

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 31 «Аленушка»
комбинированного вида г. Ишимбая муниципального района Ишимбайский район
Республика Башкортостан

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2021 г.
протокол № 1

Утверждено приказом
заведующего МАДОУ детский сад № 31
«Аленушка»
Т.В.Брайцева
«30» августа 2021 г. № 207



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

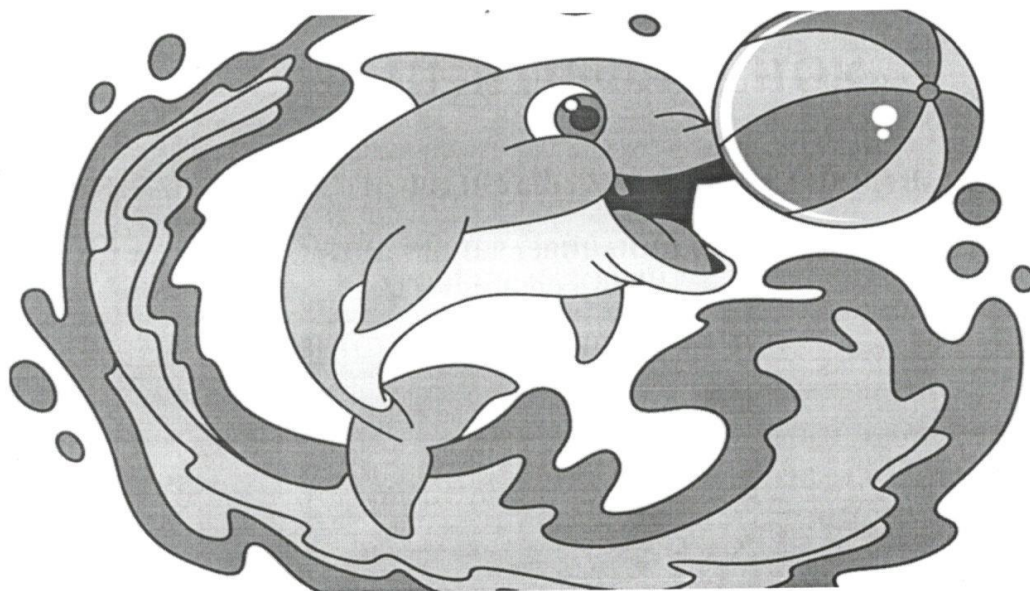
«ВЕСЁЛЫЙ ДЕЛЬФИНЁНОК»

НАПРАВЛЕННОСТЬ: ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ

**ТИП: ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
УРОВЕНЬ: БАЗОВЫЙ**

ВОЗРАСТ ВОСПИТАННИКОВ: 4-7 ЛЕТ.

Срок реализации: 3 года



Автор-составитель: Каюшкина О.Ю., инструктор по физ.культуре

СОДЕРЖАНИЕ:

Введение

РАЗДЕЛ 1. ЦЕЛЕВОЙ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

- ✓ *цели и задачи реализации Программы*
- ✓ *принципы и подходы к формированию Программы*
- ✓ *значимые для разработки и реализации Программы характеристики*
- ✓ *характеристики возрастных особенностей развития ребёнка*

1.2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ (ЦЕЛЕВЫЕ ОРИЕНТИРЫ)

- ✓ *общие целевые ориентиры*
- ✓ *целевые ориентиры по пяти образовательным областям*

РАЗДЕЛ 2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ

2.1. ОПИСАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СООТВЕТСТВИИ С НАПРАВЛЕНИЯМИ РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА, ПРЕДСТАВЛЕННЫМИ В ПЯТИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОБЛАСТЯХ

(с описанием целей, задач, вариативных форм, способов, методов и средств реализации программы):

- ✓ *физическое развитие*

2.2. СПОСОБЫ И НАПРАВЛЕНИЯ ПОДДЕРЖКИ ДЕТСКОЙ ИНИЦИАТИВЫ

2.3. ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОЛЛЕКТИВА С СЕМЬЯМИ ВОСПИТАННИКОВ

РАЗДЕЛ 3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ

3.1. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПРОГРАММЫ

3.2. ОБЕСПЕЧЕННОСТЬ МЕТОДИЧЕСКИМИ МАТЕРИАЛАМИ И СРЕДСТВАМИ ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ

3.4. ТРАДИЦИОННЫЕ СОБЫТИЯ, ПРАЗДНИКИ, МЕРОПРИЯТИЯ

3.5. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРЕДМЕТНО-ПРОСТРАНСТВЕННОЙ СРЕДЫ

КРАТКАЯ ПРЕЗЕНТАЦИЯ

ВОЗРАСТНЫЕ КАТЕГОРИИ ДЕТЕЙ, НА КОТОРЫХ ОРИЕНТИРОВАНА ПРОГРАММА
ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ ПРИМЕРНЫЕ ПРОГРАММЫ

ХАРАКТЕРИСТИКА ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОЛЛЕКТИВА С СЕМЬЯМИ ВОСПИТАННИКОВ

Введение

Значительные перемены в жизни нашего общества повлекли за собой большие изменения в сфере общественной жизни, в ценностных установках. Возрастание ценности жизни, здоровья, активного долголетия и реализация человеческой индивидуальности все чаще рассматриваются как критерии социального прогресса общества.

Формирование здоровья ребенка, полноценное развития его организма одна из основных проблем современного общества. Дошкольное воспитание должно быть пронизано заботой о физическом здоровье ребенка и его психологическом благополучии такова концепция дошкольного образования. Для решения этой задачи необходимо еще с самых юных лет формировать здоровый образ жизни, используя все средства физического воспитания, формировать жизненно необходимые двигательные умения и навыки.

Плавание является уникальным видом физических упражнений, превосходным средством для развития и совершенствования физических качеств ребенка дошкольного возраста и оказывает существенное влияние на состояние его здоровья. Это одна из эффективнейших форм закаливания и профилактики многих заболеваний. Занятия плаванием имеют огромное воспитательное значение. Они создают условия для формирования личности. А также приобщают детей к спортивному плаванию и другим видам спорта, ориентируют на выбор профессии, хобби.

