ПРИНЯТО
на педагогическом совете

Протокол № 1 от 31.08.2022

УТВЕРЖЕНО
приказом МДОУ «Д/с №17»

От 31.08.22 № 01-11/83

_____ С.А. Анисимова

Рабочая программа по плаванию инструктора по физической культуре

Акуловой Виктории Олеговны

Группа: Вторая младшая группа

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 17 общеразвивающего вида»

Ухта, 2022г.

Содержание

I. Целевой раздел

1.1.Пояснительная записка ……..3
1.2.Цели и задачи программы……..5
1.3.Принципы и подходы к формированию программы……...6
1.4.Значимые для разработки и реализации программы характеристики…...7
1.5.Целевые ориентиры и планируемые результаты освоения программы….8

II. Содержательный раздел

2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в образовательной области «Физическое развитие» обучение детей плаванию с 3 до 4 лет...…..9
2.1.1.Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик ……...10
2.1.2.Описание методических пособий, обеспечивающих реализацию содержания образовательной деятельности…….11
2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации программы……12
2.2.1. Способы и направления поддержки детской инициативы……13
2.2.2. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников…….14
2.2.3. Иные характеристики содержания программы……..16

III. Организационный раздел

3.1. Описание материально - технического обеспечения программы……17
3.2. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания……..19
3.3.Комплексно-тематическое планирование занятий по физической культуре……..19
3.4. Режим дня……..21
3.5. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий……23
3.6. Особенности организации развивающей предметно - пространственной среды……23
Список литературы…….24

I. Целевой раздел:

1.1. Пояснительная записка

Задача сохранения и укрепления здоровья детей занимает ведущее место в образовательном пространстве, регламентируется в новых федеральных государственных требованиях, где огромное внимание уделяется вопросам здоровьесбережения. Решение этой задачи регламентируется Законом «Об образовании в РФ» от 27 декабря 2012 г. №273, а также указами Президента России "О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения РФ"; "Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в РФ" и другими нормативными документами.

Воспитанники проводят в детском саду значительную часть дня, и сохранение, укрепление их физического, психического здоровья - дело не только семьи, но и педагогов. Здоровье, являясь важнейшей ценностью человека и общества, относится к категории государственных приоритетов, поэтому процесс его сохранения и укрепления вызывает серьезную озабоченность не только медицинских работников, но и педагогов, психологов и родителей.

В общей системе образовательной работы физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия укрепляется здоровье ребенка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности.

Согласно ФГОС дошкольного образования от 17 октября 2013 г. Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей:

- двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость;
- плавание как вид физических упражнений способствует поддержанию достигнутого ребенком уровня здоровья, обеспечению достаточного уровня двигательной активности, увеличению функциональных резервов детского организма;
- становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Плавание – одно из средств, способствующих разностороннему физическому развитию, которое стимулирует деятельность нервной и дыхательной систем, значительно расширяет возможности опорно-двигательного аппарата. Оно является одним из лучших средств закаливания и формирования правильной осанки ребенка.

Активные движения укрепляют мышечную и сердечно-сосудистую системы ребенка; более того развитие движений находится в прямой зависимости от

внешней среды. Занятия в воде и выполнение различных движений, связанных с преодолением ее сопротивления - важнейший фактор гармоничного развития.

Во время плавания человек преодолевает значительное сопротивление воды, постоянно тренирует все мышечные группы, радикально способствуя устранению различных дефектов и ликвидации плоскостопия. Постоянное купание и плавание закаляет организм, формирует стойкий иммунитет не только к простудным, но и к некоторым инфекционным заболеваниям. И здесь решающим является температурный фактор.

Организация обучения плаванию в детском саду осуществляется в комплексе со всеми разнообразными формами физкультурно-оздоровительной работы, так как, только сочетание занятий в бассейне с рациональным режимом деятельности и отдыха детей может дать положительный результат в укреплении их здоровья и закаливания организма.

Задачей занятий по плаванию является не только закаливание организма детей, но также предоставление им возможность научиться плавать, преодолеть чувство страха и боязнь глубины. Успешность обучения дошкольников плаванию и степень его оздоровительного влияния зависят от того, насколько чётко будут соблюдены все основные требования к его организации, обеспечены меры безопасности, выполнены необходимые санитарно-гигиенические правила.

Основное содержание программы составляют физические упражнения, игры и игровые упражнения, освоение которых помогают детям научиться основным навыкам плавания.

