Колосова Светлана Александровна

Подписан: Колосова Светлана Александровна
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Местоположение: место подписания
Дата: 2023.12.18 15:28:00+04'00'

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
Центр развития ребенка – «Детский сад № 44 «Веселые нотки» (корпус 3)

ПРИНЯТА
на заседании
Педагогического совета
протокол № 3 от 28.08.2023

УТВЕРЖДЕНА
приказом заведующего
от 15.08.2023 № 500 п.1
_____С.А. Колосова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

инструктора по физической культуре (плавание)

Копыриной Елены Валентиновны

г. Северодвинск

2023 г.

СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Наименование	Страница
I.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	
1.1.	Пояснительная записка	1
1.1.1.	Нормативно-правовые документы	1
1.1.2.	Сроки реализации программы	4
1.1.3.	Цели, задачи	4
1.1.4.	Принципы и методы построения программы	4
1.1.5.	Психолого-педагогическая характеристика особенностей психофизиологического развития детей	5
1.1.6	Значимые для разработки и реализации программы характеристики особенностей развития детей с НОДА	8
1.1.7.	Педагогическое обследование дошкольников ДОО по освоению необходимыми навыками и умениями по образовательной деятельности «Плавание»	10
1.2.	Целевые ориентиры освоения воспитанниками образовательной программы (планируемые результаты)	13
II.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	
2.1.	Организация образовательной деятельности	16
2.2.	Особенности планирования образовательной нагрузки	17
2.3.	Учебный план	17
2.4.	Расписание образовательной деятельности	19
2.5.	Особенности организации педагогической деятельности с детьми с ОВЗ.	20
2.6.	Формы организации детских видов деятельности	22
2.7.	Циклограмма деятельности инструктора по физической культуре	23
2.8.	Информационно-методическое обеспечение реализации программы	24
III.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	
3.1	Спортивные мероприятия	26
3.2.	Поддержка детской инициативы и самостоятельности	26
3.3.	Система взаимодействия с семьями воспитанников	27
3.4.	Элементы предметно-пространственной среды, направленные на индивидуализацию и социализацию детей	29
3.5.	Взаимодействие с социальными партнёрами по реализации программы	31
3.6.	Интеграция с другими образовательными областями	33
	ПРИЛОЖЕНИЕ	
1.	Примерное перспективное планирование	
2.	Календарный план воспитательно - образовательной работы	
3.	План работы с одарёнными детьми	
4.	Взаимодействие с профильными специалистами	

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе АОП ДО МАДОУ № 44 «Веселые нотки» с учетом нормативных документов.

1.1.1 Нормативно-правовые документы

- Указы Президента Российской Федерации от 07.05.2018 № 204 "О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года", от 21.07.2020 № 474 "О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года", от 02.07.2021 № 400 "О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации", от 09.11.2022 № 809 "Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей";
- Закон об образовании - Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
- Приказ Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г. № 71847);
- Приказ Минпросвещения России от 1 декабря 2022 г. № 1048 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 июля 2020 г. № 373» (Зарегистрировано в Минюсте России 12 января 2023 г. № 71978);
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного стандарта дошкольного образования» (с изменениями и дополнениями);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 № 1022) «Об утверждении Федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 18.12.2020, регистрационный № 61573), действующим до 1 января 2027 года;
- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 - СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27.10.2020 № 32 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 11.11.2020, регистрационный № 60833), действующим до 1 января 2027 года;
- СанПиН 1.2.3685-21 - Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания", утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 29.01.2021, регистрационный № 62296), действующим до 1 марта 2027 года;
- План мероприятий по реализации в 2021-2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года
- Профессиональный стандарт «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)";
- Устав МАДОУ № 44 «Веселые нотки»;
- Положение о Рабочей программе педагога МАДОУ № 44 «Веселые нотки».

1.1.2. Срок реализации программы – 9 месяцев (сентябрь 2023 – май 2024)

1.1.3. Цель программы – создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком с НОДА дошкольного детства, всестороннее развитие и коррекция его психических и физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации), накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение навыками плавания), формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании в соответствии с возрастными, индивидуальными особенностями и состояния здоровья, открывающих возможности для его позитивной социализации, личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующих возрасту видов деятельности.

Программа направлена на решение следующих задач:

- охранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей с НОДА, осуществлять комплексный подход к их развитию и коррекции;
- обеспечивать равные возможности для полноценного развития каждого ребенка с НОДА в период дошкольного детства;
- создавать благоприятные условия для развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка, как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
- осуществлять объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- способствовать формированию общей культуры личности детей с НОДА, развитию инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формированию предпосылок к учебной деятельности;
- осуществлять коррекцию недостатков психофизического развития детей с НОДА;
- создавать развивающую образовательную среду, представляющую собой систему условий социализации и индивидуализации детей с НОДА.
- осуществлять психолого-педагогическую поддержку семьи и повышение компетентности родителей в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей с НОДА;
- обеспечивать преемственность целей, задач и содержания дошкольного общего и начального общего образования.
- повышать профессиональное мастерство педагогов в применении традиционных, инновационных, коррекционных технологий, направленных на обновление коррекционно-образовательного процесса с детьми с НОДА.

1.1.4. Принципы и методы к формированию Программы:

- полноценного проживания ребенком всех этапов детства (раннего и дошкольного возраста), обогащения детского развития;
- построения образовательной деятельности с учетом возрастных и индивидуальных особенностей каждого ребенка, его возможностей, интересов, потребностей. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра; непосредственно образовательная деятельность осуществляется на игровых занятиях.
- содействия и сотрудничества детей и взрослых, признания ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержки инициативы детей в различных видах деятельности; предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей в рамках непосредственно образовательной деятельности, при проведении режимных моментов и самостоятельной деятельности дошкольников.

- сотрудничества ДОО с семьей (включает установление доверительных партнерских отношений с родителями и близкими ребенка, учет интересов, потребностей и возможностей семьи, построение совместных действий по воспитанию, обучению, оздоровлению, развитию ребенка);

- приобщения детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства, позитивной социализации;

- комплексно-тематический принцип построения образовательного процесса.

Кроме принципов, выделяются методы физического развития и воспитания. Традиционно различаются три группы **методов**.

1. *Наглядные методы,* к которым относятся:

– имитация (подражание);

– демонстрация и показ способов выполнения физкультурных упражнений, которому следует привлекать самих воспитанников;

– использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, видеофильмы, презентации и т.д.);

– использование зрительных ориентиров, звуковых сигналов: первые побуждают детей к деятельности, помогают им уточнить представления о разучиваемом движении, овладеть наиболее трудными элементами техники, а также способствуют более эффективному развитию воссоздающего воображения; вторые применяются для освоения ритма и регулирования темпа движений, а также как сигнал для начала и окончания действия, чувства ритма и музыкальных способностей.

2. К *словесным методам* относятся название инструктором по физической культуре упражнений, описания, объяснения, комментирование хода их выполнения, указания, распоряжения, вопросы к детям, команды, беседы, рассказы, выразительное чтение стихотворений и многое другое.

3. К *практическим методам* можно отнести выполнение движений (совместно – распределенное, совместно – последовательное выполнение движений вместе с педагогом и самостоятельное выполнение), повторение упражнений с изменениями и без, а также проведение их в игровой форме, в виде подвижных игр и игровых упражнений, и соревновательной форме.

Наряду с методами значительное внимание отводится **средствам физического воспитания.** К средствам физического развития и оздоровления детей относятся:

– *Гигиенические факторы* (режим занятий, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и пр.), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм;

– *Естественные силы природы* (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм ребенка;

– *Физические упражнения,* которые обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений.

1.1.5. Психолого-педагогическая характеристика особенностей психофизиологического развития детей

Характеристика возрастных особенностей развития детей дошкольного возраста необходима для правильной организации образовательного процесса в условиях дошкольного образовательного учреждения.

Младший дошкольный возраст (от 2 до 3 лет)

- В 2-3 года дети активно овладевают разнообразными движениями, активно знакомятся с окружающим миром, осваивают новые способы действий, но еще не способны постоянно контролировать свои действия.
- Для этого возраста характерно наглядно-действенное и наглядно-образное мышление; дети

«мыслят руками» - непосредственно действуют.

- Объем легких ребенка этого возраста небольшой - часто делает вдох и выдох. Необходимо следить за правильным дыханием (через нос) во время ходьбы и подвижных игр.

Младший дошкольный возраст (от 3 до 4 лет)

- Четвёртый год жизни ребёнка характеризуется особенностью развития дыхательной системы и 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.
- Весо-ростовые показатели физического развития между девочками и мальчиками почти одинаковы: рост составляет 92 - 99 см, масса тела 14 - 16 кг.
- На четвёртом году жизни ребёнок владеет большим объёмом двигательных навыков, способен совершать достаточно сложные двигательные действия, соблюдая определённую последовательность.
- Детей характеризует большая осознанность восприятия показа движений и словесного пояснения, что положительно сказывается на качестве выполнения упражнения. Однако, отмечается ещё недостаточная слаженность в работе разнообразных мышечных групп (плечевого пояса, туловища, ног), не сформирована произвольность движений.
- В этот период высока потребность ребенка в движении. Ребенок начинает осваивать основные движения, обнаруживая при выполнении физических упражнений стремление к целеполаганию (быстро пробежать, дальше прыгнуть, точно воспроизвести движение и др.).

Средний дошкольный возраст (от 4 до 5 лет)

- Пятый год жизни ребёнка характеризуется дисбалансом в развитии дыхательного аппарата: при относительной мощности лёгких пока ещё узок просвет верхних воздухоносных путей (полости носа, гортани) и слабы дыхательные мышцы. Вместе с тем размах грудной клетки при вдохе и выдохе значительно шире, вследствие чего жизненная ёмкость лёгких у пятилетнего ребёнка значительно больше, чем у 3 - 4 летнего. Дыхательные пути сравнительно узки, что вызывает преобладание брюшного типа дыхания, при котором главной дыхательной мышцей является диафрагма. С четырёх лет у детей уже довольно хорошо развиты миндалины, и они легко гипертрофируются. В этом возрасте обычно учащаются ангины, и в миндалинах нередко формируется очаг хронической инфекции. Малыши страдают аденоидами, и дыхание их через нос затруднено.
- Интенсивно развивается кровеносная система. Сердечно - сосудистая система, при условии соблюдения адекватности нагрузок, сравнительно лучше приспособлена к потребностям растущего организма, чем дыхательная.
- В течение пятого года жизни происходит значительный сдвиг в развитии мускулатуры, в том числе - нервно-психической регуляции, возрастают сила и работоспособность мышц. Мелкие мышцы (пальцев, кистей, стоп) ещё недостаточно развиты в сравнении с крупной мускулатурой, из-за чего детям даются движения всей рукой, а не её мелкими мышечными группами. Кроме того, сила мышц-сгибателей больше силы мышц - разгибателей, что определяет особенности поз ребёнка - голова слегка наклонена вперёд, живот выпячен, ноги согнуты в коленных суставах.
- Быстро вырабатываются условные рефлексы, но закрепляются не сразу, поэтому навыки ребенка, вначале непрочны и легко разрушаются. Процессы возбуждения и торможения в коре головного мозга легко распространяются, поэтому внимание неустойчиво, ответные реакции носят эмоциональный характер и дети быстро утомляются. Дошкольникам свойственна большая отвлекаемость внимания, им обычно трудно сконцентрироваться на решении определённой задачи.

- Тем не менее, на пятом году жизни движения ребёнка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает всё более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятие, развивается целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движения, выделять их элементы. У них появляется интерес к результатам движения, потребность выполнять его в соответствии с образом. Всё это позволяет педагогу приступить к обучению техники основных движений, отработке их качества.
- Важным показателем развития внимания является то, что к пяти годам появляется действие по правилу - первый необходимый элемент произвольного внимания. Именно в этом возрасте дети начинают активно играть в подвижные игры и игры с правилами. В среднем дошкольном возрасте интенсивно развивается память.

Старший дошкольный возраст (от 5 до 6 лет).

- Шестой год жизни ребёнка характеризуется замедлением скорости роста тела. Тело растёт неравномерно - длина ног и верхней части тела растёт медленно, а скорость роста длины рук и диаметра тела увеличивается. Развитие опорно-двигательной системы ребёнка ещё незавершенно (скелет, суставно - связочный аппарат, мускулатура).
- Позвоночный столб ребёнка шестого года жизни чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, связок. При излишней массе тела, а также при неблагоприятных условиях, например при частом поднятии ребёнком тяжестей, нарушается осанка. У ребёнка преобладает тонус мышц - разгибателей, что не даёт возможности при длинном статическом положении долго удерживать спину прямой. Сердечно - сосудистая система ещё не достигает полного развития.
- Общее физическое развитие и динамика функциональной зрелости системы дыхания идёт неравномерно. У детей возрастает осознанность освоения более сложных основных движений. Это позволяет повысить требования к качеству их выполнения, больше внимания уделять развитию физических и морально - волевых качеств (быстрота, ловкость, выносливость, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений (умение приходить на помощь товарищу, сопереживать его успехам и неудачам, быть заботливым и внимательным друг).
- Более совершенной становится крупная моторика. Ребенок этого возраста способен к освоению сложных движений, наблюдаются различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков - более порывистые, у девочек — мягкие, уравновешенные), в общей конфигурации тела в зависимости от пола ребенка.
- Внимание детей становится более устойчивым и произвольным. Они могут заниматься не очень привлекательным, но нужным делом в течение 20—25 минут вместе со взрослым. Ребенок этого возраста уже способен действовать по правилу, которое задается взрослым. Объем памяти изменяется не существенно, улучшается ее устойчивость. При этом для запоминания дети уже могут использовать несложные приемы и средства.

Старший дошкольный возраст (от 6 до 7лет)

- Седьмой год жизни ребёнка характеризуется продолжением активного формирования осанки и свода стопы. Так как костная ткань богата органическими элементами, то скелет старших дошкольников всё ещё эластичен и подвержен деформации. Это может стать причиной травм не только конечностей, но и позвоночника. К семи годам у ребёнка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по - прежнему слабы мелкие мышцы. У детей ярко выражен грудной тип дыхания. Лёгочная ткань имеет большое количество лимфатических сосудов и респираторных бронхиол, поэтому для детей этого возраста характерны болезни, связанные с воспалительными процессами в лёгких.
- Резервные возможности сердечно - сосудистой и дыхательной системы у детей достаточно высоки. Динамика нервной системы облегчает освоение детьми движений, физических упражнений, улучшается качество двигательной деятельности дошкольников. Движения ребёнка

становятся более координированными и точными. Основой проявления двигательной деятельности является развитие устойчивого равновесия.