Одно из важнейших значений массового обучения плаванию детей дошкольного возраста – это залог безопасности на воде, осознанного безопасного поведения, а значит уменьшение несчастных случаев, потому что именно большой процент погибших на воде это дети. И для взрослых очень важно и социально значимо сохранить эти маленькие жизни, сохранить будущих преобразователей нашей страны. Только взрослые в ответе за своевременное обучение плаванию детей.

Ведь умение плавать приобретенное в детстве сохраняется на всю жизнь. И от того насколько будет эффективней процесс обучения, зависит сознательное отношение подрастающего поколения к себе, к своему здоровью. Обеспечение начального обучения плаванию представляет одну из самых важных и благородных целей в области физического воспитания, особенно среди подрастающего поколения.

Обучение плаванию в дошкольном учреждении осуществляется на основе программы А.А.Чеменева, Т.В.Столмакова «Система обучения плаванию». Эта одна из базовых программ, в которой представлена система работы по обучению плаванию детей, а также раскрыты вопросы, касающиеся организации и методики обучения в различных условиях.

Ведущая цель программы – создание благоприятных условий для оздоровления, закаливания, и обеспечения всестороннего развития психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями дошкольников.

Важными задачами программы является освоение основных навыков плавания, воспитание психофизических качеств (ловкости, быстроты, выносливости, силы и др.), воспитание привычки и любви к пользованию водой, потребности в дальнейших занятиях плаванием, формирование стойких гигиенических навыков.

В программе выделена закономерность поэтапного формирования соответствующих навыков плавания на основе использования системы упражнений и игр. Оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи физического воспитания решаются на основе приобретения нового социального опыта - освоения водной среды обитания, которая предъявляет особые требования к двигательным способностям ребенка. Предусматриваются основные требования к организации проведения плавания, обеспечению мер безопасности и выполнению необходимых санитарно-гигиенических правил.

В ДОУ проводится целенаправленная работа по обучению детей плаванию, которая включает следующие формы:

- дополнительную образовательную деятельность по плаванию;
- оздоровительно-профилактический комплекс (бассейн);
- развлечения, праздники на воде.

Основное содержание программы составляют физические упражнения и игры, освоение которых помогают детям научиться плавать способами кроль на груди, кроль на спине.

Программа ориентирует 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 хорошо, плавать. Детей учат осознавать ценность здорового образа жизни, бережно относиться к своему здоровью, знакомят с элементарными правилами безопасного поведения.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ВЕДУЩИЕ ЦЕЛИ ПРОГРАММЫ:
<ul style="list-style-type: none">✓ <i>создание благоприятных условий для оздоровления, закаливания и обеспечения всестороннего развития, психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями дошкольников.</i>✓ <i>сохранение и укрепление здоровья ребёнка, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника</i>
ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:
<ul style="list-style-type: none">✓ <i>развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости);</i>✓ <i>накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);</i>✓ <i>формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании</i>✓ <i>охрана здоровья детей и формирование основы культуры здоровья через решение следующих задач:</i>✓ <i>сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;</i>✓ <i>воспитание культурно-гигиенических навыков;</i>✓ <i>формирование первоначальных навыков о здоровом образе жизни</i>
В ОСНОВУ ПРОГРАММЫ ЗАЛОЖЕНЫ ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ:
<ul style="list-style-type: none">✓ <i>сознательности и активности – предполагает устойчивый интерес и активное участие в занятиях плаванием;</i>✓ <i>наглядности – предполагает использование наглядных пособий, ориентиров, образных выражений, заданий предметного характера, которые создают условия более четкого ощущения, воспитания, представления движений в воде и их совершенствование;</i>✓ <i>доступности – предполагает постепенное возрастание требований, соответствующих психологической, физической, координационной готовности к обучению;</i>✓ <i>индивидуального подхода – обеспечивает учет индивидуальных способностей и возможностей ребенка в процессе обучения;</i>✓ <i>постепенности в повышении требований – предполагает определенную методическую последовательность в освоении навыка плавания – от легкого к трудному, от простого к сложному; применение широкого круга упражнений,</i>

движений и использование игрового метода для разнообразия процесса обучения.

ОСНОВНЫЕ ПОДХОДЫ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОГРАММЫ:

- ✓ *навыков плавания;*
- ✓ *бережного отношения к своему здоровью;*
- ✓ *навыков личной гигиены;*
- ✓ *двигательное умения;*
- ✓ *упражнение для общефизической подготовки;*
- ✓ *упражнения для специальной подготовки;*
- ✓ *игры.*

ЗНАЧИМЫЕ ДЛЯ РАЗРАБОТКИ И РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Дополнительная образовательная деятельность осуществляется с детьми в возрасте (от 3 лет 6 месяцев до 7 лет)

возрастная категория детей	возрастная группа ДОУ
3 года 6 месяцев – 4 года 6 месяцев	средняя
4 года 6 месяцев – 5 лет 6 месяцев	старшая
5 лет 6 месяцев – 7 лет	подготовительная

ХАРАКТЕРИСТИКИ ВОЗРАСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА

СРЕДНЯЯ ГРУППА (от 3 лет 6 месяцев до 4 лет 6 месяцев)

Четвертый 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 четырехлетнего ребёнка значительно больше, чем у 2 – 3 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 четвертого года жизни происходит значительный сдвиг в развитии мускулатуры, в том числе - нервно-психической регуляции и её функциях, 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 детей неустойчиво, ответные реакции носят эмоциональный характер и дети быстро утомляются. Дошкольникам свойственна большая отвлекаемость внимания, им обычно трудно сконцентрироваться на решении какой – нибудь задачи.

Тем не менее, на четвертом 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.