Программа ориентирована на поддержание положительного эмоционального отношения детей к занятиям на всех этапах обучения, стремлению к тому, чтобы упражнения и игры в воде доставляли им удовольствие и радость, побуждали их к самостоятельности, стремлению научиться плавать.

Рабочая программа определяет содержание и организацию образовательного процесса по реализации образовательной области «Физическое развитие» обучение детей плаванию для детей младшей группы. Программа разработана на основе программы Е.К. Воронова «Программа обучения плаванию в детском саду» (2003г.), которая рекомендована *Общеобразовательной программой дошкольного образования "От рождения до школы" /под редакцией Т.С. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой*, а также в соответствии с основными нормативно-правовыми документами по дошкольному воспитанию:

1. Образовательная программа дошкольного образовательного учреждения составленная на основе Общеобразовательной программой дошкольного образования "От рождения до школы" /под редакцией Т.С. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой .

2. Закон об образовании 2013 - федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".

3. Приказ МОиН РФ «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» от 17 октября 2013 г. №1155.

4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования».

5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 г. N 26"Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций".

1.2. Цели и задачи программы

Правильно организованный процесс обучения плаванию оказывает разностороннее развивающее влияние на детей и имеет высокий образовательно-воспитательный эффект. Увеличивается объем не только двигательных умений и навыков, но и знаний, развиваются физические качества и умственные способности детей, воспитываются нравственные и эстетические чувства, волевые качества, вырабатывается осознанное и ответственное отношение к своим поступкам, к взаимоотношениям со сверстниками.

Цель программы - создание благоприятных условий для оздоровления, закаливания, и обеспечения всестороннего развития психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями дошкольников в процессе обучения плаванию.

Задачи программы.

Оздоровительные:

- укрепить здоровье детей, содействовать их гармоничному психофизическому развитию;
- содействовать расширению адаптивных возможностей детского организма, повышению его защитных свойств и устойчивости к заболеваниям;
- совершенствовать опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать работоспособность организма;
- расширять спектр двигательных умений и навыков в воде;
- развивать творческое самовыражение в игровых действиях в воде.

Образовательные:

- формировать теоретические и практические основы освоения водного пространства;
- учить плавательным навыкам и умениям, умению владеть своим телом в непривычной среде;
- развивать физические качества (ловкость, быстрота, выносливость, сила и др.).

Воспитательные:

- воспитывать нравственно-волевые качества, настойчивость, смелость, выдержку, силу воли;
- формировать стойкие гигиенические навыки;
- формировать потребность к здоровому образу жизни, устойчивый интерес к занятиям по плаванию;

способствовать эмоциональному и двигательному раскрепощению, появлению чувства радости и удовольствия от движений в воде.

Ожидаемые результаты:

- укрепление здоровья детей, снижение заболеваемости;
- расширение адаптивных возможностей детского организма;
- повышение показателей физического развития детей;
- расширение спектра двигательных умений и навыков в воде;
- формирование основных плавательных навыков;
- развитие творческого потенциала и личностного роста ребёнка;
- развитие эмоционального и двигательного раскрепощения в воде, проявления чувства радости и удовольствия от движения;
- формирование нравственно-волевых качеств.

1.3.Принципы и подходы к формированию программы

Наряду с общепедагогическими дидактическими принципами (сознательности и активности, наглядности и доступности и др.), имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания:

Принцип оздоровительной направленности, согласно которому инструктор по физической культуре несёт ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей.

Принцип разностороннего и гармоничного развития личности, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально – нравственного и художественно – эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.

*Принцип гуманизации и демократизации***,** который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурной – оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств и методов физического развития и видов спорта, принципа комфортности в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой.

Принцип индивидуализации позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию, учитывая индивидуальные способности каждого ребёнка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя принцип возрастной адекватности физических упражнений.

Принципы постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередовании я нагрузок и отдыха, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.

Принцип единства с семьёй, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно-гигиенических навыков, развития двигательных навыков. Поэтому очень важным становится оказание необходимой помощи родителям воспитанников, привлечение их к участию в совместных физкультурных мероприятиях – физкультурных досугах и праздниках, походах.

Подходы к формированию программы:

- системно – деятельностный подход;
- единство подходов к воспитанию детей в условиях дошкольного образовательного учреждения и семьи;
- творческая организация (креативность) образовательного процесса;
- максимальное использование разнообразных видов детской деятельности, их интеграция в целях повышения эффективности образовательного процесса.