- Продолжается дальнейшее развитие моторики ребенка, наращивание и самостоятельное использование двигательного опыта. Расширяются представления о самом себе, своих физических возможностях, физическом облике. Совершенствуются ходьба, бег, шаги становятся равномерными, увеличивается их длина, появляется гармония в движениях рук и ног. Ребенок способен быстро перемещаться, ходит бегать, держать правильную осанку. По собственной инициативе дети могут организовывать подвижные игры и простейшие соревнования со сверстниками.
- В этом возрасте продолжается развитие наглядно-образного мышления, которое позволяет ребенку решать более сложные задачи с использованием обобщенных наглядных средств (схем, чертежей и пр.) и обобщенных представлений о свойствах различных предметов и явлений. Действия наглядно-образного мышления ребенок этого возраста, как правило, совершает уже в уме, не прибегая к практическим предметным действиям даже в случаях затруднений.

1.1.6 Значимые для разработки и реализации программы характеристики особенностей развития детей с НОДА.

Контингент детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата (НОДА) крайне неоднороден. У всех детей данной категории ведущими являются двигательные расстройства (задержка формирования, недоразвитие или утрата двигательных функций), которые могут иметь различную степень выраженности:

- при *тяжелой степени* двигательных нарушений дети не владеют навыками ходьбы и манипулятивной деятельностью, они не могут самостоятельно обслуживать себя;
- при *средней (умеренно выраженной) степени* двигательных нарушений дети владеют ходьбой, но ходят неуверенно, часто с помощью специальных приспособлений (костылей, канадских палочек и т.д.), т.е. самостоятельное передвижение детей затруднено. Навыки самообслуживания у них развиты не полностью из-за нарушений манипулятивных функций рук;
- при *легкой степени* двигательных нарушений дети ходят самостоятельно, уверенно. Они полностью себя обслуживают, достаточно развита манипулятивная деятельность. Однако у них могут наблюдаться неправильные патологические позы и положения, нарушения походки, движения недостаточно ловкие, замедленные. Снижена мышечная сила, имеются недостатки мелкой моторики.

Особенности двигательного стереотипа обычно складываются к 3-м годам, в некоторых случаях дети могут перейти к самостоятельной ходьбе в более поздние сроки.

Всех дошкольников с НОДА условно можно разделить на две категории, которые нуждаются в различных вариантах психолого-педагогической поддержки и создания специальных образовательных условий. Дифференциация основывается на этиологическом принципе, а именно неврологической или ортопедической патологии обусловленной двигательными нарушениями.

Дети, у которых двигательная недостаточность связана с поражением центральной нервной системы, чаще имеют недостатки речевого развития и когнитивных функций.

Дети с двигательными нарушениями ортопедического характера могут иметь вторичные когнитивные нарушения, но они в меньшей мере нуждаются в коррекционной помощи, могут быть успешно включены в инклюзивные группы.

К первой категории (с неврологическим характером двигательных расстройств) относятся дети, у которых НОДА обусловлены органическим поражением двигательных отделов центральной нервной системы. Большинство детей этой группы составляют дети с детским церебральным параличом (ДЦП) (89% от общего количества детей с НОДА).

При ДЦП нарушения развития имеют, как правило, сложную структуру, т.е. отмечается сочетание двигательных, психических и речевых нарушений. Степень тяжести психомоторных расстройств варьирует в большом диапазоне, при этом могут наблюдаться различные сочетания. Например, при

легких двигательных расстройствах могут наблюдаться выраженные интеллектуальные и речевые нарушения, а при тяжелой степени двигательной патологии могут быть незначительные отклонения в интеллектуальном и / или речевом развитии.

Несмотря на различие тяжести и клинических проявлений общими для всех форм ДЦП являются выраженные нарушения: деформация стопы, позвоночника, слабость мышечного корсета.

Особенностью двигательных нарушений у детей с ДЦП является не только трудность или невозможность выполнения тех или иных движений, но и слабость ощущений этих движений, в связи с чем у ребенка не формируются правильные представления о движениях.

У детей отмечается задержка и нарушение формирования координационных способностей, двигательных качеств (быстроты, реакции, точности, темпа, ритма, согласованности движений)

Ко второй категории (с ортопедическим характером двигательных расстройств) относятся дети с преимущественным поражением опорно-двигательного аппарата не неврологического характера.

Обычно эти дети не имеют выраженных нарушений интеллектуального развития.

У некоторых детей несколько замедлен общий темп психического развития и могут быть частично нарушены отдельные корковые функции, особенно зрительно - пространственные представления. В этом случае дети, имеющие незначительное отставание познавательного развития при условии минимальной коррекционно-педагогической помощи на протяжении дошкольного возраста, к началу школьного обучения могут достичь уровня нормально развивающихся сверстников. Нередко у детей наблюдаются незначительные отклонения в развитии речи.

При всем разнообразии врожденных и рано приобретенных заболеваний и повреждений ОДА у большинства детей наблюдаются сходные проблемы. Ведущим в клинической картине является двигательный дефект.

Большинство детей имеют сочетанную патологию опорно-двигательного аппарата (например: патология стоп и дисплазия тазобедренных суставов, патология стоп и нарушение осанки).

В структуре ортопедической патологии на первом месте стоит патология стоп, на втором – патология тазобедренных суставов, а на третьем нарушение осанки.

В связи с недоразвитием костной и/или мышечной системы у детей с НОДА наблюдаются особенности в психомоторном развитии: слабое развитие мелкой и общей моторики, координации, ориентировки в пространстве, элементарных культурно-гигиенических навыков; низкий уровень произвольного внимания, работоспособности, двигательная расторможенность или заторможенность, пассивность; затрудненное понимание инструкции; развитие познавательных процессов не соответствует возрасту ребенка.

У многих детей отмечаются проблемы в социально-личностном развитии в связи с переживанием дефекта и с особенностями воспитания. Поэтому эти дети нуждаются в психологической поддержке на фоне систематического ортопедического лечения и соблюдения щадящего индивидуального двигательного режима.

Вследствие неоднородности состава детей с НОДА диапазон различий в требуемом уровне и содержании их дошкольного образования предполагает их образовательную дифференциацию.

Довольно часто нарушения ОДА ребенка накладывает отпечаток и на развитие отношений в системе «ребенок-родители», что в свою очередь часто приводит к отклонениям в поведении: проявления агрессивности по отношению к сверстникам, воспитателям, другим людям; тревожности, неуверенности в себе, замкнутости, особенно в ситуациях, когда дефицита внимания и поддержки со стороны близких ему людей.

Вследствие наличия сочетанных поражений опорно-двигательного аппарата и нервной системы у детей с патологией опорно-двигательного аппарата отмечаются нарушения в развитии речи. Выделяется группа детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), которые испытывают трудности в овладении учебными знаниями, умениями, навыками и в специализированных (коррекционных) условиях обучения.

Особенности развития опорно-двигательного аппарата, функционирования нервной системы, социальная ситуация, в которой находится ребенок с ОВЗ, оказывают влияние на освоение ребенком окружающей действительности, усвоение знаний и навыков, на его поведение, общение с другими людьми (близкими, взрослыми и сверстниками).

1.1.7. Педагогическое обследования дошкольников ДОО по освоению необходимыми навыками и умениями по образовательной деятельности «Плавание»

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

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

Мониторинг проводится 2 раза в год. Данная периодичность мониторинга обеспечивает полную оценку динамики достижений детей, сбалансированность методов, не приводит к переутомлению воспитанников и не нарушает ход образовательного процесса.

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

Уровень развития основных навыков плавания оценивается с помощью тестирования плавательных умений и навыков детей в каждой возрастной группе. В качестве критериев оценки выбран ряд контрольных упражнений из программного материала.

Возрастная группа	**Методика диагностического обследования**	**Показатели**
Вторая младшая группа (3-4 года)	отсутствие водобоязни;	Ребенок спокойно, без страха входит в воду.
	сформированы различные виды передвижения в воде: ходьба, бег, прыжки;	Ребенок по заданию педагога может выполнять ходьбу, бег, прыжки.
	сформировано умение передвигаться по дну на руках, вытянув ноги;	Упражнение «Крокодил» - ребенок передвигается по дну на руках, вытянув ноги;
	сформировано умение погружения лица в воду.	Упражнение на погружение - надув щеки, опустить лицо в воду.
Средняя группа (4-5 лет)	сформированы различные виды ходьбы, прыжков и бега в воде;	Ребенок по заданию педагога выполняет различные виды ходьбы, бега, прыжков.
	овладение скольжением на груди по воде с предметом (поддерживающим средством);	Упражнение «Стрелочка» с предметом - держа предмет в прямых руках и приняв горизонтальное положение, оттолкнуться ногами от дна бассейна, проскользить по воде.
	сформировано умение погружаться в воду с головой, задерживая дыхание;	Упражнение «Поплавок» - глубина воды по грудь. Сделав глубокий вдох и задержав дыхание, погрузиться под воду. Сильно согнуть ноги, обхватить руками голени, подтянуть колени к груди, голову нагнуть как можно ближе к коленям. В этом положении «поплавком» всплыть на поверхность воды. Плавать на поверхности, не изменяя положения.
	овладение движением ног «кролем», держась за поручень;	Упражнение «Фонтанчик» - стоя спиной к бортику, присесть в воду до подбородка, взявшись руками за

		поручень снизу. Принять горизонтальное положение на груди. Поднять ноги и выполнять вертикальные попеременные движения прямыми ногами, образуя фонтан.
	овладение умением открывать глаза в воде, доставая игрушки со дна;	Упражнение «Достань игрушку» - педагог разбрасывает тонущие игрушки у противоположного бортика. По сигналу «Достань игрушку!» дети идут, смотрят на дно через воду, отыскивают игрушки, достают их со дна и приносят педагогу.
Старшая группа (5-6 лет)	освоение умения погружаться в воду с выдохом (выдох в воду с пусканием пузырей);	Упражнение «Пузыри» - по сигналу педагога набрать воздух в лёгкие и, приседая, выполнить выдох в воду, пуская пузыри.
	сформированность навыков скольжения на груди без предмета;	Упражнение «Стрелочка» на груди - стоя спиной к бортику, согнуть одну ногу, приставив стопу к бортику. Прямые руки подняты вверх, ладонями вперед, большие пальцы сцеплены, руки прижаты к ушам. Выполнить вдох, задержать дыхание, согнуть туловище, положить руки и голову одновременно на поверхность воды. Оттолкнуться, проскользить, соединив прямые ноги.
	сформированное умение подныривания под плавающие предметы;	Упражнение «1,2,3 - поднырни!» - оттолкнуться ногами от дна бассейна и под водой поднырнуть под плавательную дорожку (доску, круг, обруч и т.д.)
	овладение умением плавать с предметом на груди и на спине, работая ногами в технике «кроля»;	Упражнение «Торпеда» на груди - стоя спиной к бортику, согнуть одну ногу, приставив стопу к бортику. Держа предмет в прямых руках, задержать дыхание и оттолкнуться от бортика, лицо находится в воде, ноги выполняют быстрые, поочередные непрерывные движения вверх-вниз. Упражнение «Торпеда» на спине - стоя лицом к бортику, согнуть одну ногу, приставив стопу к бортику. Держа предмет за головой в согнутых руках, оттолкнуться от бортика, положить голову на предмет, ноги выполняют быстрые, поочередные непрерывные движения вверх-вниз.
	сформированное умение выполнять гребковые движения руками в	Упражнение «Лодка с вёслами» - в скольжении сначала правая, затем левая рука выполняет гребковое

	скольжении на груди.	движение с продвижением вперёд.
Подготовительная к школе группа (6-7 лет)	освоение умения выполнять многократный выдох в воду;	Упражнение «Пузыри» - по сигналу педагога набрать воздух в лёгкие и, приседая, выполнить выдох в воду, пуская пузыри.
	сформированность умения скольжения на груди с выдохом в воду;	Упражнение «Подводная лодка» - оттолкнуться от дна бассейна, выпрямиться в «стрелочку» и, скользя по воде, выдуть воздух под водой
	освоение техники погружения и передвижения по дну бассейна;	Упражнение «Водолазы» - погрузиться на дно бассейна и передвигаться под водой по дну с помощью попеременной работы ног.
	сформированность умения самостоятельно скользить на спине;	Упражнение «Стрелочка» на спине - стоя лицом к бортику (руки прямые - вверху за головой, кисть одной руки на кисти другой руки, ладони повернуты вперед), согнуть одну ногу, стопу приставить к бортику. Подбородок не касается груди. Выполнить вдох, задержать дыхание, руки, голову и туловище одновременно положить на поверхность воды. Оттолкнуться согнутой ногой от бортика. Скользя по поверхности воды, соединить прямые ноги.
	овладение плавательным способом «кроль» на груди и спине;	Упражнение «Кроль на груди» - стоя спиной к бортику (руки вверху прямые), выполнить вдох, задержать дыхание, оттолкнуться и начать быстрые, поочередные движения прямыми ногами вверх-вниз. Руки выполняют поочередные круговые движения (над водой вперед, в воде назад). Упражнение «Кроль на спине» - при плавании способом «кроль на спине» ноги выполняют быстрые, поочередные движения прямыми ногами вверх-вниз. Руки выполняют поочередные круговые движения. От головы к ноге рука выполняет движения в воде, от ноги к голове - над водой.
	сформированность умения пронырывать в обруч, тоннель, ворота под водой.	Упражнение «1,2,3 - пронырни!» оттолкнуться ногами от дна бассейна и под водой проплыть в круг, обруч, ворота.

1.2.Целевые ориентиры освоения воспитанниками образовательной программы (планируемые результаты):

Третий год жизни. 1-я младшая группа

К концу года:

- Ребенок интересуется разнообразными физическими упражнениями, действиями физкультурными пособиями.
- При выполнении упражнений демонстрирует достаточную координацию движений, быстро реагирует на сигналы.
- Переносит освоенные плавательные движения в самостоятельную двигательную деятельности в бассейне.
- Уметь ориентироваться в микро-пространстве.
- Выделять и учитывать цвет, форму, величину, фактуру и другие признаки предметов и явлений при выполнении ряда практических действий.

Плавание:

- Овладевает различными видами передвижения в воде: ходьба, бег, прыжки.
- Передвигается по дну на руках, вытянув ноги; приседает в воду по плечики, подбородка, носа, до уровня глаз с помощью взрослого и без.
- Учить детей совершать движения ногами «кролем», сидя на мелком месте.
- Вызвать желание купаться и учиться плавать, воспитывать эмоционально-положительное отношение к действиям в воде.