СТАРШАЯ ГРУППА **(от 4 лет 6 месяцев до 5 лет 6 месяцев)**

Пятый 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 незавершённое (скелет, суставно – связочный аппарат, мускулатура).

Позвоночный столб ребёнка пятого 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 к другу).

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА **(от 5 лет 6 месяцев до 7 лет)**

Шестой 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.

В двигательной деятельности формируются навыки самоорганизации, взаимоконтроля. Дети проявляют волевые усилия при выполнении заданий, для них важен результат. Появляется возможность на основе закладываемой произвольности сформировать у детей потребность заниматься физическими упражнениями, развивать самостоятельность, инициативу в освоении новых видов движений.

1.1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ (ЦЕЛЕВЫЕ ОРИЕНТИРЫ)

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребёнка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и произвольность), а так же системные особенности дошкольного образования делают неравномерными требования о ребёнке – дошкольника конкретных образовательных достижений и обуславливают необходимость определения результатов освоения Образовательной Программы в виде целевых ориентиров.

Целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценки соответствия, установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей.

Целевые ориентиры представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка на этапах получения дошкольного образования (на этапе перехода к дошкольному возрасту и на этапе завершения дошкольного образования).

ЦЕЛЕВЫЕ ОРИЕНТИРЫ ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ

образовательные области	дошкольный возраст
физическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ у ребёнка развита крупная и мелкая моторика, он подвижен, вынослив, владеет основными движениями (погружение в воду с головой, лежание на воде, скольжение по поверхности), может контролировать свои движения и управлять ими; ✓ ребёнок активно взаимодействует со сверстниками, учитывая интересы и чувства других; ✓ ребёнок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения в воде и личной гигиены; ✓ ребёнок знает и играет в подвижные игры в воде «Невод»,

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.

РАЗДЕЛ 2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ

2.1. ОПИСАНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СООТВЕТСТВИИ С НАПРАВЛЕНИЯМИ РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА

Физическое развитие включает:

- ✓ *приобретение опыта двигательной деятельности детей, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость;*
- ✓ *правильное формирование опорно-двигательной системы организма;*
- ✓ *развитие равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также правильного, не наносящего ущерба организму, выполнения основных движений (погружение в воду с головой, лежание на воде, скольжение по поверхности воды);*
- ✓ *формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми в воде и правилами;*
- ✓ *становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;*
- ✓ *становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).*

ОСНОВНЫЕ ВИДЫ ДЕТСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

- ✓ *двигательная (ходьба, бег, прыжки в воду, скольжение по воде; участие в спортивных играх и соревнованиях; подвижные игры и занятия различными видами спорта);*

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ.

Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

Физическая культура. Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

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

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

Развитие интереса овладения двигательной деятельностью в воде и любви к спорту.

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ОО

формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Средняя группа.

- 1.Продолжать работу по совершенствованию механизма терморегуляции.
- 2.Способствовать повышению функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем.
- 3.Укреплять мышечный корсет ребёнка.
- 4.Активизировать работу вестибулярного аппарата.
- 5.Формировать гигиенические навыки:
 - раздеваться и одеваться в определённой последовательности;
 - аккуратно складывать и вешать одежду;
 - самостоятельно пользоваться полотенцем
 - последовательно вытирать части тела.

Старшая группа.

- 1.Способствовать закаливанию организма.
- 2.Повышать общую и силовую выносливость мышц.
- 3.Увеличивать резервные возможности дыхания, жизненной ёмкости лёгких.
- 4.Активизировать обменные процессы и работу центральной нервной системы.
- 5.Формировать гигиенические навыки:
 - быстро, аккуратно раздеваться, одеваться;
 - самостоятельно мыться под душем с мылом и губкой;
 - тщательно вытирать всё тело в определённой последовательности;
 - осторожно сушить волосы под феном.

Подготовительная к школе группа.

- 1.Способствовать укреплению здоровья ребёнка, его гармоничному психофизическому развитию.
- 2.Совершенствовать опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку.
- 3.Повышать работоспособность организма.
- 4.Обучать приёмам самопомощи и помощи тонущему.
- 5.Приобщать к здоровому образу жизни.
- 6.Формировать гигиенические навыки:
 - быстро раздеваться и одеваться;
 - правильно мыться под душем, оказывая помощь друг другу, пользуясь индивидуальными губками;
 - насухо вытираться;
 - сушить волосы под феном;
 - следить за чистотой принадлежностей для бассейна.

плавание

Средняя группа.

- 1.Продолжить способствовать формированию умения детей погружаться в воду и ориентироваться в ней.
- 2.Формировать навык горизонтального положения тела в воде.
- 3.Продолжать способствовать формированию умения плавать облегченными способами.
- 4.Способствовать формированию умения плавать при помощи попеременными движениями прямыми ногами способом кроль на груди, спине.

Старшая группа.

- 1.Продолжать способствовать формированию умения скользить на груди, спине с различным положением рук.
- 2.Способствовать формированию умения согласовывать движения ног с дыханием.
- 3.Изучать движения рук способами кроль на груди, спине, брасс, дельфин.
- 4.Способствовать формированию умения плавать кролем на груди, спине в полной координации.
- 5.Изучать движения ног способом дельфин.

Подготовительная к школе группа.

- 1.Продолжить совершенствовать движения ног в плавании способом кроль на груди, спине.
- 2.Изучать движения ног способом брасс.
- 3.Обучать плаванию способами брасс, дельфин к полной координации.
- 4.Закреплять и совершенствовать навык плавания при помощи движений рук с дыханием всеми способами.
- 5.Закреплять и совершенствовать навык плавания кролем на груди, спине, комбинированными способами в полной координации.
- 6.Способствовать формированию умения плавать под водой.
- 7.Обучать прыжкам в воду, с возвышенности, подставки.
- 8.Поддерживать желание нырять, обучать правильной технике ныряния.
- 9.Способствовать формированию умения расслабляться на воде, обучать способом отдыха .
- 10.Поддерживать выбор ребёнком

способа плавания, уважать его индивидуальные предпочтения.