1.4. Значимые для разработки и реализации программы характеристики

Навыки плавания у детей формируются, закрепляются и совершенствуются при использовании различных средств обучения плаванию.

1.Общеразвивающие и специальные упражнения «суша»:

- комплекс подводящих упражнений;
- элементы «сухого плавания».

2. *Подготовительные упражнения на воде, упражнения, знакомящие детей с водой и ее свойствами:*

- передвижение по бассейну и простейшие действия в воде;
- погружение в воду, в том числе с головой;
- упражнение на дыхание;
- открывание глаз в воде;
- всплывание и лежание на поверхности воды;
- скольжение по поверхности воды.

3.*Упражнения для разучивания техники плавания «с опорой и без»:*

- движение рук и ног;
- дыхание;
- согласование движений рук, ног, дыхания;
- плавание в координации движений.

4.*Простейшие спады и прыжки в воду:*

- спуск в воду;
- прыжки ногами вперед.

5.*Игры и игровые упражнения способствующие:*

- развитию умения передвигаться в воде;
- овладению навыком погружения и открывания глаз;
- овладению выдохам в воду;
- развитию умения всплывать;
- овладению лежанием;
- овладению скольжением;

- развитию умения выполнять прыжки в воду;
- развитию физического качества.

6.*Последовательность освоения техники плавания:*

- разучивание движений ног;
- разучивание движений рук;
- разучивание способа плавания в целом (отработка согласованных движений рук, ног и дыхания);
- совершенствование плавания в полной координации.

7.*Каждый элемент техники изучается в следующем порядке*:

- ознакомление с движением на суше;
- изучение движений с неподвижной опорой;
- изучение движений с подвижной опорой;
- изучение движений в воде без опоры.

В процессе обучения применяются и так называемые контрастные приемы. Например, воспитанник выполняет упражнение на всплывание. Для того чтобы подчеркнуть необходимость предварительного глубокого вдоха и последующей задержки дыхания, ему предлагается не делать глубокого вдоха, погрузиться в воду и принять заданное положение (тело не поднимается на поверхность воды).

Сразу после этого воспитанник выполняет упражнение правильно (делает глубокий вдох, опускается в воду и задерживает дыхание), и тело всплывает на поверхность воды.

В программе выделена закономерность поэтапного формирования соответствующих навыков плавания на основе использования системы упражнений и игр.

Формирование навыков плавания для возраста с 3 до 4 лет:

Знакомство с водой, ее свойствами. Освоение с водой (безбоязненное и уверенное передвигаться по бассейну с помощью и самостоятельно, совершать простейшие действия, играть).

1.5. Целевые ориентиры и планируемые результаты освоения программы

В соответствии с ФГОС дошкольного образования к целевым ориентирам образовательной области «Физическое развитие» обучение детей плаванию для детей второй младшей группы, относятся следующие социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка возраста 3-4 лет:

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.

<u>К концу года дети научаться:</u>

- свободно (безбоязненно) передвигаться в воде различными способами;
- лежать в воде на груди и спине;

- погружаться в воду с головой у неподвижной опоры (в вертикальном положении) на задержке дыхания;
- выполнять выдох в воду у неподвижной опоры.

II. Содержательный раздел

2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в образовательной области «Физическое развитие» обучение детей плаванию с 3 до 4 лет

Характеристика возрастных особенностей развития детей дошкольного возраста необходима для правильной организации образовательного процесса, как в условиях семьи, так и в условиях дошкольного образовательного учреждения.

Мышечная система ребенка дошкольного возраста развита еще довольно слабо. Мышцы ребенка сокращаются медленнее, чем у взрослого, а сами сокращения происходят через меньшие промежутки времени. Поскольку мышцы ребенка более эластичны, при сокращении они более укорачиваются, а при растяжении более удлиняются. Этими особенностями мышечной системы объясняется почему дети быстро утомляются, но их физическое утомление быстро проходит. Поэтому для ребенка нежелательны длительные мышечные напряжения и однообразные статические нагрузки.

Плавание является адекватной для детского организма физической нагрузкой, поскольку в цикле плавательных движений напряжение и расслабление мышечных групп последовательно чередуются. Занятия плаванием благотворно влияют на важнейшие системы жизнеобеспечения ребенка.

Младший дошкольный возраст - четвёртый год жизни ребёнка характеризуется особенностью развития дыхательной системы - 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 ребенок не может сидеть или стоять, не меняя позы.