Четвертый год жизни. 2-я младшая группа

К концу года:

- Ребенок с желанием двигается, его двигательный опыт достаточно многообразен.
- При выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений, подвижность в суставах, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое.
- Уверенно выполняет задания, действует в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх.
- Проявляет инициативность, с большим удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре.
- С удовольствием применяет культурно-гигиенические навыки, радуется своей самостоятельности и результату.
- С интересом слушает стихи и потешки о процессах умывания, купания.

Плавание:

- Овладевает различными видами передвижения в воде: ходьба, бег, прыжки.
- Передвигается по дну на руках, вытянув ноги; погружает лицо в воду.
- Приступить к освоению открывать глаза в воде, разучивать правильный вдох и выдох.
- Разучивать скольжение на груди и на спине с поддержкой.
- Выполняет попеременные движения ногами, держась за поручень.

Пятый год жизни. Средняя группа

К концу года:

- В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость.
- Уверенно и активно выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, хорошо развита крупная и мелкая моторика рук.
- Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности.
- Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.
- Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна.
- Ребенок проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.
- С интересом стремится узнать о факторах, обеспечивающих здоровье, с удовольствием слушает рассказы и сказки, стихи о здоровом образе жизни, любит рассуждать на эту тему, задает вопросы, делает выводы.
- Может элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания.
- Стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации.
- Умеет в угрожающих здоровью ситуациях позвать на помощь взрослого.

Плавание:

- Погружается в воду с головой.
- Овладевает различными видами ходьбы, прыжков и бега в воде.
- Скользит по воде с предметом (поддерживающим средством).
- Погружается в воду с головой, задерживая дыхание, открывает глаза в воде, доставая игрушки со дна.
- Осваивает выдох в воду.
- Учить выполнять движения ногами и руками «кролем» на суше и в воде.
- Формировать умение всплывать «поплавком», лежать «звёздочкой».

Шестой год жизни. Старшая группа

К концу года:

- Двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих, спортивных упражнений).
- В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.
- В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.
- Ребенок проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений.
- Имеет представления о некоторых видах спорта.
- Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен

творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений.

- Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру.
- Мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей.
- Умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения.
- Готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью).

Плавание:

- Скользит по воде без предмета.
- Подныривает под плавающие предметы.
- Плавает с предметом, работая ногами в технике «кроль».
- Умеет выполнять всплывание «поплавком», лежание «звёздочкой»
- Погружается в воду с выдохом (выдох в воду с пусканием пузырей).
- Выполняет гребковые движения руками «кролем» в скольжении.

Седьмой год жизни. Подготовительная к школе группа

К концу года:

- Двигательный опыт ребенка богат; результативно, уверенно, мягко, выразительно с достаточной амплитудой и точно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные).
- В двигательной деятельности ребенок успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость.
- Осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом.
- Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях.
- Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, к самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.
- Имеет начальные представления о некоторых видах спорта.
- Имеет представления о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его.
- Владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может определять состояние своего здоровья
- Может оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, приложить холод к ушибу, обратиться за помощью к взрослому).

Плавание:

- Скользит на груди с выдохом в воду.
- Погружается и передвигается по дну бассейна.
- Умеет пронырывать в обруч, тоннель, ворота под водой.
- Самостоятельно скользит на спине.
- Плавает способом «кроль» на груди (спине).

II. Содержательный раздел.

2.1. Организация образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, с учетом используемых вариативных примерных основных образовательных программ дошкольного образования и методических пособий, обеспечивающих реализацию данного содержания.

В области физического развития ребенка основными задачами образовательной деятельности являются создание условий для:

- становления у обучающихся ценностей здорового образа жизни;
- развития представлений о своем теле и своих физических возможностях;
- приобретения двигательного опыта, обучение плаванию и совершенствования двигательной активности;
- коррекции НОДА;
- формирования начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами.

Бассейн МАДОУ № 44 находится в отдельном крыле здания детского сада, так же в этом крыле расположены раздевалка, санузел, душевая, тренерская, медкабинет, хлораторная.

Площадь чаши бассейна: 21кв.м, глубина 0.7м.

Техническая характеристика бассейна соответствует санитарно-эпидемиологическим требованиям к помещениям бассейна их оборудованию и качеству воды; правилам техники безопасности, охраны жизни и здоровья детей, правилами пожарной безопасности.

Бассейн МБДОУ № 95 «Радуга» оснащено специальным оборудованием для организации работы с детьми с НОДА, которое включает:

- спуск - подъёмник в бассейне,
- игровое, спортивное оборудование для развития функций рук, ног, укрепления костно-мышечного корсета для детей с НОДА.

Способы, методы, средства реализации Программы

Параметры/ возраст	Младенческий и ранний возраст (с 2 месяцев до 3 лет)	Дошкольный возраст (с 3 до 7 лет)
Способы	Организация положительного, эмоционального общения с детьми, взрослыми; обучающие игровые мероприятия, ситуации по обогащению игрового опыта, умению взаимодействовать со сверстниками, взрослыми в разных видах детской деятельности (по возрасту); постоянная установка на успех, одобрение.	Организация совместного общения детей друг с другом, детей разного возраста, поощрение совместных, самостоятельно организованных мероприятий, ситуаций по интересам детей; предоставление возможности демонстрировать свои положительные успехи, поощрение инициативы у детей в разных видах детской деятельности.
Методы	Наглядные, словесные, практические (как можно больше задействовать анализаторов); использование игровых технологий и приемов (игры-забавы, сюрпризные моменты, игры-драматизации и т.д.)	Наглядные, словесные, практические; игровые технологии, проблемные ситуации, метод проектов, использование схем, творческие задания, мастер-классы, экспериментирование, создание и анализ проблемных ситуаций, и др.
Средства	Развивающая ППС в бассейне, игры по интересам детей	ППРС постоянно меняется, обогащается, развивающее общение со взрослыми, сверстниками, т.д.

2.2. Особенности планирования образовательной нагрузки при работе по пятидневной неделе разработано в соответствии с максимально допустимым объемом образовательной нагрузки для возрастной группы в соответствии с санитарными правилами и нормами СанПиН 1. 2. 3685-21, СП 2.4.3648-20

Возрастная группа	Количество подгрупп	Число детей в подгруппе	Длительность занятий, мин.	
			в одной подгруппе	во всей группе
Первая младшая	1	7-8	9-10	18-20
Вторая младшая	2	7-8	от 10-15 до 20	от 20-30 до 40-60
Средняя	2	7-8	от 15-20 до 25-30	от 30-40 до 50-60
Старшая	2	7	от 20-25 до 30	от 40 до 60
Подготовительная к школе	2	7	от 30 до 35	от 60 до 70

2.3. Учебный план

Непосредственно организованная образовательная деятельность по обучению плаванию проводится с детьми 2-5 лет - 1 раз в неделю, с детьми 5-7 лет - 2 раза в неделю.

Посещение детьми плавательного бассейна осуществляется только при наличии разрешения врача-педиатра.

Длительность занятия зависит от возраста детей и составляет: в первой младшей группе - 9 мин., во второй младшей группе - 15 мин., в средней группе - 20 мин., в старшей группе - 25 мин., в подготовительной к школе группе - 30 мин.

Между группами детей проводятся перерывы в течение 10 мин. для уборки. Комплектование подгрупп детей зависит от площади бассейна (21 кв.м) и составляет 7-8 детей.

Расписание занятий в плавательном бассейне составляется с учетом гибкого режима дня, пропускной способности чаши плавательного бассейна и количества подгрупп одной возрастной группы и составляет - две подгруппы.

Работа по физическому воспитанию проводится с учетом состояния здоровья детей при регулярном контроле со стороны медработников. 2 раза в год проводится медико-педагогический контроль.

В середине года (в январе) для воспитанников организуются недельные каникулы, во время которых проводят НОД только развлекательно-оздоровительного характера.

Наименование НОД	Объем образовательной нагрузки (на неделю)			
	II младшая группа	**Средняя группа**	**Старшая группа**	**Подготовительная группа**
физическое развитие: занятие в бассейне секционная работа	1	1 1	2 1	2 1
количество НОД в неделю:	1	2	3	3
временной интервал одного периода НОД (мин.):	15	20	25	30
Недельный объем образовательной нагрузки (мин.):	15	40	75	90

2.4. Расписание на 2023– 2024 уч. год

№	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1.		Занятие **8.00 – 8.30 – И.**	Занятие **8.00 – 8.30 – И.**	Занятие **8.00 – 8.30 – И.**	Занятие **8.00 – 8.30 - И.**
2.	Занятие 8.50-9.05 - 7 мл.	Занятие 8.50-9.05 – 9 мл.	Занятие 8.50-9.00 - 1 мл.	Занятие 8.50-9.00 – 4 мл.	Занятие 8.50-9.00 – 1 мл.
3.	Занятие 9.15 – 9.40- 11ст.(1) 9.50-10.15 – 11 ст.(2)	Занятие 9.15 -9.45 – 3 под.(1) 9.55 – 10.25 – 3под.(2)	Занятие 9.10- 9.25 – 8 мл.	Занятие 9.10 - 9.40 – 3 под.(1) 9.250 -10.0 – 3под.(2)	Занятие 9.10 -9.30 -2 ср.(1) 9.40-10.00 – 2 ср. (2)
4.	Занятие 10.25 –10.50–12 ст.(1) 11.00 –11.25–12 ст.(2)	Занятие 10.35 -11.05 –6 под.(1) 11.15 -11.45 –6 под.(2)	Занятие 9.45-10.10- 11 ст.(1) 10.20-10.45 -11 ст.(2)	Занятие 10.30 -11.00 – 6 под.(1) 11.10 -11.40 – 6 под.(2)	Занятие 10.10-10.30 -13 ср.(1) 10.40-11.00 – 13ср. (2)
5.	Занятие		Занятие 10.55-11.20– 12 ст.(1) 11.30-11.55 – 12 ст.(2)		**11.40- 12.00 - И**

2.5 Особенности организации педагогической деятельности с детьми с ОВЗ.

Коррекционная работа по физическому развитию детей с НОДА осуществляется согласно разработанному общему и индивидуальному ортопедическому режиму (см. приложение Программа «Радужка»).

Формы проведения, периодичность, длительность указаны в таблице «Организация коррекционной работы специалистами ДОО» настоящей программы.

Условия	**Инструктор по физической культуре (в т.ч. плавание)**
Цель коррекционно-развивающей работы	обеспечить полноценное физическое развитие ребенка с НОДА в соответствии с его возможностями
Контингент	плавание дети с 2 до 7 лет с нарушениями опорно-двигательного аппарата;
Формы организации	индивидуальные, подгрупповые, групповые
Время проведения, количество занятий	1 раз в неделю 15-20 минут – младшие и средние группы; 2 раза в неделю 25-30 минут – старшие и подготовительные группы. индивидуальная работа с детьми (по режиму)
Взаимосвязь с педагогами	рекомендации: - позы коррекции, ограничение в движениях; использование коррекционных упражнений (направленность на развитие движений, умений, ощущения тонуса и расслабления, групп мышц и т.п.); комплексы бодрящей гимнастики; обсуждение и подбор игр, упражнений на релаксацию, произвольную регуляцию.

Этапы коррекционно-развивающей работы

Этап работы	**Форма и содержание работы**
1. Диагностический этап (начало учебного года-сентябрь)	Проведение комплексного медико-психолого-педагогического мониторинга: включает ознакомление специалистов с картами (историями) развития ребенка с целью выявления анамнеза развития, состояния здоровья ребенка (основной диагноз заболеваний опорно-двигательного аппарата и других заболеваний, что позволяет своевременно контролировать выполнение рекомендаций “Д” учета), определение группы здоровья и закаливания для каждого ребенка и группы в целом. Педагогический мониторинг по выявлению физического, речевого, познавательного, эмоционально-личностного развития. Определение направлений оздоровительно – профилактической, коррекционно-развивающей индивидуальной и групповой работы (по результатам проведенного ПМП(к). Определение линий взаимосвязи между педагогами и специалистами.
2.Основной (коррекционный) этап (октябрь-май)	Составление планов индивидуальной и групповой работы с детьми. Разработка и реализация индивидуальных образовательных маршрутов/программ для детей с ОВЗ. Реализация воспитательно-образовательной и коррекционно-развивающей работы. Составление рекомендаций специалистов педагогам по направлениям работы с детьми (индивидуальной и групповой). Просветительская и профилактическая работа с педагогическим коллективом и с родителями, которую осуществляют все участники

	образовательного процесса.
3. Оценочный этап (конец учебного года – май)	Комплексный медико-психолого-педагогический мониторинг детского развития и освоения образовательной программы. На ПМП(к) проводится обсуждение групповой и индивидуальной динамики в развитии детей с ОВЗ, корректировка индивидуальных образовательных программ и индивидуальных образовательных маршрутов для детей с ОВЗ, планирование дальнейшей индивидуальной и групповой работы с детьми, родителям.

Коррекционная работа с детьми осуществляется на индивидуальных, подгрупповых и фронтальных занятиях.

Индивидуальная коррекционная работа осуществляется с детьми разных возрастных групп, в возрасте от 3 до 7 лет, имеющих проблемы в физическом развитии. Контингент детей выявляется по результатам мониторинга, осмотра врача - ортопеда и наблюдения за особенностями развития эмоционально-личностной сферы, поведения. Индивидуальные занятия позволяют максимально учитывать индивидуальные особенности развития каждого ребенка. Инструктор по физической культуре осуществляет наблюдения за деятельностью ребенка на занятиях, участвует в игровой деятельности с целью более успешной адаптации ребенка в совместной работе с детьми. Такая работа позволяет в дальнейшем корректировать коррекционно-образовательный маршрут ребенка.

По мере усвоения программы, специалист принимает решение о переходе детей на подгрупповые занятия.

Коррекционная работа с детьми осуществляется с использованием специальных приемов:

- создание мотивации
- повторение инструкций взрослым (дробная инструкция)
- поэтапные инструкции с показом действий + речь - объяснение обязательно.
- близость к ребенку во время объяснения
- повторение инструкции (задания) ребенком
- образец зрительный + тактильное обследование
- использование рисунков, схем
- контроль взрослого за этапами работы
- чаще использовать приемы сравнения
- психологическая поддержка.
- поощрение за малейшие успехи

2.6. Формы организации детских видов деятельности

Реализация Программы осуществляется через вариативные формы, способы, методы и средства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов и выявленных у детей трудностей в освоении образовательной программы.

Детская деятельность	**Формы работы**
Двигательная	Подвижные игры с правилами. Игровые упражнения.