ПРИНЦИПЫ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

<i>ДИДАКТИЧЕСКИЕ:</i> <ul style="list-style-type: none">✓ систематичность и последовательность;✓ развивающее обучение;✓ доступность;✓ воспитывающее обучение;✓ учёт возрастных и индивидуальных особенностей;✓ сознательность и активность ребёнка;✓ наглядность.	<i>СПЕЦИАЛЬНЫЕ:</i> <ul style="list-style-type: none">✓ непрерывность;✓ последовательность наращивания тренирующих воздействий;✓ цикличность.	<i>ГИГИЕНИЧЕСКИЕ:</i> <ul style="list-style-type: none">✓ сбалансированность нагрузок;✓ рациональность чередования деятельности и отдыха;✓ возрастная адекватность;✓ оздоровительная направленность всего образовательного процесса;✓ осуществление лично – ориентированного обучения и воспитания.
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

МЕТОДЫ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

<i>НАГЛЯДНЫЕ:</i> <ul style="list-style-type: none">✓ наглядно-зрительные приёмы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);✓ тактильно-мышечные приёмы;✓ непосредственная помощь инструктора по плаванию.	<i>СЛОВЕСНЫЕ:</i> <ul style="list-style-type: none">✓ объяснения, пояснения, указания;✓ подача команд, сигналов, распоряжений;✓ вопросы к детям;✓ беседа;	<i>ПРАКТИЧЕСКИЕ:</i> <ul style="list-style-type: none">✓ повторение упражнений без изменений и с изменениями;✓ проведение упражнений в игровой форме;✓ проведение упражнений в соревновательной форме.
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

СРЕДСТВА И ФОРМЫ РЕАЛИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

<i>СРЕДСТВА:</i> <ul style="list-style-type: none">✓ двигательная активность, физические упражнения;	<i>ФОРМЫ:</i> <ul style="list-style-type: none">✓ занятия по плаванию;✓ подвижные игры;✓ самостоятельная двигательнo-игровая деятельность детей;✓ спортивные игры, развлечения, праздники, соревнования;✓ закалывающие мероприятия;
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Месяц	Недели	Задачи	Вводная часть	Упражнения, направленные на формирование умений плавать	Игры
Октябрь	1	С помощью упражнений вводной части дать почувствовать детям сопротивление воды, разогреться; Формировать умение движениям и дыханию при плавании способом «кроль на груди»	«Кроль на груди»: — бег по дну с помощью гребковых движений руками вдоль туловища; — ходьба в глубоком приседе с круговыми движениями прямых рук в плечевом суставе; — прыжки с выпрыгиванием из воды из и.п. — присед	Упражнение на дыхание. Стоя, наклонившись над водой, руки за спиной - выдох в воду; — то же, с поворотом головы вправо, влево; — то же, с работой рук (гребковые движения)	«Поезд в туннель»
	2	Помочь закрепить навык выдоха в воду в медленном темпе (учить начинать работу ног не с коленного, а с тазобедренного сустава)	Ходьба спиной вперед, помогая себе руками; — выпрыгивание из воды с поворотом; — игра «Кто быстрее к бортику» (бег)	Лежа на груди у бортика, попеременные движения ногами; — то же, но с плавательной доской через всю длину бассейна; — упражнение на дыхание с поворотом головы, руки за спиной	«Чье звено скорее соберётся»
	3	Закрепить работу рук и ног при плавании способом «кроль на груди»; Формировать умение согласовывать работу рук и ног	Ходьба и бег с большими боковыми вращениями рук (вперед, назад, одновременно); — прыжки с выпрыгиванием из глубокого приседа вверх	Плавание с доской через бассейн (на счет «раз - два» голову приподнять - вдох, на счет «три - шесть» опустить лицо в воду - выдох); — плавание с доской, работая ногами, поочередно выполняя круговые движения руками, удерживая доску на поверхности воды	«Невод»
	4	Дать детям почувствовать равновесие тела в воде и возможность статического плавания (без движения)	Бег с боковыми гребками рук вдоль туловища; — ходьба в глубоком приседе с выносом из воды прямых рук; — прыжки с поворотом	Упражнение на дыхание. В полной группировке выполнить упражнение «Поплавок»; — «Медуза» на груди из положения «поплавок»;	«Борьба за мяч»

				— плавание способом «кроль на груди» через всю длину бассейна (поочередно)	
--	--	--	--	----------------------------------------------------------------------------	--

Месяц	Недели	Задачи	Вводная часть	Упражнения, направленные на формирование умений плавать	Игры
Ноябрь	1	Совершенствовать скольжение как основной элемент плавания	Ходьба и бег с работой рук; —ходьба широким шагом, доставая дно руками на глубоком месте (окунуться с головой)	Скольжение на спине способом оттолкнувшись от бортика (руки кратчайшим путем вверх за голову); — скольжение на груди с последующим поворотом на бок, спину, грудь и т.д.; —работа ногами, сидя на бортике (ноги в коленях не сгибать, носок оттянуть); —скольжение на груди (руки прижаты к туловищу)	«Борьба за мяч»
	2	Совершенствовать работу ног при плавании способами «кроль на груди», «кроль на спине»	Бег по бассейну, высоко поднимая колени; —ходьба в глубоком приседе, руки узкой дорожкой на поверхности воды. По сигналу продолжать ходьбу	Плавание способом «кроль на груди»; —плавание с доской «кроль на спине», энергично работая ногами; —из положения лежа на груди у бортика, работа ногами, выполняя выдох с поворотом головы; —из положения лежа на спине у бортика, работа ногами от бедра	«Искатели жемчуга»
	3	Добиваться естественного, непринуждённого горизонтального положения тела на воде, ритмичных движений руками и ногами	Ходьба и бег, прыжки с погружением в воду, помогая себе гребковыми движениями рук вдоль туловища	Работа рук на месте в сочетании с дыханием; —способом «кроль на груди» с полной координацией всех движений с дыханием; —способом «кроль на спине»	«Утки-нырки»