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

Цель обучения дошкольников плаванию - содействие оздоровлению и закаливанию.

Задачи обучения плаванию:

1. Формировать гигиенические навыки: самостоятельно раздеваться, мыться под душем, вытираться при помощи взрослого, одеваться.

2. Привить интерес, любовь к воде.

3. Учить правилам поведения на воде (соблюдать очерёдность при входе в бассейн и выходе из него, не толкать друг друга, не держаться друг за друга, не кричать, выполнять все указания инструктора и т.д.);

4. Учить уверенно и безбоязненно держаться на воде, играть и плескаться в ней.

5. Развивать двигательные умения и навыки: самостоятельно передвигаться в воде различными способами, погружаться в воду; учить выдоху в воде, лежать на груди и на спине, скользить по воде с игрушкой в руках.

6. Развивать физические качества: силу, выносливость, быстроту.

Характеристика основных навыков плавания для младшей группы:

Навык	Характеристика
Ныряние	Погружение лицо в воду. Погружение головы в воду.
Продвижение в воде	Ходьба вперед лицом до глубины бедра, до глубины груди с помощью рук. Бег за мячом, игра «Догони меня», упражнение «Крокодильчик»
Выдох в воду	Вдох над водой, выдох в воду с погружением лица, головы.
Прыжки в воду	Выпрыгнуть вверх из приседа в воде глубиной до бедер или до груди.
Скольжение	Лежать на воде с хватом за бортик вытянувшись в положении на груди, на спине.

Большую роль в формировании двигательных навыков плавания играет использование вспомогательного материала и оборудования. Оно помогает разнообразить приемы и методы обучения, виды упражнений, снять психологическую монотонность, постоянно повторяющихся движений, рационально использовать обучающее пространство, повышают интерес к занятиям, позволяют использовать дифференцированный подход в обучении. Оборудование должно быть разнообразным, ярким, интересным, удобным в обращении и самое главное безопасным.

Бассейн также должен быть оформлен таким образом, чтобы вызывать у ребенка положительное настроение, желание окунуться в этот загадочный и пока непонятный мир воды, чтобы ему самому захотелось научиться плавать.

2.1.1. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Физкультурно-оздоровительная деятельность направлена на укрепление здоровья детей, развитие двигательных навыков, а также воспитание положительного отношения к своему здоровью и формирование стремления к

здоровому образу жизни. По этому направлению используются:

- комплексы дыхательных упражнений

Физкультурно-оздоровительная деятельность направлена на формирование у воспитанников, родителей, педагогов осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью, важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации.

Подвижные игры: упражнений на внимание, ловкость и координацию; с прыжками, бегом, скольжением; упражнения для выдохов в воду с погружением лица в воду.

Физкультурно-досуговые мероприятия направлены на формирование у детей выносливости, смекалки, ловкости, умения жить в коллективе, усиление интереса к физическим упражнениям, двигательной активности, приобщают к здоровому образу жизни.

Физкультурные досуги проводятся 1 раз в полгода. Продолжительность досуга – 15-20 минут. Физкультурные досуги проводятся в первой половине дня. Основное содержание составляют знакомые упражнения с элементом новизны, забавы, развлечения, доставляющие радость и удовольствие.

Упражнения, выполняемые с эмоциональным подъемом, оказывают благоприятное воздействие на организм ребенка. На физкультурных досугах и праздниках не только закрепляются двигательные умения и навыки детей, развиваются двигательные качества (быстрота, ловкость, ориентировка в пространстве и др.), но и способствуют воспитанию чувства коллективизма, товарищества, дружбы, взаимопомощи, развивают выдержку и внимание, целеустремленность, смелость, упорство, дисциплинированность и организованность.

Физкультурные досуги и развлечения

Месяц	**Мероприятие**
Декабрь	Спортивное развлечение «Новогодние игрушки»
Апрель	Спортивные развлечения «Неделя здоровья»

2.1.2.Описание методических пособий, обеспечивающих реализацию содержания образовательной деятельности

Программно-методическое обеспечение

Программы и технологий	Программа разработана на основе общеобразовательной программы «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы,Т.С. Комаровой, М.А.Васильевой
Пособия	Выстраивается на основе методических разработок Е.К. Воронова «Программа обучения плаванию в детском

	саду» (2003г.)