	Соревнования. Игровые ситуации. Досуг. Спортивные игры и упражнения. Спортивные праздники.
Игровая	Игровые ситуации, игры с правилами (подвижные, народные).
Продуктивная	Реализация проектов. Выставки рисунков.
Познавательно-исследовательская	Наблюдение. Экскурсия. Решение проблемных ситуаций. Исследование. Реализация проекта. Игры (сюжетные, с правилами).
Коммуникативная	Беседа. Ситуативный разговор. Речевая проблемная ситуация. Отгадывание загадок. Игры (сюжетные, с правилами). Игровые ситуации.
Трудовая	Поручения. Познавательные опыты и задания. Самообслуживание. Совместные действия.

2.7 . Циклограмма

Дни недели	Основные направления деятельности							Итого час/мин
	Подготовка к НОД	НОД с детьми	Индивид.работа с детьми/ инклюзивное образование	Уборка (ремонт) инвентаря	Консультации для педагогов	Работа с родителями	Разработка методического материала	
Понедельник	8.30 - 8.50	8.50 - 9.05 9.15 – 9.40 9.50 – 10.15 10.25 – 10.50 11.00 -11.25	11.25 – 12.00	12.00 – 12.15	13.00 – 13.30		12.15 - 12.30 13.30 -15.00	**6.00**
Вторник	7.15– 7.30	8.50 – 9.05 9.15 – 9.45 9.55 – 10.25 10.35 – 11.05 11.15 – 11.45	7.30 – 8.30	11.45 – 12.00	13.00 – 13.30	8.30- 8.50	12.00 - 12.30 13.30 -13.45	**6.00**
Среда	7.15 – 7.30	8.50 -9.00 9.10 - 9.25 9.45 -10.10 10.20 – 10.45 10.55 - 11.20 11.30 - 11.55	7.30 – 8.30	11.55 – 12.10	13.00 – 13.30	8.30 – 8.50	12.10 - 12.30 13.30 -13.45	**6.00**
Четверг	8.30- 8.50	8.50– 9.00 9.10 – 9.40 9.50 – 10.20 10.30– 11.00 11.10 – 11.40		11.40 – 12.00	13.00 – 13.30	8.00 – 8.30	12.00 - 12.30 13.30 – 14.30	**6.00**
Пятница	7.15-7.30	8.50– 9.00 9.10 – 9.30 9.40 – 10.00 10.10– 10.30 10.40 – 11.00	7.30 – 8.30 11.00 – 12.00	12.00 - 12.30	13.00 – 13.30	8.30 – 8.50	13.30 – 13.45	**6.00**
Итого	1.25	13.35	4.35	1.35	2.50	1.30	4.50	**30**

2.8. Информационно-методическое обеспечение реализации программы

Для организации индивидуальной и подгрупповой работы инструктора по физкультуре применяется:

ОО	Образовательная программа	Дополнительное программно-методическое обеспечение	Авторские, парциальные программы и методические материалы
Физическоеразвитие	АОП ДО для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (решение Педагогического совета МАДОУ 44 «Весёлые нотки», протокол №3 от 28.08.2023г)	Грядкина Т.С. Образовательная область «Физическое ращзвитие» (с 3 до7лет).-СПб.:ДЕТСТВО ПРЕСС, 2017. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. М.:1986. Приходько О.Г., Левченко И.Ю. Технология обучения и воспитания детей с нарушениямиопорно-двигательного аппарата. М., 2001. Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. М.:2010. Старковская В.Л. «300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет» М.: 1994г. Фонарев М.И. Сековец Л.С. «Комплексная физическая реабилитация детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата». – М.: Школьная пресса, 2008. Маханева М.Д.Фигурное плавание в детском саду Сфера, Москва 2009г. Сидоров И.В. Как научить ребёнка плавать. Москва, 2011г. Протченко Т.А. Обучение плаванию дошкольников и младших школьников. Айрис-пресс, Москва,2013г. Чеменева А.А.Система обучения плаванию детей дошкольного возраста, издательство Детство-пресс, Санкт-Петербург 2011г. Осокина Т.И. Обучение плаванию в детском саду, издательство «Просвещение», Москва 1991г. Патрикеев А.Ю. Игры с водой и в воде, издательство «Учитель», Волгоград 2014г. Протченко Т.А., Семенова Ю.А. «Программы обучения плаванию детей от 2 до 7 лет» Центра организационно - методического обеспечения физического воспитания Департамента образования, Москва 2009г. Канидова В.И. Обучение плаванию детей младшего дошкольного возраста в условиях ДОУ, издательство АРКТИ, Москва 2012г.	**«Радужка» –** парциальная программа по оздоровлению и физическому развитию детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата (авторский коллектив МАДОУ № 44 «Веселые нотки»).

		Бондаренко Т.М. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5- 6лет, Москва 2012 Бондаренко Т.М. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7лет, Москва 2012 Яблонская С.В. Физкультура и плавание в детском саду. Сфера, Москва, 2008г.	

Обеспеченность программы методическими пособиями и дидактическими материалами.

- методические рекомендации для родителей «Подружимся с водой»,
- методические разработка «Нестандартное оборудование»
- методические разработка «Игры на воде» (по диагнозам),
- картотека подвижных игр,
- картотека комплексов разминок по возрастным группам,
- картотека дыхательных упражнений,
- картотека упражнений по диагнозам (нарушение осанки, вывихи, дисплазии тазобедренных суставов, плоскостопие и др.),
- картотека нестандартного оборудования,
- иллюстративный материал, связанный с морем, с изображением рыб, морских, речных животных, водного, подводного транспорта, профессий, связанных с морем,
- карты-схемы с изображением правильного и неправильного положения тел при выполнений упражнений в воде,
- папки-передвижки в группах «Мы на занятии», «Расту здоровым»,
- фотовыставки, стенды «Учимся плавать», «Соревнования в детском саду», «Плаваем, развлекаясь», «Купаемся летом», «Водные виды спорта» и т.д..

III. Организационный раздел.

3.1. Спортивные мероприятия

	Содержание
1.	Всероссийский день бега «Кросс Нации»
2.	Зимняя Спартакиада, посвященная дню рождения ДОО, на кубок М.А. Старожилова (на уровне ОО)
3.	Городской проект социально – физкультурной направленности по инклюзивному воспитанию «Давайте дружить!»
4.	«Лыжня России»
6.	Городская легкоатлетическая эстафета
5.	Сдача нормативов ГТО
8.	Фестиваль «Рисунки на воде»
9.	Соревнования по плаванию «Весёлый дельфин»
10.	Городское спортивное мероприятие «Лыжня дошколят»
11.	Областной детский лыжный фестиваль в Малых Карелах
12.	Кросс «Золотая осень»
13.	Фестиваль спорта для детей с ОВЗ

3.2. Поддержка детской инициативы и самостоятельности

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

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

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

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

Вторая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Побуждать к проявлению творчества в подвижных играх (имитации, подражание образам животных), двигательных упражнениях.	Побуждать к проявлению творчества в подвижных играх. Создавать новые возможности для развития самостоятельности в двигательной сфере.	Побуждать к проявлению творчества в подвижных играх. Постепенно совершенствуются умения дошкольников самостоятельно действовать по собственному замыслу.	Побуждать к проявлению творчества в подвижных играх. Совершенствуются умения дошкольников самостоятельно действовать по собственному замыслу, определяя способы и формы его воплощения.

3.3. Система взаимодействия с семьями

Цель: создание необходимых условий для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности родителей;обеспечение права родителей на уважение и понимание, на участие в жизни детского сада.

Взаимодействие с семьями воспитанников ведется по следующим направлениям: информационно – рекламный, педагогическое просвещение и образование родителей, включение родителей в педагогический процесс в качестве равноправных участников образовательных отношений.

План взаимодействия с семьей разработан с учетом годовых задач МАДОУ № 44 «Весёлые нотки», запросов со стороны родителей, особенностей семей воспитанников.

Взаимодействие ДОО с семьей реализуется через следующие формы работы (АОП ДО, п.2.6, с. 112

Основные задачи взаимодействия детского сада с семьей:

- изучение отношения педагогов и родителей к вопросам физического воспитания, оказания коррекционной помощи детям с нарушениями ОДА и создания благоприятных условий в ДОУ и семье;
- повышение психолого-педагогической компетентности родителей по вопросам оздоровления, воспитания оказания коррекционной помощи детям;
- создание условий для совместной деятельности и взаимодействия всех участников коррекционно-образовательного процесса;
- обобщение и распространение опыта семейного воспитания.

Направления и формы взаимодействия с семьями воспитанников

.

Направления и формы работы с родителями

Анкетирование родителей, собеседование	Информирование о ходе коррекционного процесса	Образование родителей	Совместная деятельность
- Знакомство с семьёй.	- Индивидуальные и групповые консультации. - Собрания. - Оформление стендов, папок. - Газета «Радужка». - Показ видеоматериалов.	- Лекции, статьи. - Собрания, консультации, беседы. - Просмотры занятия. - Открытые занятия с детьми для родителей.	-Привлечение родителей к организации соревнований, праздников. -Совместные мероприятия «дети + родители». - Проекты.

Взаимодействие инструктора по физкультуре с семьей реализуется через следующие формы работы:

- **мониторинг, анкетирование**
- **изучение состояния здоровья детей** совместно со специалистами детской поликлиники и родителями по разработанным критериям. Ознакомление родителей с результатами диагностики.
- **консультирование** по определению приоритетных направлений и согласование с родителями индивидуальных программ оздоровления и ортопедического режима;
- взаимодействие ДОУ и семьи по созданию условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости, коррекции нарушений ОДА детей (выполнение индивидуального и общего ортопедического режима, оборудование зоны физической активности, проведение закаливающих процедур).

Проведение целенаправленной работы среди родителей по пропаганде здорового образа жизни: выполнения общегигиенических требований; рационального режима дня; полноценное сбалансированное питание; закаливание и т.д.

- **общие и групповые родительские собрания** (освещение вопросов оздоровления, заболеваемости детей)
- **дни открытых дверей** - знакомство родителей с формами коррекционно - оздоровительной работы и физического развития детей в ДОУ.
- **практические занятия, тренинги с родителями** с целью ознакомления с содержанием и формами физкультурно-оздоровительной, коррекционной работы в ДОУ (инд. программа).
- **проектная деятельность** «Здоровье», «ЗОЖ» использование различных методов для привлечения внимания родителей к физкультурно-оздоровительной работе с детьми: вовлечение

родителей в проектную деятельность.

- проведение фотовыставок, организация совместных спортивных мероприятий с детьми; самодеятельное издание информационных листков с целью освещения и пропаганды опыта семейного воспитания по физическому развитию детей и расширения представлений родителей о формах семейного досуга.
- **консультативная** помощь семьям с учетом преобладающих запросов родителей.
- **работа консультативной службы «Радужка»** - повышение знаний родителей по вопросам укрепления психо-физического здоровья детей, профилактики и коррекции отклонений в состоянии здоровья ребенка.
- **разработка и обеспечение индивидуального маршрута по** формированию и укреплению здоровья, коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата (для выполнений дома с детьми) в рамках взаимодействия инструктора и семьи.
- **традиции** проведения совместно с родителями спортивных соревнований, праздников, досугов, Дней здоровья.
- **физкультурный досуг** на воздухе в выходные дни.
- **проекты** «Спорт без границ» (ЗОЖ, ОБЖ)

План работы с семьей разрабатывается инструктором по физкультуре на учебный год, охватывает все возрастные группы.

Инструктор по физкультуре составляет план работы с семьями воспитанников в соответствии с годовым планом МАДОУ №44 «Весёлые нотки». Учитывает выявленные в ходе воспитательно-образовательного процесса трудности, потребности, интересы семей воспитанников в воспитании, развитии детей дошкольного возраста, в области повышения компетенций родителей, оптимизации детско-родительских отношений, а также на основании запросов со стороны администрации ДОО, педагогов, специалистов, родителей (законных представителей).

3.4. Элементы предметно – пространственной среды, направленные на индивидуализацию и социализацию детей.

Развивающая предметно-пространственная среда (РППС) бассейна соответствует критериям ФГОС ДО и обеспечивает комфортные и безопасные условия для физического развития детей, обучения плаванию, осуществления игровой и двигательной активности.

РППС бассейна укомплектована с учётом реализуемых программ ДОУ, индивидуальных особенностей развития детей для осуществления полноценной самостоятельной и совместной деятельности ребёнка со взрослым и сверстниками.

Развивающая среда построена на следующих принципах:

Насыщенность среды соответствует возрастным возможностям детей и содержанию Программы.

Образовательное пространство оснащено средствами обучения и воспитания, соответствующими материалами, игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем, которые обеспечивают:

- игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех воспитанников, экспериментирование с доступными детям материалами (водой);
- двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;
- эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным
- возможность самовыражения детей.

Трансформируемость пространства дает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей;

Полифункциональность материалов позволяет разнообразно использовать различные составляющих предметной среды.

Вариативность среды позволяет создать различные пространства (для игры, конструирования, уединения и пр.), а также разнообразный материал, игры, игрушки и оборудование, обеспечивают свободный выбор детей.

Игровой материал периодически сменяется, что стимулирует игровую, двигательную, познавательную исследовательскую активность детей.

Доступность среды создает условия для свободного доступа детей к играм, игрушкам.

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

Инвентарь и оборудование.

1. круги надувные для плавания (**средние d = 60 см, малые d = 50 см)**
2. надувной бассейн (**большой, маленький)**
3. аквапалки (**длинные - 6 шт., короткие - 12 шт.)**
4. соединительные части к аквапалкам
5. мячи резиновые (**средние - 10 шт., маленькие - 5 шт.)**
6. мячи надувные (**маленький 7шт.)**
7. мячи надувные «ёжики» - 10 шт.
8. мячи массажные «ёжики» - 15 шт.
9. тонущие игрушки (**разноцветные кольца - 20 шт., белые пластмассовые кольца - 15 шт., шайбы - 20 шт., колечки экспандеры - 30 шт., киты - 12 шт.**
10. плавающие игрушки (киты, дельфины, осьминоги, акулы, крокодилы, лягушки, кораблики, морские звёздочки, рыбки, уточки)
11. **теннисные шарики - 12 шт.**
12. доски плавательные (**маленькие - 10 шт., большие цветные - 10 шт.**
13. ласты (8 пар)
14. колобашки - 12 шт.
15. баскетбольное кольцо - 2шт.
16. волейбольная сетка
17. надувные игрушки
18. надувные игрушки мелкие
19. картинки ориентиры на липучках (водная тематика)
20. очки
21. стопотерапия (**массажные коврики - 7 шт. дорожки «травка» - 2 шт.**
22. секундомер
23. этажерки для хранения инвентаря - 1 шт.
24. нарукавники - 2 пары
25. обручи (**малые 8 шт.)**

Нестандартное оборудование

- «дорожка обручей» длинная (из 7 больших обручей), короткая (из 3 средних обручей)
- «воротца» - 8 шт.
- «поплавок»
- «плавающий обруч»
- «буксир» общий и индивидуальные,
- разграничители зон длинный, средний, короткий

3.5. Взаимодействие с социальными партнерами

Удовлетворению особых образовательных потребностей детей с НОДА, оказанию психолого-педагогической и/или медицинской поддержки, социализации и реализации способностей детей способствует взаимодействие и сотрудничество с другими образовательными, медицинскими, культурными учреждениями и общественными организациями по вопросам воспитания, развития детей, проявления творческих способностей, оказания необходимой лечебной и коррекционной помощи, социализации детей.

