах (минутах), % | | | |
| Дневной сон (2-2,5 часа) | 2ч.00мин 16,6% | 2ч.00мин 16,6% | 2 ч.00мин 16,6% |
| Прогулка (4-4,5 часа) | 4ч.50мин 40,3,5% | 4ч.30мин 38,2% | 4ч.30мин 38,2% |
| Самостоятельная деятельность детей (3-4 часа) | 1ч.45мин 14,6% | 3 ч.30 мин 29,1% | 3 ч.30 мин 29,1% |

| | | | |
|--|------------------|------------------|------------------|
| Непосредственно образовательная деятельность | 5,5% | 9,7% | 12,5% |
| Образовательная деятельность | 79,2% | 83,4% | 83,4% |
| Всего | 12 часов 100% | 12 часов 100% | 12 часов 100% |



- гибкий режим,



- строго регламентированное время

3.2 Учебный план

Учебный план разработан на основе программы Т.И. Осокиной «Обучение плаванию в детском саду», требований СанПиН 2.4.1. 1249-03 (п. 2.12. Требования к организации режима дня и учебных занятий), инструктивно-методического письма МО РФ от 04.03.2000, №65\23-16 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения».

Учебный план ориентирован на дифференциацию обучения, на развитие воспитанников и на подготовку их к школе, на сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей в соответствии с их физиологическими возможностями.

Программа предполагает проведение одно занятие в неделю, в первую или вторую половину дня.

Группы детей общеразвивающей направленности

| Группы детей общеразвивающей направленности | Количество занятий в неделю | Общее количество занятий | Длительность непосредственно образовательной деятельности по |
|---|-----------------------------|--------------------------|--|
| Среднего дошкольного возраста | 1 | 36 | 20 минут |
| Старшего дошкольного возраста (5- | 1 | 36 | 25 минут |
| Старшего дошкольного возраста (6- | 1 | 36 | 30 минут |
| | | | |

3.3. Характеристика особенностей организации образовательного процесса

Педагогическая система МБДОУ г. Ставрополя ДС № 23» включает в себя коррекционно-образовательную работу, которая представляет собой комплекс психолого-педагогических мероприятий, направленных на всестороннее развитие физических и психических возможностей детей. Содержание образовательного процесса строится на единстве образовательной, воспитательной и коррекционной работы. Обучение обеспечивает: развивающее взаимодействие взрослого и ребенка; ненасильственное взаимодействие взрослых и детей, обуславливающее произвольность и свободу деятельности ребенка, что выражается в предоставлении ему возможности самостоятельного выбора содержания и способов осуществления деятельности, материала, партнера, индивидуального темпа и ритма работы.

Учитывая специфику образовательных областей, воспитатель самостоятельно выбирает формы образовательной деятельности.

Образовательная система МБДОУ строится на основе личностно-ориентированного отношения к ребенку, обеспечивает создание основного фундамента развития ребенка – формирование базовой культуры личности.

Коррекционно-образовательный процесс осуществляется в соответствии с основными принципами.

Принцип занимательности – обучение детей происходит в игровой форме, в различных видах деятельности. Познание воспринимается детьми как игра, если в нём много загадочного, интересного, парадоксального. Игровое обучение способствует вовлечению детей в целенаправленную деятельность, формированию у них желания выполнять предъявляемые требования и стремления к достижению конечного результата.

Принцип новизны – новизна содержания позволяет опираться на непроизвольное внимание, вызывая интерес к работе, за счёт постановки последовательной системы задач, максимально активизируя познавательную сферу дошкольника.

Принцип динамичности – постановка таких целей по коррекции, обучению и развитию ребенка, которые бы постоянно углублялись и расширялись, т.к. необоснованное дублирование содержания и задач занятий – одна из причин снижения внимания и интереса детей к обучению,

Принцип комплексности – решение любой педагогической, развивающей и коррекционной задачи планируется с учётом взаимодействия всех факторов: состояния здоровья, оказывающего влияние на работоспособность, сложности задания, времени проведения занятий, формы проведения и интенсивности работ.