2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации программы

Формы, методы и средства реализации программы по образовательной области «Физическое развитие» обучение детей плаванию с 3 до 4 лет:

Образовательная область «Физическое развитие» по плаванию			
Возраст 3-4 года	Совместная деятельность с педагогом	Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	Самостоятельная деятельность детей
Деятельность	Групповая	Подгрупповая и индивидуальная	Подгрупповая и индивидуальная
	1.Организованная образовательная деятельность. 2. Подвижные игры. 3. Комплексы упражнений на дыхание. 4. Игровые ситуации. 5. Беседа с элементами движений. 6. Беседы и рассказы о здоровом образе жизни.	1.Утренняя гимнастика. 2.Подвижные игры. 3.Игровая беседа с элементами движений. 4. Гимнастика после сна с простыми элементами движений. 5. Ситуативные разговоры 6.Игровые ситуации. 7. Беседы и рассказы о здоровом образе жизни. 8. Двигательная активность на прогулке.	1. Упражнения и подвижные игры. 2. Двигательная активность на прогулке. 3. Продуктивная деятельность на темы физкультуры и здоровья. 4.Рассматривание иллюстраций.

Методы и приемы

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 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.

2.2.1. Способы и направления поддержки детской инициативы

Объектом при оценивании качества образовательного процесса являются условия, созданные для реализации образовательной Программы, и степень их соответствия требованиям Стандарта. Условия реализации программы обеспечивают полноценное развитие личности детей во всех основных образовательных областях, а именно: в сферах социально - коммуникативного и физического развития личности детей на фоне их эмоционального благополучия и положительного отношения к миру, к себе и к другим людям. Выполнение требований к условиям реализации программы обеспечивает создание социальной ситуации развития для участников образовательных отношений, включая создание образовательной среды.

1) гарантирует охрану и укрепление физического и психического здоровья детей;

2) обеспечивает эмоциональное благополучие детей;

3) способствует профессиональному развитию педагогических работников;

4) создает условия для развивающего вариативного дошкольного образования;

5) обеспечивает открытость дошкольного образования;

6) создает условия для участия родителей (законных представителей) в образовательной деятельности.

Развивающая предметно - пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства и материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей и коррекции недостатков их развития.

Способы поддержки инициативы детей:

- создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности;
- создание условий для принятия детьми решений;
- не директивную помощь детям, поддержку детской инициативы и самостоятельности.

Направления поддержки детской инициативы:

- творческая инициатива – предполагает включенность ребенка в игру как основную творческую деятельность, где развиваются воображение, образное мышление;
- коммуникативная инициатива – предполагает включенность ребенка во взаимодействие со сверстниками, где развиваются эмпатия, коммуникативная функция речи.

2.2.2. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

Основные цели и задачи

Важнейшим условием обеспечения целостного развития личности ребенка является развитие конструктивного взаимодействия с семьей.

Ведущая цель - создание необходимых условий для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности родителей (способности разрешать разные типы социально-педагогических ситуаций, связанных с воспитанием ребенка); обеспечение права родителей на уважение и понимание, на участие в жизни детского сада.

***Основные задачи взаимодействия детского сада с семьей*:**

- изучение отношения педагогов и родителей к различным вопросам воспитания, обучения, развития детей, условий организации разнообразной деятельности в детском саду и семье;
- информирование друг друга об актуальных задачах воспитания и обучения детей и о возможностях детского сада и семьи в решении данных задач;
- создание в детском саду условий для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагогов и родителей с детьми;
- поощрение родителей за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребенка, создание необходимых условий для их удовлетворения в семье.

Основные направления и формы взаимодействия с семьей

В современном быстро меняющемся мире родители и педагоги должны непрерывно повышать свое образование. Программы родительского образования важно разрабатывать и реализовывать исходя из следующих принципов:

- целенаправленности - ориентации на цели и приоритетные задачи образования родителей;
- доступности - учета возможностей родителей освоить предусмотренный программой учебный материал;
- индивидуализации - преобразования содержания, методов обучения и темпов освоения программы в зависимости от реального уровня знаний и умений родителей;
- участия заинтересованных сторон (педагогов и родителей) в инициировании, обсуждении и принятии решений, касающихся содержания образовательных программ и его корректировки.

Основные формы обучения родителей: лекции, семинары, проекты, игры.