Цель: создание открытого сообщества различных социальных институтов, позволяющих обеспечивать повышение качества образовательной работы ДО, решению задач успешной социализации воспитанников с НОДА.

Направления и формы работы взаимодействия с социумом

Социум	Направления работы	Формы работы
«Северодвинская СКОШИ»	Физическое развитие Социально – коммуникативное развитие	Совместные мероприятия
МБОУ ДО «ДЮСШ №2»	Физическое развитие Социально – коммуникативное развитие	Участие в соревнованиях Семинары, практикумы Мастер - классы
МБДОУ № 49 (коррекционные группы)	Физическое развитие Социально – коммуникативное развитие	Проведение совместных мероприятий
ГБУ Архангельской области социального обслуживания детей с ОВЗ «Северодвинский реабилитационный центр для детей с ОВЗ «Ручеек»	Физическое развитие Социально – коммуникативное развитие	Проведение совместных мероприятий
ГБУ АО «Архангельский многопрофильный реабилитационный центр для детей	Физическое развитие Социально – коммуникативное развитие	Участие в мероприятиях.
Региональная общественная организация федерации спорта лиц с поражениями ОДА Архангельской области с НОДА	Физическое развитие Социально – коммуникативное развитие	Участие в мероприятиях, соревнованиях

	Формы работы	Цели	Социальный партнер
В течение года	Сдача нормативов ФВСК ГТО «Готов к труду и обороне» I ступень (6-8 лет)	Использование физкультуры для укрепления здоровья, воспитания гражданственности и патриотизма, гармоничного и всестороннего развития дошкольников	Центр тестирования МБОУ СОШ 13
1 квартал	Всероссийский день бега «Кросс Нации - 2023»	Способствование обогащению эмоционального мира детей, активному развитию физических качеств, совершенствованию коммуникативных навыков, умения работать в команде.	МАУ «СШ «Строитель»
2 квартал	Городской проект социально-физкультурной направленности по инклюзивному воспитанию «Давайте дружить!»	Создание благоприятного микроклимата для социального и личностного развития дошкольников.	ДОО города (видеоформат)
	Городское спортивное мероприятие «Лыжня дошколят 2023» Всероссийская массовая лыжная гонка «Лыжня России - 2023»	Формирование привычки здорового образа жизни и приобщение дошкольников к традициям большого спорта.	МАУ «СШ «Строитель»
4 квартал	Городской фестиваль спорта для детей с ОВЗ	Социализация детей с ОВЗ	МАУ «СШ «Строитель»

3.6. Интеграция ОО «Физическое развитие» с другими образовательными областями

Задачи и содержание образовательной области «Физическое развитие» тесно связаны с задачами и содержанием образовательных областей «Познавательное развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Художественно-эстетическое развитие».

ОО	Реализуемые задачи в ходе интеграции
Познавательное развитие	Активизация мышления детей через самостоятельный выбор игры, пересчет пособий, количественные отношения и т.д., упражнения на ориентировку в пространстве, подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем, построение конструкции для подвижных игр и упражнений, просмотр иллюстраций. познавательных фильмов и их обсуждение.
Социально-коммуникативное развитие	Приобщение детей к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, развитие нравственных качеств, побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников. Формирование основ безопасности жизнедеятельности как условие сохранения здоровья в период занятий физической культурой.
Речевое развитие	Развитие свободного общения с детьми и взрослыми в части необходимости двигательной активности и физического совершенствования; игровое общение со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности, проговаривание и называние упражнений, поощрение речевой активности детей, беседы о спорте , спортсменах, здоровом образе жизни.
Художественно-эстетическое развитие	Развитие музыкально-ритмической деятельности, выразительности движений, двигательного творчества на основе физических качеств и основных движений детей, проведение мероприятий с использованием музыкального сопровождения.

IV.Приложения

Комплексно-тематическое планирование образовательного процесса (на учебный год)

II младшая группа.

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

К концу года дети должны уметь:

- Погружать лицо и голову в воду.
- Ходить вперед и назад в воде глубиной до бедер с помощью рук.
- Бегать (игра «Догони меня», «Бегом за мячом»).
- Пытаться выполнять упражнение «Крокодильчик».
- Дуть на воду, пытаться выполнять вдох над водой и выдох в воду.
- Прыгать по бассейну с продвижением вперед.
- Выпрыгивать вверх из приседа в воде глубиной до бедер.
- Пытаться лежать на воде вытянувшись в положении на груди.
- Учить простейшим плавательным движениям ног.

Средняя группа.

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

К концу года дети должны уметь:

- Погружать лицо и голову в воду.
- Бегать парами.
- Пытаться проплывать тоннель, подныривать под гимнастическую палку.
- Делать попытку доставать предметы со дна.
- Выполнять вдох над водой и выдох в воду с неподвижной опорой.
- Выполнять упражнение на дыхание «Ветерок».
- Выполнять серию прыжков продвижением вперед.
- Выпрыгивать вверх из приседа в воде глубиной до бедер или до груди.
- Скользить на груди, выполнять упражнения в паре «На буксире».
- Пытаться выполнить упражнения «Звездочка», «Медуза».

Старшая группа.

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

К концу года дети должны уметь:

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

Подготовительная к школе группа

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

К концу года дети должны уметь:

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

Младшая группа

МЕСЯЦ	СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ (ЗАДАЧИ)
октябрь	1 .Познакомить с помещением бассейна, с правилами поведения в бассейне (в воде), правилами личной гигиены. Рассказать о пользе плавания, свойствах воды.
	2.Обучать ОРУ на суше.
	3.Приучать детей смело входить в воду (и выходить из воды) с помощью, воспитывать безбоязненное отношение к воде, к попаданию воды на лицо (адаптировать к водному пространству).
	4.Провести мониторинг плавательных способностей детей.
	5. Создавать общие представления о плавании, показать основные движения. Побуждать детей свободно передвигаться в воде, играть. игрушками.
	6. Формировать гигиенические навыки (умение самостоятельно раздеваться, вытираться, одеваться).
	7.Воспитывать чувство уверенности в воде, навык ориентировки в водном пространстве.
ноябрь	1.Учить безбоязненно относиться к попаданию воды на лицо (брызг), опускать лицо в воду, задерживать дыхание (на вдохе).
	2. Учить принимать горизонтальное положение в воде на круге.
	3.Создать представление о движении ног способом «кроль».
	4.Приучать детей смело передвигаться в воде, менять направление, быстроту движения.
декабрь	1.Продолжать учить горизонтальному положению в воде (лежать на груди), держась за бортик.
	2.Учить не бояться брызг, опускать лицо в воду, задерживать дыхание (на вдохе), делать выдох в воду (держась за бортик).
	3.Учить движению ног способом «кроль», держась за бортик.
	4.Закреплять правила поведения на воде.
	5.Учить детей своевременно начинать и заканчивать выполнение задания (по сигналу инструктора).
	6. Развивать координацию движений.
	7.Воспитывать организованность, желание заниматься, стремление научиться плавать.

январь	1.Учить движению ног способом «кроль», держась за бортик.
	2. Учить принимать горизонтальное положение в воде с опорой.
	3.Приучать смело погружать лицо в воду на задержке дыхания, выполнять выдох в воду.
	4.Развивать ориентировку в воде, самостоятельность действий.
	5.Воспитывать смелость, ловкость, умение взаимодействовать в кол-ве коллективе.
февраль	1. Закреплять навык погружения в воду с головой на задержке дыхания. Продолжать обучать выдоху в воду.
	2.Продолжить обучение движению ног способом «кроль» на груди, держась за бортик.
	3.Продолжить учить принимать горизонтальное положение в воде с опорой.
	4.Учить лежать на спине на круге.
	5.Развивать чувство уверенности на воде (свободы и легкости передвижения). Содействовать активному передвижению в воде в различных направлениях.
	6.Воспитывать самостоятельность, внимательность.
март	1.Учить делать вдох и постепенный (продолжительный) выдох с полным погружением головы под воду.
	2.Продолжать учить лежать на спине, выполнять движения ног способом «кроль» на груди.
	3.Ознакомить с упражнениями, помогающими всплыванию.
	4. Ознакомить со скольжением на груди (с подвижной опорой в руках – доска, игрушка, надувной круг) с движением ног.
	5. Содействовать самостоятельной ориентировке в воде.
	6. Развивать быстроту.
апрель	1.Учить скольжению на груди с подвижной опорой в руках (с толчком о бортик).
	2.Учить передвижению по бассейну на груди с подвижной опорой (держась за доску, игрушку, круг) при помощи движений ног «кролем» кроль.
	3. Закрепить умение принимать горизонтальное положение в воде (на груди, спине) без опоры.
	4. Ознакомить (дать представление) с гребковым движением рук (как при плавании способом «кроль», «брасс»).

	5. Ознакомить с упражнением - открывание глаз в воде.
	6.Развивать силу и выносливость.
	7.Воспитывать уверенность в своих силах, организованность, умение слушать объяснения.
май	Закрепить пройденный материал. Добиваться самостоятельности и активности детей. Провести повторный мониторинг плавательных способностей детей.

Средняя группа

сентябрь	1 .Напомнить о правилах поведения в бассейне (о технике безопасности). Формировать навык личной гигиены.
	2.Продолжать учить детей не бояться воды, уверенно входить в воду, ориентироваться в водном пространстве.
	3.Провести мониторинг плавательных способностей детей.
	4. Учить скольжению на груди с подвижной опорой (с толчком о бортик). Ознакомить с движениями ног в скольжении.
	5.Закреплять навык погружения в воду с головой на задержке дыхания. Продолжать обучать постепенному (продолжительному) выдоху в воду.
	6. Совершенствовать умение принимать горизонтальное положение в воде (на груди, спине) без опоры.
	7.Вызывать радостные ощущения от пребывания в воде.
октябрь	1.Учить открывать глаза в воде (не вытирать лицо руками после погружения).
	2. Учить передвижению по бассейну с подвижной опорой на груди (держась за доску, круг, игрушку) при помощи движений ног способом «кроль».
	3.Учить скольжению на спине с подвижной опорой (с толчком о бортик). Ознакомить с движениями ног в скольжении.
	4.Продолжать формировать умение делать глубокий вдох и продолжительный полный выдох.
	5.Развивать выносливость.
	6.Воспитывать желание заниматься, научиться плавать.
ноябрь	1.Тренировать дыхание. Учить открывать глаза в воде.
	2. Ознакомить (дать представление) с гребковым движением рук (как при плавании способом «кроль»). Обучать попеременным круговым движениям прямых рук вперед, назад.

	3.Продолжить учить скольжению на груди, спине с подвижной опорой (с толком о бортик) в согласовании с работой «кролем».
	4.Учить передвижению по бассейну на спине, держась за плавательную доску, при помощи движений ног «кролем».
	5.Развивать быстроту.
	6. Приучать действовать по сигналу педагога.
	7.Воспитывать у детей инициативу и находчивость.
декабрь	1.Приступить к обучению движениям рук способом «кроль» на груди.
	2.Закрепить умение всплывать и лежать на воде без опоры.
	3.Продолжать учить движениям ног «кролем»
	4.Развивать дыхание. Совершенствовать навык погружения в воду с открытыми глазами.
	5. Воспитывать самостоятельность, чувство уверенности в воде.
январь	1.Закрепить умение всплывать и лежать на воде.
	2.Учить движениям рук стилем «кроль» на груди.
	3.Продолжить разучивать скольжение на груди, спине. Отрабатывать правильность работы ног « кролем».
	4.Учить выполнять движение ног « кролем» в различных заданиях.
	5.Развивать выносливость.
	6.Воспитывать смелость, внимательность.
февраль	1.Совершенствовать умение погружаться в воду с головой, открывать глаза в воде, делать полный выдох в воду.
	2.Приступить к обучению выдоха в воду во время скольжения на груди с подвижной опорой.
	3.Учить скольжению на груди без опоры (руки «стрелочкой»).
	4.Учить движениям рук «кролем» на груди.
	5. Учить выполнять движение ног « кролем» в различных заданиях.
	6. Закрепить умение всплывать и лежать на воде.
	7.Развивать ориентировку в воде, самостоятельность действий.
	8.Воспитывать умение взаимодействовать в коллективе.
март	1.Учить согласовывать движение ног «кролем» с дыханием.
	2.Продолжить учить скольжению на груди без опоры (руки «стрелочкой»), выдоху в воду во время скольжения.
	3.Продолжить учить движениям рук « кролем» на груди с подвижной опорой (плавательной доской).
	4.Приступить к обучению скольжению на спине с неподвижной опорой.
	5. Ознакомить с элементами плавания «брассом».
	6.Развивать координацию движений.

	7.Воспитывать дисциплинированность и организованность.
апрель	1 .Учить скольжению на спине (руки «стрелочкой»).
	2.Обучать движениям рук «кролем», «брассом.
	3.Обучать плаванию с подвижной опорой при помощи движений ног «кролем».
	4.Отрабатывать правильность работы ног «кролем» (добиваться ритмичности, беспрерывности движений).
	5.Закрепить умение погружаться в воду с головой, открывать глаза в воде, делать полный выдох в воду.
	6.Приступить к обучению движениям ног «брассом» у неподвижной опоры.
	7.Развивать быстроту.
май	Закрепить пройденный материал. Добиваться самостоятельности и активности детей. Провести повторный мониторинг плавательных способностей детей.