				с плавательной доской; —скольжение на спине (левую руку вытянуть вперёд, правую оставить у бедра и наоборот)	
	4	Совершенствовать навыки плавания на спине (следить за тем, чтобы руки при выполнении гребка сгибались в локтевых суставах, разгибались при его завершении)	Ходьба и бег соревновательного характера «добеги» (до противоположного берега бассейна)	Свободное купание и плавание; —упражнение «поплавок»; —плавание способом «кроль на груди» с доской и поочерёдным движением рук, удерживая доску то левой, то правой рукой; —способом «кроль на спине» с доской	«Кузнечики»

Месяц	Недели	Задачи	Вводная часть	Упражнения, направленные на формирование умений плавать	Игры
Декабрь	1	Формировать умения плавать с помощью одних ног способом «брасс» (нацеливать детей на то, чтобы не было остановок (задержек) между подтягиванием ног и толчком)	Ходьба и бег спиной вперёд по периметру бортика, работая руками поочерёдно и одновременно; —выпрыгивание из воды с поворотом	Сидя на бортике бассейна, работа ногами, как при способе «брасс» (одновременно и симметрично подтянуть ноги, согнуть в коленях и тазобедренных суставах, подтянуть пятки к тазу, затем толчок назад в и.п. —разогнуть ноги в стороны); —положив руки на плавательную доску, оттолкнуться от дна и работать ногами способом «брасс»	«Салки с мячом»
	2	Формировать умение выполнять движения с соответствующей скоростью (выпрямление рук и подтягивание ног - медленно и легко, разведение рук и толчок ногами - быстро и энергично)	Ходьба, высоко поднимая колени из воды, бег враспынную по бассейну с гребковыми движениями рук; —бег спиной вперёд с гребковыми движениями	Работа рук при плавании способом «брасс» (стоя в воде, наклониться с вытянутыми руками вперёд на ширине плеч; руки развести в стороны - вниз, приподнимая голову над водой, сделать вдох и задержать дыхание, затем руки слегка согнуть в локтях и направить внутрь	«Рыбка в сетке»

				вниз, а затем вверх - вперёд и выпрямить с одновременным выдохом в воду)	
	3	Закреплять движения рука-ми и ногами в плавании способом «брасс», умело сочетая их с вдохом и выдохом	Ходьба в глубоком приседе, по сигналу спрятаться под воду; — бег с гребковыми движениями рук; — ходьба широким шагом	Работа ног при плавании способом «брасс» у бортика бассейна, одновременно выполняя выдох и вдох; —плавание «кроль на груди» через всю длину бассейна по одному (ученики анализируют плавание своего товарища); —плавание способом «кроль на спине» с работой рук	«Охотники и утки»
	4	Формировать умение словесно выразить основные различия в технике спортивного плавания, исправлять ошибки товарищей	Ходьба и бег по бассейну в колонне, враспынную; —ходьба в глубоком приседе с работой рук брассом	Плавание способом брасс; —плавание способом «кроль на груди» —плавание способом «кроль на спине» —скольжение на воде	Эстафета «Чья команда быстрее доплывёт»

Месяц	Недели	Задачи	Вводная часть	Упражнения, направленные на формирование умений плавать	Игры
Январь	2	Познакомить с плаванием способом «дельфин», в технике которого имеются элементы и брасса и кроля	Ходьба и бег по бассейну с гребковыми движениями рук вдоль туловища; — ходьба в полуприседе с работой рук всеми способами плавания	Волнообразное движение туловища (руки вытянуты вперёд; ноги вместе сомкнуты, движутся одновременно, напоминая хвост дельфина; стопы работают вверх, вниз); — работа у бортика ногами; — работа с доской в вытянутых руках через весь бассейн	«Дельфин» - при выпрыгивании из воды руки двигаются вперёд вверх

	3	<p>Формировать умение выполнять движения руками при плавании способом «дельфин»;</p> <p>Закрепить навыки работы ногами</p>	<p>Ходьба по бассейну в приседе с работой рук, как при плавании способом «дельфин»;</p> <p>— бег по бассейну с работой рук вдоль туловища</p>	<p>Движения руками при плавании способом «дельфин» (руки под водой, одновременно входят в воду, вытягиваются и выполняют гребок);</p> <p>— работа ног у бортика способом «дельфин»;</p> <p>— то же, с доской через середину бассейна</p>	«Летающие кольца»
	4	<p>Формировать умение выполнять согласованно движения рук и ног в комбинированном плавании (неспортивное плавание)</p>	<p>При ходьбе по бассейну в полуприседе выполнять движения рук всеми способами плавания (подбородок и плечи в воде)</p>	<p>Выполнение вдоха в конце гребка (в это время плечи поднимаются в самое высокое положение над водой; плывущий тянется подбородком вперед, открывает рот - вдох, руки вниз внизу под животом; руки поднимаются вперед над водой, голова опускается в воду - выдох);</p> <p>— плавание комбинированным способом: руки - брассом, ноги - кролем</p>	«Белые медведи»

Месяц	Недели	Задачи	Вводная часть	Упражнения, направленные на формирование умений плавать	Игры
Февраль	1	Закреплять навыки скольжения; упражнять в плавании комбинированным способом; совершенствовать «свой» избранный способ плавания	Ходьба по бассейну, высоко поднимая колени; — прыжки с поворотом по сигналу — бег тройками через бассейн, выполняя гребковые движения руками	Скольжения на груди, на спине без движения рук и ног; — движение ног всеми способами плавания с плавательной доской в руках; — плавание комбинированным способом: руки - брассом, ноги - кролем	«Быстрые мячи»
	2	Формировать умение согласовывать движения рук и ног в плавании способом «дельфин»	Ходьба и бег змейкой через бассейн с гребковыми движениями рук; —	Согласование работы ног и рук в плавании способом «дельфин» (удар стопами вниз - руки входят в воду и вытягиваются вперёд); — то же, на месте, на середине бассейна; — то же, во время передвижения по бассейну в полуприседе; — комбинированное плавание	«Толчок» - поддерживать горизонтальное положение тела в воде с помощью товарища
	3	Совершенствовать работу рук и ног в плавании комбинированным способом; Следить за дыханием (дыхание	Ходьба в полуприседе, выполняя движения рук всеми способами плавания; — бег по периметру бассейна, меняя	Выдохи в воду; — скольжение с движениями ног всеми способами плавания; — плавание комбинированным способом (руки - брассом, ноги - кролем)	«Усатый сом»

