

ПРИНЯТО
на педагогическом совете

Протокол № 1 от 31.08.2022

УТВЕРЖЕНО
приказом МДОУ «Д/с №17»

От 31.08.22 № 01-1/23

 С.А. Анисимова

Рабочая программа по плаванию
инструктора по физической культуре

Акуловой Виктории Олеговны

Группа: Старшая 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 5 до 6 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.....	24
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 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 спуски 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, учащийся 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 учащийся 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 5 до 6 лет:

Обучение плаванию определенным способом, умению более уверенно держаться на воде, скользить по ней, научить выдоху в воду, пытаться плавать способами кроль на груди и на спине (согласованность движений рук, ног, дыхания).

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 5-6 лет:

Старшая и подготовительная группы.

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

К концу года дети научатся:

- погружать лицо и голову в воду, открывать глаза в воде;
- нырять в обруч, доставать предметы со дна бассейна;

- выполнять серии выдохов в воду (упражнение на задержку дыхания «Кто дольше»);
- скользить на груди и спине с плавательной доской;
- продвигаться с плавательной доской с работой ног на груди и спине;
- выполнять упражнения «Поплавок», «Медуза», «Звездочка» на спине.

II. Содержательный раздел

2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в образовательной области «Физическое развитие» обучение детей плаванию с 5 до 6 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.

Старший дошкольный возраст (с 5 до 6 лет).

Развитие опорно-двигательной системы ребёнка ещё не завершено (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура).

Позвоночный столб ребёнка шестого года жизни чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, связок - 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.

Цель обучения дошкольников плаванию - содействие оздоровлению и закаливанию.

Задачи обучения плаванию:

1. Формировать гигиенические навыки.

2. Развивать двигательные умения и навыки: выполнять вдох и выдох в воду, передвигаться и ориентироваться под водой, скользить на груди и на спине без опоры с работой ног стилем кроль.
3. Учить работе ног и рук стилем брасс, кроль на груди, спине.
4. Учить согласовывать движения рук и ног, дыхания, характерных для изучаемого способа плавания.
5. Продолжать развивать физические качества: быстроту, силу, ловкость.

Характеристика основных навыков плавания для старшей группы:

Навык	Характеристика
Ныряние	Ныряние в обруч. Подныривание под дорожку.
Продвижение в воде	Скольжение на груди с работой ног, с работой рук. Скольжение на спине. Продвижение с плавательной доской с работой ног на груди.
Выдох в воду	Выполнение серии выдохов в воду. Упражнение на задержку дыхания «Кто дольше».
Прыжки в воду	Выпрыгивать из воды свободно.
Скольжение	Упражнение «Поплавок». Упражнение «Звездочка» на груди, на спине. Лежание на спине с плавательной доской.

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 – 25. 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 5 до 6 лет:

Образовательная область «Физическое развитие» по плаванию			
Возраст 5-6 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;

б) 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 в разных видах деятельности.

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	Старшая группа
<i>1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского сада</i>	
1.1. Утренняя гимнастика	Ежедневно 10 минут
1.2 Закаливающие процедуры	Ежедневно после дневного сна
<i>2. Физкультурные занятия</i>	
2.1 Физкультурные занятия в физкультурном зале	2раза в неделю по 25 минут
2.2 Физкультурные занятия в бассейне	1 раз в неделю
<i>3. Спортивный досуг</i>	
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	Старшая группа
<i>1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского сада</i>	
1.1. Утренняя гимнастика	Ежедневно 10 минут
1.2. Закаливающие процедуры	Ежедневно после дневного сна
1.3. Занятия на тренажерах.	-
<i>2. Спортивный досуг</i>	
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:	- Нормативно-правовая база для управления Учреждением, - Шкафы для документов, - Рабочий стол, - Кресло,

	<ul style="list-style-type: none"> - Просветительская, разъяснительная работа с родителями по вопросам воспитания и развития детей дошкольного возраста - Создание благоприятного психо – эмоционального климата для сотрудников Учреждения и родителей 	<ul style="list-style-type: none"> - Стул (2), - Ноутбук.
Методический кабинет	<ul style="list-style-type: none"> - 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 	<ul style="list-style-type: none"> 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	<ul style="list-style-type: none"> Организованная образовательная деятельность - Утренняя гимнастика - Досуговые мероприятия 	<ul style="list-style-type: none"> - Спортивное оборудование для прыжков, метания, лазания, равновесия - Нетрадиционное физкультурное оборудование
Физкультурная площадка	<ul style="list-style-type: none"> Организованная образовательная деятельность по физической культуре, спортивные игры, досуговые мероприятия, праздники 	<ul style="list-style-type: none"> - Спортивное оборудование - Оборудование для спортивных игр
Бассейн	<ul style="list-style-type: none"> Организованная образовательная деятельность по физической культуре, 	<ul style="list-style-type: none"> - Спортивное оборудование для плавания. - Нетрадиционное

	спортивные игры, досуговые мероприятия, праздники	физкультурное оборудование
--	---	-------------------------------