Совместная деятельность педагогов, родителей, детей

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

План взаимодействия с родителями

Месяц	**Содержание работы**	**Формы работы**
Сентябрь	«Задачи на учебный год по плаванию в области физическое воспитание»	Информационное Сообщение
	«Требования к одежде для занятий по плаванию»	Индивидуальные беседы
В течение года	Индивидуальные беседы с родителями детей с повышенными образовательными потребностями и ослабленных в физическом развитии детей.	Индивидуальные беседы

Взаимодействие с воспитателями:

- изучение индивидуальных психофизических особенностей в развитии воспитанников групп;
- подготовка, организация и проведение физкультурных развлечений и досугов;
- помощь в подборке и размещении информационного материала для родителей.
-

Взаимодействие с медицинской сестрой и врачом:

- определение физкультурной группы, группы здоровья;
- пропаганда здорового образа жизни;
- профилактика травматизма;
- соблюдение санитарного состояния помещений (уборка, проветривание).

2.2.3. Иные характеристики содержания программы

Физкультурно-оздоровительная работа представлена режимами двигательной активности группы и системой закаливания.

Режим двигательной активности на холодный период года	
Формы организации	**2 Младшая группа**
1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского сада	
1.1. Утренняя гимнастика	Ежедневно 6 минут
1.4 Закаливающие процедуры	Ежедневно после дневного сна
1.6. Занятия на тренажерах.	-
2. Физкультурные занятия	
2.1 Физкультурные занятия в физкультурном зале	2раза в неделю по 15 минут
2.3 Физкультурные занятия в бассейне	1 раз в неделю
3.Спортивный досуг	
3.1 Самостоятельная двигательная деятельность	
3.2 Физкультурные Праздники	1 раз в квартал
3.3 Физкультурные досуги и развлечения в бассейне	1 раз в полгода

Режим двигательной активности на теплый период года	
Формы организации	**2 Младшая группа**
1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского сада	
1.1. Утренняя гимнастика	Ежедневно 6 минут
1.2. Закаливающие процедуры	Ежедневно после дневного сна
2.Спортивный досуг	
2.1. Физкультурные праздники	1 раз в квартал
2.3 Физкультурные досуги и развлечения в бассейне	1 раз в полгода

Система закаливания в холодное и теплое время года составлена на основании требований СанПиН 2.4.1.304913 (XII. Требования к организации физического воспитания, подпункты 12.5,12,6) и На основе Методических рекомендаций по закаливанию детей в дошкольных учреждениях (утв. Главным управлением лечебно-профилактической помощи детям и материалам Минздрава СССР 16 июня 1980г. №11-18/6-29) Ст.н.с.; канд. медицинских наук Юрко Г.П., мл.н.с. Иванова О.Г.

III. Организационный раздел

3.1. Описание материально - технического обеспечения программы

Вид помещения	Основное предназначение	Оснащение
Материально-техническое обеспечение Программы в Учреждении		
Кабинет заведующего	- Индивидуальные консультации, беседы с педагогическим, медицинским, обслуживающим персоналом и родителями: - Просветительская, разъяснительная работа с родителями по	- Нормативно-правовая база для управления Учреждением, - Шкафы для документов, - Рабочий стол, - Кресло, - Стул (2), - Ноутбук.

	вопросам воспитания и развития детей дошкольного возраста - Создание благоприятного психо – эмоционального климата для сотрудников Учреждения и родителей	
Методический кабинет	- Методическая библиотека для педагогов - Семинары, консультации - Круглые столы - Педагогические часы - Педагогические советы - Повышение профессионального уровня педагогов - Разъяснительная работа с родителями по вопросам воспитания и развития детей дошкольного возраста	Библиотека методической и детской литературы, - Нормативная документация, - Периодики, - Дидактические пособия для занятий, - Архив документации, - Шкаф книжный (3), - Стол компьютерный (1), - Принтер, - Компьютер (1)
Спортивный зал	Организованная образовательная деятельность - Утренняя гимнастика - Досуговые мероприятия	- Спортивное оборудование для прыжков, метания, лазания, равновесия - Нетрадиционное физкультурное оборудование
Физкультурная площадка	Организованная образовательная деятельность по физической культуре, спортивные игры, досуговые мероприятия, праздники	- Спортивное оборудование - Оборудование для спортивных игр
Бассейн	Организованная образовательная деятельность по физической культуре, спортивные игры, досуговые мероприятия, праздники	- Спортивное оборудование для плавания. - Нетрадиционное физкультурное оборудование

3.2. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Методические пособия по плаванию в области «Физическое развитие»	1. Е. К. Воронова Программа обучения плаванию в детском саду. - СПб. : «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2003.-80 с. 2. С. А. Яковлева. Игры и обучение плаванию младших дошкольников. // Инструктор по физкультуре. – 2009. – с. 96. 3. Г. Н. Аскарова Использование нестандартного оборудования в обучении дошкольников плаванию. // Инструктор по физкультуре. – 2009. – с. 38. 4. С. Н. Есипова Взаимодействие ДОУ и семьи по обучению детей плаванию. // Инструктор по физкультуре. – 2009. – с. 94. 5. С. В. Яблонская, С. А. Циклис. Физкультура и плавание в детском саду. – М., 2008.