		может быть произвольным)	направляющих по сигналу, работая руками вдоль туловища	—прыжки в воду с бережка бассейна из положения сидя вниз ногами	
	4	Формировать умение неспортивному способу плавания с произвольным дыханием	Бег по чаше бассейна с работой рук (имитируя «кроль на груди», вдоль туловища); — выпрыгивание из воды из глубокого приседа с продвижением вперед	Скольжение на груди и на спине всеми способами плавания; — выдох в воду, задержка дыхания; — скольжение на груди и спине с движением ног всеми способами плавания	Свободное плавание. «Охотники и утки»

Месяц	Недели	Задачи	Вводная часть	Упражнения, направленные на формирование умений плавать	Игры
Март	1	Закреплять и совершенствовать элементы в полной координации плавания избранным и другими способами плавания	Ходьба в полуприседе по бассейну с движениями рук всеми способами плавания; — прыжки с продвижением вперед; — ходьба широким шагом	Скольжение на груди и спине с движениями ног всеми способами плавания; — работа над дыханием у бортика; — плавание комбинированным способом; — плавание «своим» способом в полной координации, с задержкой дыхания;	Свободное плавание. «Подводные лодки» - скольжение под водой с учетом расстояния, на которое уплыли лодки
	2	формировать умение выполнять поворот при плавании спортивным	Ходьба и бег с заданием на руки; — выпрыгивание из воды с продвижением вперед;	Прыжок от бортика спиной вперед с поворотом на живот	«Невод»

		способом	— бег тройками, четверками - соревновательного характера		
	3	Закреплять выполнение поворота при плавании спортивным способом	Ходьба и бег по бассейну в колонне	<p>Поворот простой или высокий. Дотронуться до бортика одной рукой (кроль), двумя руками (брасс и «дельфин»), подтянуть ноги, принять сидячее положение, поднять голову над водой;</p> <p>— скольжение на груди и спине с движениями ног всеми способами плавания со сменой положения рук (обе руки прижаты к бедрам, одна рука впереди, другая прижата к бедру и т.д.)</p>	«Резвый мячик» «Щука»
	4	Совершенствовать технику спортивного способов плавания	<p>Ходьба и бег по бассейну, на сигнал задержать дыхание, нырнуть под воду;</p> <p>— прыжки правым, левым боком, сохраняя равновесие</p>	<p>Плавание комбинированным способом;</p> <p>— плавание «своим» способом в полной координации,</p> <p>—выдох в воду, стоя на середине бассейна;</p> <p>— плавание любым способом с полной координацией движений и дыхания;</p> <p>— поворот при плавании</p>	«Невод»

Месяц	Недели	Задачи	Вводная часть	Упражнения, направленные на формирование умений плавать	Игры
-------	--------	--------	---------------	---------------------------------------------------------	------

Апрель	1	Совершенствовать отдельные элементы спортивного способа плавания	<p>Построение в шеренгу, равнение;</p> <p>—ходьба и бег враспынную, не мешая своему товарищу;</p> <p>—выпрыгивание из глубокого приседа с продвижением вперед, сохраняя равновесие</p>	<p>Скольжение на груди и спине с движением рук всеми способами плавания;</p> <p>— выдох в воду у бортика;</p> <p>— скольжение на груди и спине с движениями ног всеми способами плавания, со сменой положения рук;</p> <p>— плавание любым способом в полной координации;</p> <p>— прыжки в воду ногами вниз</p>	«Караси и карпы»
	2	Совершенствовать технику спортивного плавания способами брасс и «дельфин»	Ходьба и бег по бассейну с различной работой рук	<p>Упражнения 1 - 4 с урока № 24;</p> <p>—плавание «своим» способом;</p> <p>—повороты при плавании различными способами;</p> <p>— проплывание бассейна 3 раза (на время)</p>	«Щука»
	3	Совершенствовать различные способы плавания в полной координации	<p>Ходьба и бег по бассейну;</p> <p>— специальные упражнения для рук, ног: выполнить имитирующие движения всех способов плавания (для рук выполнять упражнения, стоя на дне, для ног - держась руками за борт бассейна)</p>	<p>Упражнения на дыхание;</p> <p>— плавание разными способами, стараясь надолго не останавливаться;</p> <p>— повороты (разнообразные)</p> <p>— прыжки в воду ногами вниз</p>	«Эстафета с выбыванием»

	4	Познакомить детей с игрой «Водное поло»	Бег и ходьба по бассейну; —выпрыгивание из воды с продвижением вперед; — ходьба с работой рук	Разучивание игры «Водное поло» Передача мяча во время плавания своему товарищу по команде; Забрасывание мяча в ворота	Свободное плавание
Май	Итог: 1) Плавание всеми способами; 2) Эстафета (использовать любые способы плавания); 3) Подведение итогов года				

2.2. СПОСОБЫ И НАПРАВЛЕНИЯ ПОДДЕРЖКИ ДЕТСКОЙ ИНИЦИАТИВЫ

образовательные области	способы поддержки
физическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>ежедневно предоставлять детям возможность активно двигаться в воде;</i> ✓ <i>обучать детей правилам безопасности на воде;</i> ✓ <i>создавать доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлениям активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере;</i> ✓ <i>использовать различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, плавать, прыгать.</i>