Старшая и подготовительная группы

сентябрь	1.Закрепить правила поведения на воде (технику безопасности). Формировать навык личной гигиены. Рассказать о способах плавания.
	2.Закрепить умение всплывать и лежать на воде, умение погружаться в воду с головой, открывать глаза в воде, делать полный выдох в воду.
	3.Повторить скольжение на груди, спине (с подвижной опорой и без нее - руки «стрелочкой»). Отрабатывать правильность движений ног «кролем» на груди и спине.
	4.Продолжать учить выдоху в воду во время скольжения на груди с опорой.
	5.Провести мониторинг плавательных способностей детей.
	6.Воспитывать положительное отношение к занятиям.
октябрь	1.Закрепить умение лежать на поверхности воды, скользить на груди и спине с плавательной доской. Продолжить учить скользить без опоры (руки «стрелочкой»), выдоху в воду во время скольжения.
	2.Прожолжить учить технике движений ног «кролем» (на груди и спине) с подвижной опорой и без нее (руки «стрелочкой).
	3.Учить движений рук «кролем» на груди и спине с подвижной опорой.
	4. Ознакомить с элементами плавания «брасс». Обучать движениям ног «брасс» у неподвижной опоры.
	5.Приучать действовать по сигналу педагога.
	6. Воспитывать уверенность в своих силах, самостоятельность.
ноябрь	1.Учить входить в воду с лесенки, путем падения; передвигаться и ориентироваться под водой.

	2.Учить выдоху в воду с поворотом головы для вдоха у неподвижной опоры.
	3. Отрабатывать правильность работы ног «кролем» на груди и спине (добиваться ритмичности, беспрерывности движений).
	4.Учить движений рук «кролем» на груди и спине с подвижной опорой.
	5.Учить движениям ног «брассом» у неподвижной опоры.
	6. Развивать выносливость.
	7.Воспитывать организованность, внимательность.
декабрь	1 .Продолжать учить выдоху в воду с поворотом головы для вдоха у неподвижной опоры.
	2.Учить согласовывать движение ног «кролем» на груди с поворотом головы для вдоха у неподвижной опоры.
	3.Учить движениям ног «брасс» с подвижной опорой и без нее.
	4. Учить плавать на спине.
	5.Ознакомить с движением рук «брасс».
январь	1.Учить входить в воду путем падения; передвигаться и ориентироваться под водой.
	2.Учить согласовывать движения ног и рук способом кроль на груди с дыханием в упоре на месте (держась за поручень).
	3.Учить движениям рук «брасс».
	4.Учить согласовывать движение ног « кролем» на груди с поворотом головы для вдоха с подвижной опорой.
	5.Отрабатывать правильность работы ног «брасс» с подвижной опорой и без нее.
	6.Развивать координацию движений.
февраль	1.Учить плавать с движением ног «кролем» на спине без опоры.
	2.Учить согласовывать движения ног, рук «кролем» на груди с дыханием (с подвижной опорой).
	3.Учить согласовывать движение ног «кролем» на груди с поворотом головы для вдоха с подвижной опорой (плавательной доской).
	4. Учить движениям рук «брасс».
	5. Отрабатывать правильность движений ног «брассом».
	6.Развивать ориентировку в воде и самостоятельность действий.
март	1. Учить плавать на груди и спине (без опоры).
	2.Продолжить отрабатывать правильность движений рук и ног «брассом».
	3.Развивать силу, выносливость, быстроту.
	4.Воспитывать инициативу и находчивость.
апрель	1.Закрепить умение входить в воду путем падения; передвигаться и ориентироваться под водой.
	2.Учить плавать на груди и спине.

	3. Учить согласовывать движение ног «кролем» на груди с поворотом головы для вдоха с подвижной опорой (плавательной доской).
	4. Воспитывать инициативу, активность, самостоятельность.
	5. Развивать координацию движений.
май	Закрепить пройденный материал. Добиваться самостоятельности и активности детей. Провести повторный мониторинг плавательных способностей детей.

Конспекты различных форм образовательной деятельности с детьми, описание игр и игровых упражнений

Разминка на суше (младшая группа)

(занятия 1 - 6)

1. Обычная ходьба в чередовании с бегом (по 20 сек).
2. «Паровоз» - дробный шаг с движением рук (20 сек).
3. «Качели» - исходное положение: ноги слегка расставлены, руки опущены; энергичное раскачивание руками вперёд-назад - 3-4 взмаха.
4. «Цапля» - исходное положение: ноги слегка расставлены, руки опущены; поднять правую (левую) ногу, согнутую в колене, руки развести, зафиксировать положение на 2-3 сек., вернуть в исходное положение(3-4 раза).
5. «Моем носики» - исходное положение ноги на ширине плеч, руки на поясе; наклониться, повернуть голову вправо-влево, сказать «чисто», «чисто», вернуться в исходное положение.(4раза).
6. «Воробышки» - 5-6 прыжков с потряхиванием кистей, согнутых в локтях, рук (3- 4 раза).
7. Ходьба.

(занятия 7 - 12)

1. Ходьба в чередовании с бегом, ходьба по массажному коврику (30 сек)
2. «Лошадки» - ходьба с высоким подниманием бедра (30 сек).
3. «Маленькие - большие» - исходное положение: основная стойка «маленькие» - присесть, обхватить руками колени, «большие» - вернуться в исходное положение. (4 раза).
4. «Поймаем дождик» - исходное положение: ноги слегка расставлены, руки опущены; поднять руки вверх, повращать кистями, опустить (4 раза).
5. «Моем носики» - исходное положение: ноги на ширине плеч, руки на поясе; наклониться, повернуть голову вправо-влево, сказать «чисто», «чисто», вернуться в исходное положение.(4раза).
6. «зайки на прогулке» - исходное положение: ноги вместе, руки согнуты в локтях, кисти опущены вниз перед грудью; сделать 3-4 подпрыгивания, присесть, вернуться в исходное положение (4-5 раз).
7. Ходьба «Лошадки».

(занятия 13 - 19)

1. Ходьба по массажному коврику (30 сек).
2. «Лошадки» - бег с высоким подниманием ног (30 сек).
3. Обычная ходьба (20 сек).

4. «Побрызгаем друг на друга» - исходное положение: ноги слегка расставить, руки опущены; 3-4 раза энергично взмахнуть руками, имитируя брызганье водой (3-4 раза)
5. «Насос» - исходное положение стоя в парах лицом друг к другу, держась за руки; поочерёдное приседание (4-5 раз.).
6. «Гуси» - исходное положение ноги на ширине плеч, руки на поясе; наклониться вперёд, вытянуть шею, зашипеть, выпрямиться (4 раза).
7. «Пузыри» - исходное положение: основная стойка сделать глубокий вдох, присесть - полный выдох, выпрямиться (4 раза).
8. «Я плыву» - наклонив туловище вперёд, движения руками, имитируя плавание. Движения рук произвольны (20 сек).
9. Ходьба.

(занятия 20 - 28)

1. Обычная ходьба в чередовании с бегом (по 15 сек 2 раза).
2. Ходьба по массажному коврику (20 сек).
3. «Гусиный шаг» - ходьба в полуприседе (20 сек).
4. «Моем носики» - исходное положение ноги на ширине плеч, руки на поясе; наклониться, повернуть голову вправо-влево, сказать «чисто», «чисто», вернуться в исходное положение.(4 раза).
5. «Пузыри» - исходное положение: основная стойка сделать вдох, присесть, крепко обхватив руками колени и опустив голову, выдохнуть, вернуться в исходное положение (5-6 раз).
6. «Плаваем» - каждый ребёнок двигается, имитируя плавание известным его способом.
7. «Кто выше?» - прыжки со свободным движением рук (15-20 сек).
8. Ходьба.

Разминка на суше (средняя группа)

занятия 1 - 7

1. Обычная ходьба (30 сек).
2. «Лошадки» - лёгкий бег и бег с подниманием колена (30 сек)
3. Ходьба (20 сек).
4. «Поплавок» - исходное положение ноги слегка расставлены, руки опущены. Сделать вдох, присесть, обхватив руками колени, голову максимально опустить, выдохнуть носом, быстро встать (4-5 раз).
5. «Наклоны» - исходное положение: основная стойка Наклониться вперёд - выдох, выпрямиться - вдох (4-5 раз). исходное положение сидя, руки в упоре сзади. Поочерёдно поднимать прямую ногу вверх (4-5 раз каждую).
6. «Волчок» - прыжки с поворотами (30 сек).
7. Ходьба (20 сек).

занятия 8 - 14

1. Ходьба (30 сек).
2. Бег (30 сек).
3. «Плывём на лодке» - исходное положение ноги слегка расставлены, руки опущены. Поочерёдно взмахивать руками, имитируя движения вёсел (6 раз).
4. «Выпрыгивание с хлопками» - исходное положение ноги слегка расставлены, руки опущены. Присесть, подпрыгнуть, выпрямляясь, хлопнуть в ладоши над головой (5-6 раз)
5. Исходное положение: сидя, руки в упоре сзади. Движения ногами, как при плавании способом

6. «Кроль» (20 сек).
7. Исходное положение: ноги на ширине плеч, руки на поясе. Наклониться, заглянуть в «воротики» между ногами, выпрямиться (4-5 раз).
8. «Приседание с выдохом» - исходное положение: основная стойка Сделать вдох, присесть, вынося руки вперёд, сидеть, задерживая дыхание 3-4 секунды, выдохнуть, выпрямиться, опуская руки (6-8 раз).
9. Ходьба (20 сек).

занятия 15 – 21

1. Обычная ходьба (30 сек).
2. Ходьба в быстром темпе с гребковыми движениями рук вперёд и назад (30 сек).
3. «Плаваем» стоя - исходное положение: ноги на ширине плеч, руки опущены. Наклонив туловище вперёд, имитировать движения пловца руками (10 раз).
4. «Водолазы» - исходное положение: ноги слегка расставлены, руки опущены. Присесть, сделать выдох на счёт воспитателя 1-4, выпрямиться, сделать глубокий вдох (4-5 раз).
5. Исходное положение: ноги на ширине плеч, руки на поясе. Повороты туловища вправо-влево (по 5 раз).
6. Исходное положение: стоя, держась руками за бортик. Поочерёдно поднимать прямую ногу махом назад (по 4 раза каждой ногой).
7. «Волчок» - прыжки с вращением (30 сек).
8. Обычная ходьба (20 сек)

занятия 22 – 28

1. Ходьба (20 сек).
2. Ходьба на носках, пятках (по 15 сек).
3. Бег с высоким подниманием пяток (желательно касаться пятками ягодиц) (20с).
4. «Чайки над морем» - исходное положение: основная стойка По сигналу начинают имитировать руками движения крыльев птицы (20 сек).
5. Исходное положение: сидя, ноги прямые, руки в упоре сзади. Движения ногами, как при плавании способом «Кроль» (6 махов, отдых 3 секунды – повторить 4 раза).
6. «Плаваем» стоя - исходное положение: ноги на ширине плеч, руки опущены. Наклонив туловище вперёд, имитировать руками движения пловца (15 сек).
7. «Лягушата» - прыжки на полусогнутых ногах, руки приподняты вверх, согнуты в локтях, пальцы раздвинуты (2 раза по 15 сек).
8. Упражнение на дыхание - исходное положение: о.с. 1- присесть, одновременно делая вдох, 2-3-сидеть, задерживая дыхание, 4 - встать, делая выдох (6 - 8 раз).
9. Ходьба (20 сек).

Разминка на суше (старшая группа)

занятия 1- 7

1. Комбинированная ходьба: 1-4 - обычный шаг, 1-4 - шаг в полуприседе (30 сек).
2. Бег «покажи пятки» - касаться пятками ягодиц (20 сек).
3. Обычная ходьба (20 сек).
4. «Я плыву» - наклонив туловище вперёд, имитировать руками движения пловца (6-8 раз).
5. Исходное положение: ноги на ширине плеч, руки перед грудью. Выполнять по 4 рывка руками с поворотом туловища вправо-влево (6 раз).

6. Приседание «Поплавок» - исходное положение: основная стойка 1 - присесть, обхватить руками колени, голову наклонить к ногам, сделать полный вдох, 2 - вернуться в исходное положение:(6 раз).

7. Исходное положение: сидя, руки в упоре сзади. Работать прямыми ногами в стиле «Кроль» (по 10 махов ногами с отдыхом 3 раза).

8. Исходное положение: ноги на ширине плеч, руки за головой. 1-3 - плавный наклон вперёд, выдох, 4 - вернуться в исходное положение - вдох (6 раз).

9. Упражнение на дыхание. Исходное положение: ноги слегка расставлены, руки на поясе. 1 - повернуть голову вправо (влево), сделать вдох ртом; 2 - опустить голову - выдох носом (4 - 6 раз).

10. Ходьба (в душ, бассейн)

занятия 8 – 14

1. Ходьба с круговыми движениями рук вперёд и назад, как при плавании способом «Кроль» (по 30 сек).

2. Бег с выбрасыванием прямых ног вперёд (20 сек).

3. Ходьба обыкновенная (10 сек).

4. Упражнение на дыхание - исходное положение: ноги слегка расставлены, наклонившись к бортику и держась за него прямыми руками. 1 - повернуть голову вправо (влево) - вдох, 2 - опустить лицо вниз - выдох (5 - 6 раз).

5. «Я плыву» (8 - 10 махов).

6. «Стрела» - исходное положение: основная стойка 1 - резкий вдох ртом, прямые руки поднять вверх, ноги на носочки, сильно вытянуться вверх за руками; 2-3-4 - задержать дыхание, не меняя положения; 5-6-7-8 - одновременно с плавным выдохом вернуться в исходное положение.

7. Исходное положение: сидя, руки в упоре сзади. Работать прямыми ногами, ступня расслаблена, как при плавании способом «Кроль» (по 10 махов с отдыхом 3-4 раза).

8. Приседание «Поплавок» (6 раз).

9. Подпрыгивание с приседанием. Исходное положение: основная стойка 1 - подпрыгнуть высоко вверх, руки поднять вверх, резко вдохнуть ртом; 2 - присесть, опустив руки к полу, выдохнуть одновременно ртом и носом; 3 - вернуться в исходное положение.

10. Ходьба (в бассейн).

занятия 15 – 21

1. Ходьба - обычная, на носках, с разным положением рук (вверх, за голову, за спину и т. д.).

2. Упражнение на дыхание - исходное положение: ноги слегка расставлены, наклонившись к бортику и держась за него прямыми руками. 1 - повернуть голову вправо (влево) - вдох, 2 - опустить лицо вниз - выдох (5 - 6 раз).

3. Упражнение на развитие внимания и быстроты движений рук. Исходное положение: основная стойка 1 - согнуть левую руку к плечу; 2 - согнуть правую руку к плечу; 3 - поднять левую руку вверх; 4 - поднять правую руку вверх; 5-8 - в аналогичном порядке вернуться в исходное положение(6 раз с убыстрением темпа).

4. «Я плыву» (10 - 12 движений).

5. Наклоны туловища вперёд. Исходное положение: ноги на ширине плеч, руки опущены. 1 - поднять руки вверх; 2 - наклониться к правой ноге; 3 - наклониться к левой ноге; 4 - вернуться в исходное положение(5 - 6 раз).

6. Бег на месте с выбрасыванием вперёд прямых ног с переходом на ходьбу (30 сек).