3.3. Комплексно-тематическое планирование

Месяц	Тема месяца	Задачи месяца по ФИЗО
Сентябрь	«До свиданья, лето! Здравствуй, детский сад!»	1. Познакомить детей с помещением бассейна, правилами поведения в нем. 2. Формировать умения производить энергичный выдох ртом. 3. Вызвать интерес к занятиям по плаванию. 1.Упражнять в передвижении шагом и бегом в разных направлениях. 2. Развивать равновесие, координацию движений. 3. Воспитывать интерес к занятиям по плаванию.
Октября	«Осень»	1. Формировать умение передвигаться в воде шагом и бегом в разных направлениях, преодолевая сопротивление воды. 2. Развивать умение самостоятельно входить в воду, погружаться, не боясь брызг. 3.Воспитывать чувство радости от игр в водной среде. 1.Упражнять в ходьбе от одного бортика к другому самостоятельно, не держась друг за друга. 2. Развивать умение двигаться в разных направлениях, убыстряя или замедляя темп. 3. Воспитывать интерес к играм с плавающими

		игрушками.
Ноябрь	«Я в окружающем мире»	1.Формировать умение принимать горизонтальное положение в воде, опираясь на руки. 2. Развивать чувство равновесия при передвижении в воде шагом, бегом, прыжками. 3. Воспитывать умение действовать по сигналу. 1.Упражнять в погружении в воду с головой, задерживая дыхание. 2. Развивать умение принимать горизонтально положение в воде, опираясь на руки. 3. Воспитывать радость от совместных игр в воде.
Декабрь	«Зима»	1.Упражнять в передвижении по дну бассейна в горизонтальном положении с упором на руки. 2. Развивать умение передвигаться на разной глубине, меняя направление. 3. Воспитывать желание активно выполнять упражнения, не боясь воды. 1.Упражнять в погружении в воду с головой с задержкой дыхания. 2. Развивать умения выполнять гребковые движения руками в воде. 3. Воспитывать уверенность в своих силах.
Январь	«Окружающий мир вокруг меня. Предметы»	1.Упражнять погружение в воду с выдохом. 2. Развивать умения выполнять гребковые движения руками в воде. 3. Воспитывать уверенность при передвижении в воде.
Февраль	«Познаю мир»	1Упражнять в умении открывать глаза под водой. 2. Развивать умение двигать прямыми ногами с опорой на плавательную доску. 3. Воспитывать активность при выполнении упражнений. 1.Упражнять в скольжении на груди с опорой на плавательную доску. 2. Развивать умение погружаться в воду с головой с задержкой дыхания. 3. Воспитывать чувство радости от действий в воде.

Март	«Семья»	1. Формировать умение скользить на спине с предметом в руках. 2. Развивать умение всплывать и лежать на воде. 3. Воспитывать самостоятельность и активность при передвижении в воде. 1.Упражнять в погружении в воде с головой с задержкой дыхания. 2. Развивать умение ориентироваться в воде. 3. Воспитывать интерес к действиям в воде.
Апрель	«Окружающий мир вокруг меня»	1. Упражнять в скольжении по поверхности воды, отталкиваясь двумя ногами. 2. Развивать умение выполнять движения в быстром и медленном темпе. 3. Воспитывать активность при передвижении в воде. 1.Выявить итоговый результат освоения детьми основной образовательной программы. 2. Расширять и обогащать двигательный опыт детей через игровые упражнения. 3. Воспитывать любознательность и активность на занятиях по плаванию.
Май	«Скоро лето»	1.Упражнять в выполнении маховых движений ног при скольжении на груди с предметом в руках. 2.Развивать умение ориентироваться в воде. 3.Воспитывать интерес к упражнениям в воде. 1.Упражнять в погружении в воду с головой с задержкой дыхания. 2. Развивать умение действовать по сигналу. 3. Воспитывать чувство уверенности на воде.