2.3. ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОЛЛЕКТИВА С СЕМЬЯМИ ВОСПИТАННИКОВ

ЦЕЛЬ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ДЕТСКОГО САДА И СЕМЬИ:

- ✓ *помогать родителям, сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей.*

ЗАДАЧИ:

- ✓ *разъяснять родителям необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка;*
- ✓ *ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к плаванию;*
- ✓ *создавать в детском саду условия для совместных с родителями занятий физической культурой и спортом;*
- ✓ *привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и мероприятиях, организуемых в детском саду.*

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ РАБОТЫ ДОУ С СЕМЬЯМИ ВОСПИТАННИКОВ:

Работа с родителями осуществляется по четырем направлениям:

- ✓ *информационно- аналитическое;*
- ✓ *досуговое;*
- ✓ *познавательное;*
- ✓ *наглядно-информационное.*

Формы работы с семьей:

- ✓ *родительское собрание;*
- ✓ *консультации, беседы;*
- ✓ *дни открытых дверей;*
- ✓ *папки передвижки;*
- ✓ *совместной досуг.*

Методы и приемы работы с родителями:

- ✓ *анкетирование;*
- ✓ *тестирование*
- ✓ *использование компьютерных технологий (презентации, оформление сайта ДОУ, отзывы родителей на;*
- ✓ *индивидуальные беседы с родителями;*
- ✓ *практические советы и рекомендации по интересующей проблеме.*
- ✓ *Формы и методы работы с родителями, на укрепление взаимодействия ДОУ и семьи, на усиление ее воспитательного потенциала.*

ВИДЫ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ ДОУ С СЕМЬЯМИ ВОСПИТАННИКОВ:

<i>сотрудничество</i>	<i>взаимодействие</i>
общение педагогов ДОУ и родителей на равных, где ни одной из сторон взаимодействия не принадлежит привилегия указывать, контролировать, оценивать	организация совместной деятельности, которая осуществляется на основании социального партнёрства и с помощью общения

РАЗДЕЛ 3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ

3.1. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Материально-технические условия реализации Программы соответствуют:

- ✓ *требованиям, определёнными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами;*
- ✓ *требованиям правил пожарной безопасности;*
- ✓ *требованиям к средствам обучения и воспитания в соответствии с возрастом и особенностями индивидуального развития ребёнка.*

Распределение дополнительной образовательной деятельности по плаванию в разных возрастных группах

Возрастная группа	Количество занятий		Количество часов		
	в неделю	в год	в неделю	в месяц	в год
Средняя	1	36	25мин	1ч40мин	43ч
Старшая	1	36	30мин	2ч	52ч
Подготовительная	1	36	35мин	2ч 20мин	60ч

Дополнительную образовательную деятельность по плаванию проводит инструктор по физической культуре.

Большая роль в подготовке и проведении дополнительной образовательной деятельности по плаванию отводится воспитателям групп. Воспитатели групп работают в тесном контакте с инструктором по физической культуре и медицинским персоналом. Они ведут работу в своей группе: следят за выполнением расписания дополнительной образовательной деятельности и готовят подгруппы к ним, знакомят с правилами поведения в бассейне, непосредственно во время занятий, учат быстро раздеваться и одеваться. Вместе с медсестрой определяет, кому из детей необходимо освобождение от занятий, поддерживает тесную связь с родителями. Воспитатель перед дополнительной образовательной деятельностью по плаванию проверяет наличие у детей всех плавательных принадлежностей, помогает детям подготовить все необходимое. Воспитатель сопровождает детей в бассейн, под его присмотром дети раздеваются, надевают плавательные шапки и готовятся к занятию. Роль воспитателя очень важна при организации плавания в бассейне и имеет огромное значение для воспитания гигиенических навыков.

Санитарно-гигиенические условия проведения ДОД по плаванию включают следующее:

- освещенные и проветриваемые помещения;

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

**Санитарные нормы температурного режима в бассейне, параметры
набора воды в каждой возрастной группе.**

Возрастная группа	Температура воды (0С)	Температура воздуха (0С)	Глубина (м)
Средняя	+ 28... +290С	+24... +280С	0,7-0,8
Старшая	+ 27... +280С	+24... +280С	0,8
Подготовительная к школе группа	+ 27... +280С	+24... +280С	0,8

НЕОБХОДИМЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

психолого-педагогические:

Образовательная область «Физическое развитие»

Цели: формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании
- охрана здоровья детей и формирование основы культуры здоровья через решение следующих задач:
- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- формирование первоначальных навыков о здоровом образе жизни.

<p>от 3л.6м. до 4л.6м.</p>	<p>1. Способствовать формированию умения детей погружаться в воду с головой, с задержкой дыхания;</p> <p>2. Способствовать формированию умения самостоятельному горизонтальному лежанию на груди и на спине;</p> <p>3. Способствовать формированию умения плавать при помощи попеременных движений прямыми ногами способом кроль с вспомогательными средствами.</p> <p>3. Воспитывать организованность и чувство коллективизма в группе.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Способствовать становлению интереса детей к правилам здоровьесберегающего поведения; - развивать представления о человеке (себе, сверстнике и взрослом), об особенностях здоровья и условиях его сохранения: режим, закаливание, физкультура и пр.; - способствовать сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей закаливание, участие в физкультурных праздниках и досугах; - способствовать повышению функциональных возможностей сердечно – сосудистой и дыхательной систем; - укреплять мышечный корсет ребёнка; - активизировать работу вестибулярного аппарата. - формировать гигиенические навыки (раздеваться и одеваться в определённой последовательности; аккуратно складывать и вешать одежду; самостоятельно пользоваться полотенцем; последовательно вытирать части тела).
<p>от 4л.6м. до 5л.6м.</p>	<p>1. Продолжать способствовать формированию умения скользить на груди, спине без и с работой ног (используя и не используя вспомогательные средства);</p> <p>2. Способствовать формированию умения выполнять многократные выдохи в воду.</p> <p>3. Способствовать формированию умения согласовывать движения ног с дыханием.</p> <p>4. Воспитывать чувство коллективизма.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Способствовать становлению устойчивого интереса к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и безопасного поведения, сведениями о некоторых травмирующих ситуациях, о важности органов чувств, о некоторых приемах первой помощи, о правилах поведения в обществе в случаях заболевания, о некоторых правилах ухода за больными и т.д. - формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья, о здоровом образе жизни, о значении гигиенических процедур - способствовать развитию самостоятельности детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек; - развивать умение элементарно описывать свое самочувствие; умение привлечь внимание взрослого в случае неважного самочувствия, недомогания; - развивать умение избегать опасных для здоровья ситуаций, обращаться за