7. Упражнение на дыхание «Потягивание». 1 - из основной стойки, поднимая прямые руки вверх и вставая на носочки, потянуться вверх за руками, одновременно делая глубокий вдох; 2 - вернуться в о.с., делая выдох носом (4 - 5 раз).
8. Ходьба.

занятия 22 – 28

1. Ходьба обычная и гимнастическим шагом (30 сек).
2. Бег с высоким подниманием прямых ног вперёд и назад (30 сек).
3. Ходьба - марш (15 сек).
4. «Упражнение на дыхание «Потягивание». 1 - из основной стойки, поднимая прямые руки вверх и вставая на носочки, потянуться вверх за руками, одновременно делая глубокий вдох; 2 - вернуться в о.с., делая выдох носом (4 - 5 раз).
5. «Я плыву» (10 - 12 движений).
6. «Винт» - исходное положение: ноги вместе, руки верх. Повороты на 1800 вправо-влево в прыжке (8 раз).
7. Приседание с выпрыгиванием. Исходное положение: ноги слегка расставлены, руки на поясе. 1 – присесть, выпрямиться прыжком (6 раз).
8. «Торпеда» - исходное положение: лёжа на животе, руки под подбородком. Движения прямыми ногами, как при плавании способом «Кроль» (по 10 движений с отдыхом 3 раза).
9. Прыжки (ноги скрёстно - ноги на ширину плеч) (20 прыжков).
10. Упражнение на дыхание - исходное положение: ноги слегка расставлены, наклонившись к бортику и держась за него прямыми руками. 1 - повернуть голову вправо (влево) - вдох, 2 - опустить лицо вниз - выдох (5 - 6 раз).
11. Ходьба.

Разминка на суше (подготовительная группа)

занятия 1 – 7

1. Ходьба, бег по массажному коврику (по 30 сек).
2. «Мельница» - круговые движения прямых рук 1-4 - вперёд, 5-8 - назад (5 раз).
3. «Я плыву» - имитация руками движений пловца способом «Кроль» на груди и на спине (по 6 - 8 раз).
4. Наклоны назад. Исходное положение: стоя на коленях, руки опущены. 1 - правой рукой обхватить себя по поясу сзади, прогнуться назад, левую руку вытянуть за голову; 2,3 - задержаться в этом положении, глядя на потолок; 4 - вернуться в исходное положение(выполнить 4 - 6 раз, меняя руки).
5. «Стрела». Исходное положение: лёжа на животе, руки вытянуты вперёд. 1-4 - задержать дыхание; 5-7 - выдохнуть; 8 - вдохнуть (4-5 раз).
6. «Торпеда». Исходное положение: лёжа на животе, руки вытянуты вперёд. Работать прямыми ногами, имитируя движения пловца способом «Кроль» (1 - 2 мин).
7. Упражнение на дыхание. Исходное положение: ноги в основнойстойке., руки на поясе. 1 - вдох ртом, 2-4 - выдох носом (5 раз).
8. Произвольные прыжки (30 сек).

занятия 8-14

1. Ходьба по массажному коврику (30 сек).
2. «Озорные малыши» - бег с подскоками (30-40 сек).

3. «Плывём способом «Кроль». Исходное положение: стоя боком к бортику, держась за него одной рукой, в полунаклоне. 1 - вдохнуть ртом, повернув голову вправо (влево); 2,3,4 - круговые движения правой (левой) рукой, опустив голову «в воду». Темп медленный. (по 3 - 4 раза каждой рукой).

4. «Торпеда» на спине. Исходное положение: лёжа на спине, руки вдоль туловища. Энергично работать ногами, как при плавании способом «Кроль» на спине (30-40 сек).

5. «Торпеда» на груди. Исходное положение: лежа на животе, руки вытянуты вперёд. Энергично работать ногами в стиле «Кроль» (30- 40 сек).

6. «Плавающая медуза». Исходное положение: стоя на коленях, руки в упоре. 1 - наклонить голову, одновременно стараясь коснуться колена, подтягивая согнутую ногу к голове, 2,3 - выпрямить голову, ногу поставить на колено, носок оттянуть; 4-5 6 - то же другой ногой (6 раз в медленном темпе).

7. Прыжки «Озорные лягушата» - прыжки с ноги на ногу, высоко поднимая согнутые в коленях ноги, руки согнуты в локтях, подняты вверх, пальцы максимально раздвинуты (30 сек).

8. Упражнение на дыхание. Исходное положение: ноги в о.с., руки на поясе. 1 - вдох ртом, 2 -4 - выдох носом (5 раз).

занятия 15 – 21

1. Ходьба по массажному коврику (30 сек).
2. «Лошадки» - бег с высоким подниманием колен (30 сек).
3. «Насос». Исходное положение: стоя парами лицом друг к другу, держась за руки. Дети поочерёдно приседают на корточки, делая при этом выдох (10 раз).
4. «Торпеда» на спине. Исходное положение: лёжа на спине, руки вдоль туловища. Энергично работать ногами, как при плавании способом «Кроль» на спине (30-40 сек).
5. «Плывём способом «Кроль». Исходное положение: стоя боком к бортику, держась за него одной рукой, в полунаклоне. 1 - вдохнуть ртом, повернув голову вправо (влево); 2,3,4 - круговые движения правой (левой) рукой, опустив голову «в воду». Темп медленный. (по 3 - 4 раза каждой рукой).
6. «Поплавок». Исходное положение: основная стойка 1 - присесть, обхватив руками колени и глубоко вдохнув ртом, голову опустить вниз; 2,3 - задержать дыхание; 4,5 - выдох «в воду»; 6 - вернуться в исходное положение(4 - 5 раза).
7. Прыжки с произвольной постановкой ног (30 сек).
8. Упражнение на дыхание (5 раз).

занятия 22 – 28

1. Ходьба по массажному коврику с высоким подниманием коленей (30 сек).
2. Бег, доставая пятками ягодицы (40 сек).
3. Упражнение на дыхание (5 раз).
4. «Пловцы». Исходное положение: ноги на ширине плеч, туловище слегка наклонено вперёд, взгляд направлен в пол. Энергично имитировать руками движения пловца способом «Кроль».
5. «Насос». Исходное положение: стоя парами лицом друг к другу, держась за руки. Дети поочерёдно приседают на корточки, делая при этом выдох (10 раз).
6. «Винт». Исходное положение: основная стойка 1 - подпрыгнуть вверх, одновременно выполняя поворот вправо на 180 - 360, 2 - отдых, 3 - прыжок с поворотом влево, 4 - отдых (по 4 - 5 раз в каждую сторону).
7. «Торпеда» на спине (1 м).
8. Упражнение на дыхание (5 раз).

Оценочные материалы

Диагностика плавательных умений и навыков.

Мониторинг плавательных способностей детей проводится два раза в течение учебного года: в первые две недели сентября и последние две недели мая. В качестве критериев оценки выбран ряд контрольных упражнений для каждой возрастной группы. Результаты диагностики фиксируются в протоколе.

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

При оценке двигательных навыков детей, вводятся следующие обозначения.

Высокий уровень – означает правильное выполнение, т.е. навык сформирован, автоматизирован. Ребенок сам выполняет упражнение.

Средний уровень – говорит о промежуточном положении, т.е. недостаточно правильном выполнении упражнения. Ребенок выполняет с помощью.

Низкий уровень – указывает на неправильное выполнение движения. Ребенок не выполняет упражнение.

Методика проведения диагностики.

Лежание на груди.

Инвентарь: надувные игрушки, нарукавники.

Выполнить упражнение «звезда» на груди. Положение тела - горизонтальное, руки - в стороны, ноги - врозь (прямые).

Уровни освоения:

- высокий - правильно выполняет упражнение;
- средний - лежит на воде с поддерживающими предметами (надувные игрушки);
- низкий - боится лечь на воду (не выполняет упражнение).

Лежание на спине.

Инвентарь: надувные игрушки, нарукавники.

Выполнить упражнение звезда на спине. Положение тела - горизонтальное, руки – в стороны, ноги - врозь (прямые).

Уровни освоения:

- высокий - правильно выполняет упражнение;
- средний - лежит на воде с поддерживающими предметами (надувные игрушки);
- низкий - боится лечь на воду (не выполняет упражнение).

Плавание с доской при помощи движений ног способом кроль на груди.

Инвентарь: пенопластовые доски.

Положение тела горизонтальное, руки вытянуты вперед, плечи опущены в воду, подбородок лежит на поверхности воды. Плыть, ритмично работая прямыми ногами, носки оттянуты, повернуты вовнутрь, дыхание произвольное.

Уровни освоения:

- высокий - правильно выполняет упражнение;
- средний - выполняет с ошибками;

- низкий - не выполняет упражнение.

Плавание с доской при помощи движений ног способом кроль на спине.

Инвентарь: пенопластовые доски.

Положение тела горизонтальное, доска прижата к животу, голова погружена в воду смотрит вверх назад. Плыть, ритмично работая прямыми ногами (попеременно от бедра), носки оттянуты, повернуты вовнутрь, дыхание произвольное.

Уровни освоения:

- высокий - правильно выполняет упражнение;
- средний - выполняет с ошибками;
- низкий - не выполняет упражнение.

Скольжение на груди.

Стоя у бортика, руки впереди, кисти рук соединены, оттолкнуться ногой от бортика и выполнить упражнение «стрела» на груди. Тело должно лежать на поверхности воды - прямое, руки и ноги соединены, лицо опущено в воду.

Уровни освоения:

- высокий - правильно выполняет упражнение;
- средний - выполняет с ошибками;
- низкий - не выполняет упражнение.

Скольжение на спине.

Стоя у бортика, руки вверх, кисти рук соединены, оттолкнуться ногой от бортика и выполнить упражнение «стрела» на спине. Тело должно лежать на поверхности воды - прямое, руки и ноги соединены, лицо на поверхности воды.

Уровни освоения:

- высокий - правильно выполняет упражнение;
- средний - выполняет с ошибками;
- низкий - не выполняет упражнение.

Ориентировка в воде с открытыми глазами.

Инвентарь: тонущие игрушки.

Собрать предметы, разбросанные по бассейну.

Уровни освоения:

- высокий - 3 предмета на одном вдохе;
- средний - 1 предмет на одном вдохе;
- низкий - не выполняет упражнение (ни одного предмета).

Погружение в воду с задержкой дыхания.

Держась за поручень, сохраняя вертикальное положение тела, полностью погрузиться в воду.

Уровни освоения:

- высокий - безбоязненно выполняет упражнение, находится в таком положении в течении 3 секунд;
- средний - погружает в воду только лицо, находится в таком положении менее 3 секунд;
- низкий - не выполняет упражнение (боится полностью погрузится под воду).

Упражнение «Торпеда» на груди.

Оттолкнувшись от дна бассейна (от бортика), лечь на воду, опустив лицо в воду, руки вытянуть вперед (в «стрелочке»). Плыть при помощи движений ног способом кроль на груди на задержке дыхания (можно выполнить один вдох).

Уровни освоения:

- высокий - правильно выполняет упражнение;
- средний - выполняет с ошибками;
- низкий - не выполняет упражнение.

Упражнение «Торпеда» на спине.

Оттолкнувшись от дна бассейна (от бортика), лечь на воду, руки вверх (в «стрелочке»), лицо на поверхности воды. Плыть при помощи движений ног способом кроль на спине.

Уровни освоения:

- высокий - правильно выполняет упражнение;
- средний - выполняет с ошибками;
- низкий - не выполняет упражнение.

Выдохи в воду.

Держась за поручень, сохраняя вертикальное положение тела, полностью погрузиться в воду - выполнить выдох. Губы при выполнении выдоха немного вытянуты вперед, напряжены («трубочка»). Выдох должен быть равномерным, непрерывным, полным, выполняется одновременно через рот и нос.

Уровни освоения:

- высокий - правильно выполняет упражнение;
- средний - не полностью выполняет выдох в воду (заканчивает его над водой);
- низкий - не выполняет упражнение (боится полностью погрузиться в воду, выполняет выдох, опустив воду только губы).

Погружение в воду с задержкой дыхания (упражнение «Поплавок» в комбинации).

Сделав глубокий вдох и задержав дыхание, подтянуть колени к груди и обхватить их руками, голову опустить вниз к коленям - всплыть на поверхность, держаться на воде в таком положении (в комбинации). Спина должна появиться на поверхности.

Уровни освоения:

- высокий - правильно выполняет упражнение, находится в таком положении в течении 5-7 секунд;
- средний - выполняет упражнение, находится в таком положении менее 5 секунд;
- низкий - не выполняет упражнение (боится полностью погрузится под воду).

Многократные выдохи в воду.

Держась за поручень, сохраняя вертикальное положение тела, полностью погрузиться в воду - выполнить выдох. Губы при выполнении выдоха немного вытянуты вперед, напряжены («трубочка»). Выдох должен быть равномерным, непрерывным, полным, выполняется одновременно через рот и нос.

Уровни освоения:

- высокий - правильно выполняет упражнение, делает 5-7 выдохов;
- средний - правильно выполняет упражнение, делает 3-4 выдоха;
- низкий - правильно выполняет упражнение, делает 2 выдоха.

Плавание кролем на груди в полной координации.

Проплыть кролем на груди в полной координации, вдох можно выполнять через 1,3,5 гребков руками.

Уровни освоения:

- высокий - плывет в полной координации без ошибок;
- средний - плывет с ошибками;
- низкий - не плывет.

Плавание кролем на спине в полной координации.

Проплыть кролем на спине в полной координации, дыхание произвольное.

Уровни освоения:

- высокий - плывет в полной координации без ошибок;
- средний - плывет с ошибками;
- низкий - не плывет.

Плавание брассом в полной координации.

Проплыть брассом в полной координации.

Уровни освоения:

- высокий - плывет в полной координации без ошибок;
- средний - плывет с ошибками;
- низкий - не плывет.

Перспективный план работы с семьёй по физическому воспитанию (плаванию)

на 2023-2024 учебный год.

СЕНТЯБРЬ

- Наглядная информация для родителей:

- «Роль родителей в воспитании здорового ребёнка» (младшие, средние группы),
- «Зачем ребёнку спорт» (старшие группы подготовительные группы).

- Обследование детей на энтеробиоз и проведение профилактической работы с родителями.
- Наглядная информация для родителей «Как подготовить ребёнка к занятиям в бассейн»
- Беседы с родителями по подготовке детей к занятиям.
- Консультации для родителей вновь поступивших детей в ДОУ.
- Оформление фотостенда «Купаемся, развлекаемся, здоровья набираем» (летние фотографии).
- Участие детей в кроссе «Золотая осень», «Кросс Нации – 2023».
- Фотоинформация для родителей о проведенных спортивных мероприятиях.