3.4. Режим дня

Режим организованной образовательной деятельности установлен в соответствии с нормами СанПиН 2.4.1.3049-13.

Физкультурные занятия с детьми проводятся инструктором по физической культуре. Продолжительность организованной образовательной деятельности для детей -15 минут;

Занятия по плаванию проводятся 1 раз в неделю в бассейн**.** Занятия по плаванию проводятся 1 раз в неделю в бассейн**.**

Образовательные задачи ставят целью формирование двигательных умений и навыков, развитию физических качеств, формирование знаний о способах плавания, об оздоровительном воздействии плавания на организм.

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

По структуре любое занятие по плаванию делится на три части: подготовительную, основную и заключительную.

Подготовительная часть. Построение занимающихся, выполнение различных общеразвивающих и подготовительных упражнений, знакомство с подвижными играми.

Основная часть. Изучение нового материала, закрепление и совершенствование ранее приобретенных навыков.

Заключительная часть. Снижение физической и эмоциональной нагрузки. Свободное плавание, индивидуальная работа, подведение итогов занятий.

Вводная часть	Разминка 2-3 мин.
Основная часть	Общеразвивающие упражнения, основные виды движений, подвижная игра. 10-12 мин.
Заключительная часть	Игра малой подвижности. 2мин.

Календарно-учебный график

	Группа общеразвивающей направленности для детей с 3 до 4лет **2 младшая группа**
Режим работы	7.00-19.00
Продолжительность учебного года	01.09 – 31.05, всего 36 недель
Каникулярное время	Новогодние каникулы: 01.12. – 09.01. Летние каникулы (летний оздоровительный период): 01.06- 31.08
Продолжительность 1 полугодия	с 01.09-31.12
Продолжительность 2 полугодия	с 10.01-31.05

Продолжительность учебной нагрузки	5 дней
Продолжительность ООД	15 мин
Продолжительность перерыва между ООД	10 мин.
Конец учебного года	31.05.

В детском саду необходимо проводить постоянную работу по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и совершенствованию его функций.

Под руководством медицинского персонала осуществляется комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов: воздуха, солнца, воды, с учетом состояния здоровья детей и местных условий.

При проведении закаливающих мероприятий осуществляется дифференцированный подход к детям, учитывая их индивидуальные возможности. Важно обращать внимание на выработку у детей правильной осанки.

Группа от 3 до 4 лет (2 младшая группа)	
Занятий в год	Занятий в неделю
36	1

В отсутствие инструктора по физической культуре занятия по физическому развитию проводят воспитатели в соответствии с расписанием организованной образовательной деятельности.

Учебный план является механизмом реализации программы.

3.5. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

Спортивные мероприятия проходят в бассейне. Создание спортивного праздника включает в себя сценарий с музыкальным сопровождением, а также подвижными играми.

Месяц	**Мероприятие**
Декабрь	Спортивное развлечение «Новогодние игрушки»
Апрель	Спортивные развлечения «Неделя здоровья»

3.6. Особенности организации развивающей предметно - пространственной среды

Перечень средств обучения

Плавательные доски	10 шт.
Игрушки, предметы, плавающие разных форм и размеров	10 шт.
Игрушки, предметы, тонущие разных форм и размеров	10 шт.
Надувные круги разных размеров	10 шт.
Нудолся	9 шт.
Мячи разных размеров	20 шт.
Обручи плавающие и с грузом.	1 шт.
Нестандартное оборудование для ОРУ и игр с водой.	1 шт.

Список литературы

1. Н.Е. Вераксы,Т.С. Комаровой, М.А.Васильевой. Общеобразовательная программа «От рождения до школы» - Мозаика-Синтез, 2014г.
2. Е. К. Воронова Программа обучения плаванию в детском саду. - СПб. : «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2003.-80 с.
3. С. А. Яковлева. Игры и обучение плаванию младших дошкольников. // Инструктор по физкультуре. – 2009. – с. 96.
4. Г. Н. Аскарова Использование нестандартного оборудования в обучении дошкольников плаванию. // Инструктор по физкультуре. – 2009. – с. 38.
5. С. Н. Есипова Взаимодействие ДОУ и семьи по обучению детей плаванию. // Инструктор по физкультуре. – 2009. – с. 94.
6. С. В. Яблонская, С. А. Циклис. Физкультура и плавание в детском саду. – М., 2008.