Принцип полезности – приобретение практической пользы в виде формирования у детей способов адаптации к реальным условиям жизни.

Ребёнок получает возможность познавать мир через те виды деятельности, которые для него более привлекательны. Задача воспитателя – помочь ребёнку совершенствоваться в выбранных им видах деятельности.

Принцип сотрудничества – создание в ходе занятий атмосферы доброжелательности, эмоциональной раскрепощённости между педагогами и детьми.

3.4 Взаимосвязь воспитателя по плаванию с профильными специалистами

Выполнение поставленных задач МБДОУ не возможно без тесной взаимосвязи квалифицированных медицинских и педагогических работников, главными ориентирами, в работе которых являются индивидуальный подход к каждому ребёнку, своевременность и доступность помощи, ежедневное комплексное воздействие. В целях укрепления здоровья детей разработана система физкультурно - оздоровительных и закаливающих мероприятий. Все педагоги и профильные специалисты осуществляют дозированную учебную нагрузку с учетом состояния здоровья каждого ребенка; в занятия включаются физминутки, упражнения для профилактики нарушения осанки, дыхательные упражнения. Ежедневная педагогическая деятельность сочетается с оздоровительной работой. Проведение занятий с небольшими группами детей обеспечивает наибольшую познавательную и двигательную активность каждого воспитанника, помогает установить обратную связь и учесть динамику их развития, знания и умения, полученные детьми на занятиях, закрепляются воспитателями в процессе индивидуальной работы.

Музыкальный руководитель

- использование корригирующих упражнений для общей моторики координации с музыкой;
- развитие чувства ритма у детей

Воспитатель по плаванию и воспитатель по ФИЗО

1. Освоение водной среды;
2. Укрепление функциональных систем организма:
 - сердечно-сосудистой;
 - дыхательной;
3. Использование упражнений на формирование мышечного корсета;
4. Формирование согласованного движения рук и ног;
5. Развитие чувства ритма;
6. Использование движений с большой амплитудой (на основе чередования мышечного напряжения и расслабления).

Воспитатели

- коррекция мелкой и общей моторики;
- использование релаксационных и дыхательных упражнений;
- проведение праздников, развлечений, досугов

Психолог

- коррекция психических процессов;
- коррекция эмоционально-волевой сферы;

3.5 Формы и методы работы с детьми

Наиболее управляемым фактором внешней среды является физическая нагрузка, влияние которой в пределах оптимальных величин может оказывать целенаправленное воздействие на оздоровление и функциональное совершенствование организма ребенка. Но при этом важно давать детям физические нагрузки, адекватные их возрасту и уровню готовности организма.

Рациональная методика обучения плаванию базируется на общих педагогических принципах:

принцип сознательности и активности – предполагает устойчивый интерес и активное участие в занятиях плаванием;

принцип наглядности – предполагает использование наглядных пособий, ориентиров, образных выражений, заданий предметного характера, которые создают условия более четкого ощущения, воспитания, представления движений в воде и их совершенствование;

принцип доступности – предполагает постепенное возрастание требований, соответствующих психологической, физической, координационной готовности к обучению;

принцип индивидуального подхода – обеспечивает учет индивидуальных способностей и возможностей ребенка в процессе обучения;

принцип постепенности в повышении требований – предполагает определенную методическую последовательность в освоении навыка плавания – от легкого к трудному, от простого к сложному; применение

широкого круга упражнений, движений и использование игрового метода для разнообразия процесса обучения.

Основной принцип обучения детей – учить плавать технически правильно, для того чтобы заложить прочную основу для дальнейших занятий, то есть учить детей техничным, экономичным и целесообразным движениям, а значит наиболее полезным для здоровья. Способы спортивного плавания лучше всего подходят для этого. Обучение начинают с кроля на груди и на спине.