ОКТЯБРЬ

- Обследование детей на энтеробиоз и проведение профилактической работы с родителями.
- Наглядная информация для родителей «На занятие в бассейн!» (младшие, средние группы), «Учите детей плавать» (старшие, подготовительные группы).
- Консультации для родителей: «Влияние плавания на всестороннее развитие ребёнка» (средние, младшие), «Роль родителей в воспитании здорового ребёнка» (старшие группы), «Плавание как средство повышения двигательной активности детей» (подготовительные группы).
- Рекомендации для родителей в уголке специалиста «Подружимся с водой», «Купаемся, играем - здоровье укрепляем».
- Информация для родителей «Мы на занятии», «Растём здоровыми».
- Индивидуальные консультации для родителей «Если ребёнок боится воды».
- Собрание для родителей «На занятие в бассейн» (младшие группы).

НОЯБРЬ

- Консультации для родителей «Организация начального обучению плаванию малышей», «Игры с водой дома» (младшие группы).
- Индивидуальные консультации «Роль родителей в воспитании здорового ребёнка» (подготовительные группы)
- Беседы с родителями (индивидуально).
- Рекомендации для родителей в уголке специалиста:

- «Подружимся с водой»,
- «Купаемся, играем - здоровье укрепляем».

- Информация для родителей «Мы на занятии», «Растём здоровыми».
- Наглядная информация «Физические упражнения как средство профилактики ортопедических нарушений » (старшая группа).

ДЕКАБРЬ

- Консультации для родителей «Учим детей плавать» (средняя, старшая, подготовительная группы).
- Беседы с родителями (индивидуально).

- Наглядная информация «Физические упражнения как средство профилактики ортопедических нарушений» (младшие, средние группы)
- Информация для родителей:
  - "Мы на занятии",
  - «Растём здоровыми».
- Открытое занятие в бассейне «Плавание – средство воспитания дошкольников» (подготовительные группы)
- Фотоинформация для родителей «Дед Мороз в бассейне».

ЯНВАРЬ-ФЕВРАЛЬ

- Консультация для родителей "Плавайте на здоровье" (младшие, средние)
- Рекомендации для родителей в уголке специалиста "Подружимся с водой".
- Информация для родителей:
  - "Мы на занятии",
  - «Растём здоровыми».
- Консультация для родителей «Физические упражнения как средство профилактики ортопедических нарушений» (подготовительные группы)
- Оформление стенда " Играя, учимся плавать ".
- Беседы с родителями (индивидуально).
- Обследование детей на энтеробиоз и проведение профилактической работы с родителями.
- Консультация для родителей по «Комплексу ГТО» (подготовительные группы).
- Открытое занятие для родителей «Физические упражнения как средство профилактики нарушений осанки, плоскостопия» (старший дошкольный возраст).

МАРТ

- Оформление стенда "Игры на воде".
- Беседы с родителями (индивидуально).
- Информация для родителей "Мы на занятии", «Растём здоровыми».
- Фотоматериалы для родителей "Соревнования в детском саду" (старшие, подготовительные группы).
- Открытые занятия для родителей «Играя, учусь плавать» (младшие, средние группы)
- Рекомендации для родителей в уголке специалиста "Подружимся с водой".
- Фотоинформация для родителей об участии детей в городских соревнованиях по плаванию.

АПРЕЛЬ

- Открытые занятия для родителей.
- Оформление стенда "Играя - учимся плавать".
- Фотоматериалы для родителей "Весёлые старты" (средняя, старшая, подготовительная группы).
- Рекомендации для родителей в уголке специалиста "Подружимся с водой".
- Информация для родителей "Мы на занятии", «Растём здоровыми».
- Фотоинформация для родителей об участии детей в городских соревнованиях.

МАЙ

- Открытые занятия для родителей.
- Занятия плаванием в ДЮСШ на базе бассейна «Строитель», 23 школы (родители и дети подготовительных групп).
- Оформление фотостенда "Лучшие пловцы" (подготовительные группы).

- Наглядная информация для родителей "Растём здоровыми", "Наши успехи", «Мы на занятии».
- Беседы с родителями по итогам учебного года (результаты диагностики, посещаемость, навыки).
- Информация для родителей проекта «Расту здоровым» (годовой) в средних, старших, подготовительных группах.
- Советы родителям на лето (индивидуально).
- Информация для родителей «Техника безопасности при плавании в открытых водоёмах»

Перспективный план

воспитательно-образовательной работы по физическому воспитанию на 2023 -2024 учебный год

Приоритетные задачи:

Создание оптимальных условий в ДОО для социализации и успешной адаптации дошкольников с особыми образовательными потребностями к жизни в обществе.

Задачи инструктора по физкультуре:

- Сохранять и укреплять здоровье детей. Обеспечить соблюдение общего и индивидуального ортопедического режима. Способствовать созданию ЗОЖ в детском саду и в семье;
- Способствовать развитию самостоятельности, приобретению навыков элементарного самообслуживания, формировать основы безопасной жизнедеятельности детей;
- Формировать навыки организованного поведения детей, элементарные представления о социальных правилах поведения людей
- Продолжить обучать дошкольников
- Продолжить коррекционную работу по укреплению ОДА
- Повышение профессиональной компетентности педагогов в вопросах социализации дошкольников с особыми образовательными потребностями к жизни в обществе
- Развитие навыков взаимодействия с социумом, успешная адаптация к новым условиям
- Повышение педагогической компетентности родителей по вопросам адаптации и социализации детей с ОВЗ к детскому саду, обучению в школе, жизни в обществе, оптимизация детско-родительских отношений.

МЕРОПРИЯТИЯ	ДАТА
➢ Тема по самообразованию «Использование нестандартного оборудования в бассейне ДОУ как средства развития двигательной активности детей с ОВЗ» ➢ Школа для заинтересованных родителей (индивидуальное, групповое консультирование по заявленным проблемам и по итогам диагностики) ➢ Коррекция нарушений ОДА (практический показ упражнений на воде) ➢ Участие в городских соревнованиях, фестивалях творчества, областных соревнованиях ➢ Мероприятия, направленные на пропаганду и реализацию ГТО (дети подготовительных гр., родители, педагоги) ➢ Оформление фотоколлажей по итогам развлечений и соревнований	в течение года
➢ Мониторинг детского развития и освоения образовательной программы ➢ Составление планов совместных мероприятий с родителями в группах ➢ Наглядная информация для родителей: «Роль родителей в воспитании здорового ребёнка» (младшие, средние группы), «Зачем ребёнку спорт?» (подготовительные, старшие группы).	сентябрь

➢ Информация для родителей «Как подготовить ребёнка к занятиям в бассейне», «Мы должны научиться» (программные требования), рекомендации в уголке специалиста «Подружимся с водой» ➢ Консультации для родителей вновь поступивших детей в ДОУ. ➢ Оформление фотостенда «Купаемся, развлекаемся, здоровья набираемся» (летние фотографии) ➢ Проведение кросса «Золотая осень» в детском саду. ➢ Подготовка и участие детей во всероссийском «Кроссе Нации – 2023». ➢ Фотоинформация для детей и родителей «Кросс Нации – 2023», кросс «Золотая осень».	
➢ Оформление диагностических карт, ИОМ ➢ ППк ➢ Подготовка и участие детей к городской спартакиаде для детей с ОВЗ. ➢ Наглядная информация для родителей «На занятие в бассейн!» (младшие, средние группы), «Учите детей плавать» ➢ (старшие, подготовительные группы). ➢ Консультации для родителей: «Влияние плавания на всестороннее развитие ребёнка» (средние, младшие), «Роль родителей в воспитании здорового ребёнка» (старшие группы), «Плавание как средство повышения двигательной активности детей» (подготовительные группы). ➢ Рекомендации для родителей в уголке специалиста «Подружимся с водой», «Купаемся, играем - здоровье укрепляем». ➢ Информация для родителей «Мы на занятии», «Растём здоровыми». ➢ Индивидуальные консультации для родителей «Если ребёнок боится воды». ➢ Собрание для родителей «На занятие в бассейн» (младшие группы).	октябрь
➢ Консультации для родителей «Организация начального обучению плаванию малышей», «Игры с водой дома» (младшие группы). ➢ Индивидуальные консультации «Роль родителей в воспитании здорового ребёнка» (подготовительные группы) ➢ Беседы с родителями (индивидуально). ➢ Рекомендации для родителей в уголке специалиста: «Подружимся с водой», «Купаемся, играем - здоровье укрепляем». ➢ Информация для родителей «Мы на занятии», «Растём здоровыми». ➢ Наглядная информация «Физические упражнения в воде как средство профилактики ортопедических нарушений» (старшая группа).	ноябрь
➢ Консультации для родителей «Учим детей плавать» (средняя, старшая, подготовительная группы). ➢ Беседы с родителями (индивидуально). ➢ Наглядная информация «Физические упражнения как средство профилактики ортопедических нарушений» (младшие, средние группы) ➢ Открытое занятие в бассейне «Плавание – средство воспитания дошкольников» (подготовительные группы) ➢ Развлечение в бассейне «Дед Мороз в бассейне» (младший дошкольный возраст) ➢ «Новогодние старты» (старший дошкольный возраст)	декабрь

➢ Информация для родителей: «Мы на занятии», «Растём здоровыми». ➢ Фотоинформация для родителей «Дед Мороз в бассейне», «Новогодние старты»	
➢ Промежуточные результаты коррекции психического и физического развития детей, перспективы коррекционно-оздоровительной работы, внесение корректировок в ИОМ ➢ Консультации для родителей «Плавайте на здоровье», по ГТО ➢ Рекомендации в уголке специалиста «Подружимся с водой» ➢ Информация для родителей «Растём здоровыми», «Мы на занятии» ➢ Оформление фотостенда «Играя, учимся плавать» ➢ Консультация для родителей «Физические упражнения как средство профилактики ортопедических нарушений» (подготовительные группы) ➢ Открытые занятия для родителей «Физические упражнения в воде как средство профилактики нарушений осанки, плоскостопия» (старший дошкольный возраст) ➢ Подготовка и участие детей в областном лыжном спринте в Малых Карелах. ➢ Фотоинформация для детей и родителей по участию в мероприятиях.	январь
➢ Городские соревнования по лыжным гонкам «Лыжня дошколят -2024» ➢ Соревнования «Лыжня России - 2024» ➢ Информация для родителей «Растём здоровыми», «Мы на занятии» ➢ Фотоинформация для детей и родителей по проведенным мероприятиям	февраль
➢ Областные соревнования по лыжным гонкам «Лыжный фестиваль» в Малых Карелах ➢ Городские соревнования «1.2,3 – плыви!» ➢ Оформление стенда "Игры на воде" ➢ Открытые занятия для родителей «Играя, учусь плавать» (младшие, средние группы) ➢ Рекомендации для родителей в уголке специалиста "Подружимся с водой". ➢ Фотоинформация для родителей об участии детей в городских соревнованиях по плаванию, лыжам. ➢ Информация для родителей «Растём здоровыми», «Мы на занятии».	март
➢ Синхронное плавание на базе МБДОУ №89 «Умка». ➢ Подготовка и участие детей в весеннем лыжном спринте.	апрель

➢ Мониторинг детского развития и освоения образовательной программы. ➢ ПМПК (младшая – подготовительная группа) ➢ Открытые занятия для родителей. ➢ Оформление стенда "Играя - учимся плавать". ➢ Фотоматериалы для родителей "Весёлые старты" (средняя, старшая, подготовительная группы). ➢ Рекомендации для родителей в уголке специалиста "Подружимся с водой". ➢ Фотоинформация для родителей об участии детей в городских соревнованиях. ➢ Информация для родителей «Растём здоровыми», «Мы на занятии».	
➢ Итоги коррекционно-оздоровительной работы, оценка физического развития детей (педсовет) ➢ ППк ➢ Открытые занятия для родителей. ➢ Занятия плаванием в ДЮСШ на базе бассейна «Строитель» (родители и дети подготовительных групп). ➢ Оформление фотостенда "Лучшие пловцы" (старшая и подготовительные группы). ➢ Наглядная информация для родителей "Растём здоровыми", "Наши успехи", «Мы на занятии». ➢ Беседы с родителями по итогам учебного года (результаты диагностики, посещаемость, навыки). ➢ Информация для родителей проекта «Расту здоровым» (годовой) в средних, старших, подготовительных группах. ➢ Советы родителям на лето (индивидуально). ➢ Информация для родителей «Техника безопасности при плавании в открытых водоёмах».	май

Обеспечение безопасности НОД по плаванию

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

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

- непосредственно образовательную деятельность по плаванию проводить в местах, полностью отвечающих всем требованиям безопасности и гигиены.
- не допускать неорганизованного плавания, самовольных прыжков в воду и ныряния.
- не разрешать детям толкать друг друга и погружать с головой в воду, садиться друг на друга, хватать за руки и за ноги, нырять навстречу друг другу, громко кричать, звать на помощь, когда

она не требуется.

- не проводить непосредственно образовательную деятельность по плаванию с группами, превышающими 10-12 человек.
- допускать детей к непосредственно образовательной деятельности только с разрешения врача.
- приучать детей выходить из воды по неотложной необходимости только с разрешения преподавателя.
- проводить поименно перекличку детей до входа в воду и после выхода из нее.
- научить детей пользоваться спасательными средствами.
- во время непосредственно образовательной деятельности внимательно наблюдать за детьми, видеть всю группу, каждого воспитанника отдельно и быть готовым в случае необходимости быстро оказать помощь ребенку.
- обеспечить обязательное присутствие медсестры при проведении непосредственно образовательной деятельности по плаванию.
- не проводить непосредственно образовательную деятельность раньше, чем через 40 минут после еды.
- при появлении признаков переохлаждения (озноб, «гусиная кожа», посинение губ) вывести ребенка из воды и дать ему согреться.
- соблюдать методическую последовательность обучения.
- знать индивидуальные данные физического развития, состояние здоровья и плавательную подготовку каждого ребенка.
- прыжки в воду разрешать детям, умеющим уверенно держаться на поверхности воды.
- не злоупотреблять возможностями ребенка, не форсировать увеличения плавательной дистанции.
- добиваться сознательного выполнения детьми правил обеспечения безопасности непосредственно образовательной деятельности по плаванию.

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

- внимательно слушать задание и выполнять его;
- входить в воду только по разрешению преподавателя;
- спускаться по лестнице спиной к воде;
- не топить друг друга;
- не бегать в помещении бассейна;
- проситься выйти по необходимости;
- выходить быстро по команде инструктора. - не стоять без движений в воде;
- не мешать друг другу, окунаться;
- не наталкиваться друг на друга;
- не кричать;