3.2. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Методические пособия по плаванию в области «Физическое развитие»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Е. К. Воронова Программа обучения плаванию в детском саду. - СПб. : «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2003.-80 с. 2. Г. Н. Аскарлова Использование нестандартного оборудования в обучении дошкольников плаванию. // Инструктор по физкультуре. – 2009. – с. 38. 3. С. Н. Есипова Взаимодействие ДОУ и семьи по обучению детей плаванию. // Инструктор по физкультуре. – 2009. – с. 94. 4. 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!»	<ol style="list-style-type: none"> 1.Закреплять знания о правилах поведения в бассейне и на воде. 2. Развивать умение группироваться из исходного положения стоя. 3. Воспитывать любознательность и активность на занятиях по плаванию. <ol style="list-style-type: none"> 1.Познакомить детей со свойствами воды. 2. Формировать умение двигать ногами способом кроль. 3. Воспитывать любознательность .
Октябрь	«Осень»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать упражнять в выполнении движений ног кролем на груди. 2. Формировать умение задерживать дыхание по сигналу. 3. Воспитывать желание научиться плавать. <ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать формировать умение двигать ногами способом кроль на груди. 2. Формировать умение двигать руками способом

		<p>кроль на груди.</p> <p>3. Воспитывать стремление качественно выполнять упражнения.</p>
Ноябрь	«Я в окружающем мире»	<p>1. Формировать умение самостоятельно входить в воду, погружаться с головой, задерживая дыхание.</p> <p>2. Развивать способность двигаться в воде разными способами.</p> <p>3. Воспитывать уверенность при выполнении упражнений.</p> <p>1. Формировать умение скользить на груди с опорой на доску, принимая положение «стрела».</p> <p>2. Развивать способность погружаться в воду с головой, делая выдох.</p> <p>3. Воспитывать чувство уверенности на воде.</p>
Декабрь	«Зима»	<p>1. Формировать умение делать глубокий вдох и продолжительный выдох.</p> <p>2. Развивать способность скользить на груди с доской и без доски.</p> <p>3. Воспитывать волевые качества: настойчивость, смелость.</p> <p>1. Формировать умение скользить с доской на груди с помощью движений ног.</p> <p>2. Развивать способность согласованно действовать в парах.</p> <p>3. Воспитывать уверенность в своих силах.</p>
Январь	«Человек – творец! Человек – изобретатель!»	<p>1. Формировать умение всплывать и лежать на воде.</p> <p>2. Развивать способность делать выдох в воду сериями.</p> <p>3. Воспитывать стремление научиться плавать.</p>
Февраль	«Я в окружающем мире»	<p>1. Формировать умение плавать кролем на груди при помощи движений ног с доской в руках.</p> <p>2. Развивать способность лежать и всплывать на воде, скользить на спине.</p> <p>3. Воспитывать желание научиться плавать.</p> <p>1. Формировать умение плавать на спине с предметом в руках.</p> <p>2. Развивать способность плавать кролем на груди.</p> <p>3. Воспитывать самостоятельность при выполнении упражнений.</p>
Март	«Мир вокруг нас»	<p>1. Продолжать формировать умение выполнять</p>

		<p>движения рук при плавании кролем на груди.</p> <p>2. Развивать способность самостоятельно плавать на груди и на спине.</p> <p>3. Воспитывать желание заниматься плаванием.</p> <p>1. Формировать умение плавать кролем на груди при помощи движений ног и дыхания.</p> <p>2. Развивать способность самостоятельно выбирать способ плавания.</p> <p>3. Воспитывать чувство уверенности на воде.</p>
Апрель	«Окружающей мир вокруг меня»	<p>1. Формировать умение выполнять поворот при плавании на груди.</p> <p>2. Продолжать развивать способность самостоятельно скользить на груди и на спине.</p> <p>3. Воспитывать самостоятельность при выполнении упражнений.</p> <p>1. Продолжать формировать умение выполнять поворот при плавании на груди.</p> <p>2. Развивать способность самостоятельно плавать кролем на груди и на спине.</p> <p>3. Воспитывать активность при плавании.</p>
Май	«Познай мир»	<p>1. Продолжать формировать умение выполнять поворот при плавании на спине.</p> <p>2. Продолжать упражнять согласовывать движения ног, рук и дыхания при плавании кролем.</p> <p>3. Воспитывать стремление научиться плавать.</p> <p>1. Закреплять умение погружаться в воду с открытыми глазами.</p> <p>2. Закреплять умение задерживать дыхание по сигналу.</p> <p>3. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.</p>

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 -25 минут;

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 4мин.
Основная часть	Общеразвивающие упражнения, основные виды движений, подвижная игра. 18 мин.
Заключительная часть	Игра малой подвижности. 3 мин.

Календарно-учебный график

	Группа общеразвивающей направленности для детей с 5 до 6 лет Старшая 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	20 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. Занятия по плаванию призваны решать оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи.

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

Группа от 5 до 6 лет (старшая 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	20шт.
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. 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.