Любая двигательная деятельность только тогда обретает характер внутренней жизненно необходимой потребности, когда она становится «сознательной и произвольной», и параллельно с развитием моторики, обогащением двигательного опыта ребенка особое внимание обращается на различные стороны развития личности (компетентность, эмоциональность, креативность, инициативность и самостоятельность).

Построение образовательного процесса основывается на адекватных возрасту формах работы с детьми. Выбор форм работы осуществляется педагогом самостоятельно и зависит от контингента воспитанников, оснащенности дошкольного учреждения, культурных и региональных особенностей, специфики дошкольного учреждения, от опыта и творческого подхода педагога.

Ведущей формой организованной двигательной деятельности является непосредственно образовательная деятельность по физической культуре (плавание); при этом больше внимания, чем ранее, следует уделять разучиванию элементов техники движений, отработке легкости и точности их выполнения. На каждом НОД необходимо четко ставить перед детьми задачу, дать возможность осмыслить (продумать) ее и объяснить ход и способы выполнения задания. В процессе обучения используются объяснение, показ новых сложных упражнений и отдельных элементов. Во второй половине года в упражнения и игры целесообразно включать элементы соревнования (это стимулирует проявление двигательных способностей, способствует совершенствованию умений и навыков), тщательно продумывая физическую и эмоциональную нагрузку с учетом подготовленности детей. Большое значение в обучении движениям имеют четкий анализ и оценка деятельности детей, особенно по ходу выполнения упражнений. К оценке целесообразно привлекать и самих детей.

3.6 Предметно – развивающая среда

Важную роль в решении задач по физическому развитию играет физкультурное оборудование: инвентарь, пособия, игрушки. Физкультурное оборудование подобранно согласно требованию СанПиНа, а так же на основе медико - педагогических исследований. Физкультурное

оборудование способствует развитию основных движений и качеств. Физкультурное оборудование подобранно на основе возрастных особенностей, физической подготовленности. Физкультурный инвентарь позволяет расширить круг упражнений, формирующих и совершенствующих двигательные навыки.

В бассейне МБДОУ имеется следующее оборудование:

- корзины или сетки для мечей, игрушек;
- плавательные доски;
- надувные манжеты и нарукавники;
- плавающие надувные и резиновые игрушки,;
- тонущие игрушки, предметы (рыбки, водоросли, кольца и т. д.);
- наглядные пособия, карточки – схемы;
- мячи различного диаметра;
- аквапалки

IV. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду/ Э.Й.Адашкявичене.– М.: Просвещение, 1992.
2. Буцинская П.П., Васюкова В.И., Лескова Г.П. Общеразвивающие упражнения в детском саду. М.: Просвещение.1990
3. Воронова Е.К. Программа обучения детей плаванию в детском саду.- СПб.; «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010.
4. Глазырина Л.Д.Физическая культура дошкольникам. М.: Валдос.1999.Кенеман, А.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста/.
5. Кенеман А.В., Д.В.Хухлаева.- М.: Просвещение, 1985
6. Кандидова В.И. Развивающее обучение на занятиях по плаванию в детском саду. М.: Валдос.2000.
7. Овсянкина В.А., Глазырина Л.Д. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста.- М.: Валдос, 2001.
8. Осокина Т.И., Тимофеева Т.А., Богина Т.Л. Обучение плаванию в детском саду. М.: Просвещение.19 91.
9. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду/ Т.И.Осокина.- М.: Просвещение, 1986.
- 10.Протченко Т.А., Семенов Ю.А. Обучение плаванию дошкольников. М.: Айрис Пресс. 2003
- 11.Подольская Е.И. Формы оздоровления детей 4-7 лет. Волгоград : Учитель. 2009.
1. 11. Яблонская, Циклис С.А. Физкультура и плавание в детском саду. М.: ТЦ Сфера.200