	<p>помощью взрослого в случае их возникновения;</p> <p>-обеспечивать сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.</p>
от 5л.6м. до 7л.	<p>1.Продолжать совершенствовать движения ног в плавании способом кроль на груди и спине.</p> <p>2.Закреплять умение согласовывать работу ног и дыхания при плавании способом кроль на груди и спине, с разным положением рук.</p> <p>3.Воспитывать целеустремленность и настойчивость.</p> <p>-Способствовать укреплению здоровья ребёнка, его гармоничному психическому развитию;</p> <p>-совершенствовать опорно–двигательный аппарат, формировать правильную осанку; повышать работоспособность организма;</p> <p>-воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей;</p> <p>-обучать приемам самопомощи и помощи тонущего;</p> <p>-обогащать и углублять представления детей о том, как поддержать, укрепить и сохранить здоровье.</p> <p>-воспитывать самостоятельность в выполнении культурно-гигиенических навыков, обогащать представления детей о гигиенической культуре.</p> <p>-обеспечить сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.</p>

3.2. ОБЕСПЕЧЕННОСТЬ МЕТОДИЧЕСКИМИ МАТЕРИАЛАМИ И СРЕДСТВАМИ ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ

МЕТОДИЧЕСКИЕ ПОСОБИЯ

Физическое направление развития:

- ✓ Сидорова И.В., «Как научить ребёнка плавать: практическое пособие» - М.: Айрис-пресс, 2011. – 144 с.: ил. – (Культура здоровья с детства).
- ✓ Еремеева Л.Ф. «Научите ребёнка плавать». Программа обучения плаванию детей дошкольного и младшего школьного возраста: Методическое пособие. – СПб.: Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2005. – 112 с., ил.
- ✓ Пищикова Н.Г. «Обучение плаванию детей дошкольного возраста» Занятия, игры, праздники. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2008. – 88 с.
- ✓ Соколова Н.Г. «Плавание и здоровье малыша» / Н.Г. Соколова. – Ростов н/Д : Феникс, 2007. – 157, [1] с. – (Мир вашего ребенка).

3.3. ТРАДИЦИОННЫЕ ПРАЗДНИКИ, ДОСУГИ, РАЗВЛЕЧЕНИЯ, СМОТРЫ, ВЫСТАВКИ

МЕСЯЦ	ПРАЗДНИКИ, ДОСУГИ, РАЗВЛЕЧЕНИЯ
НОЯБРЬ	✓ Праздник мыльных пузырей.
ФЕВРАЛЬ	✓ Праздник на тему: «Мы мальчишки подрастем и в Морфлот служить пойдём!»
АПРЕЛЬ	✓ Развлечение на тему: «Встреча с Неумейкой!».

3.4. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРЕДМЕТНО-ПРОСТРАНСТВЕННОЙ СРЕДЫ

Предметно-пространственная среда должна быть:

содержательно-насыщенной: организация образовательного пространства и разнообразия материалов, оборудования и инвентаря должны обеспечивать;

- ✓ двигательную активность в том числе, развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;
- ✓ эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением.

трансформируемой,предполагающая:

- ✓ возможность изменений предметно- пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей.

полифункциональной,предполагающая.

- ✓ наличие в сухом зале полифункциональных (не обладающих жестко закрепленным способом употребления) предметов, в том числе природных материалов, пригодных для использования в разных видах детской деятельности.

вариативной, предполагающая:

- ✓ наличие в сухом зале различных видов материалов, игр, игрушек и оборудования обеспечивающих свободный выбор детей;
- ✓ периодическую сменяемость игрового материала, появление новых предметов, стимулирующих игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей.

доступной,предполагающая:

- ✓ исправность и сохранность материалов и оборудования.

безопасной, предполагающая:

- ✓ соответствие всех элементов предметно- развивающей среды требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования.

ОРГАНИЗАЦИЯ ПРЕДМЕТНО- ПРОСТРАНСТВЕННОЙ СРЕДЫ В СООТВЕТСТВИИ С ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ ОБЛАСТЯМИ

образовательные области	материалы и игрушки		
физическое развитие	1. Чаша бассейна 24 м ² , выложена плиткой. . 2. Лестница в бассейн закреплена жестким креплением к чаше бассейна, полу. Ступени имеют резиновые основания, выдерживают вес более 30 кг. 3. Душевые кабинки имеются 3шт. исправны. Резиновые коврики находятся в душевых кабинках. 4. Резиновые коврики возле чаши бассейна имеются 2шт. 5. Электросушитель имеются__ 2шт.исправны. 6. Дорожка для профилактики плоскостопия –3шт.		
	Ширина, см	Длина, см	Количество
	30	150	3

7. Спасательные круги - 16шт.

Диаметр, см	Количество
55	6
45	10

8. Нарукавники надувные – 3 пары.

9. Спасательные жилеты надувные – 2 шт.

10. Доски для серфинга – 2 шт.

11. Водный баскетбол – 2шт. и 3 шт.
баскетбольных мяча

12. Мячи:

- резиновые диаметром 15см – 20шт.;

- надувные - 10шт.

13. Игрушки пластмассовые:

- кегли - 12шт.;

- «Боулинг» - 2набора;

- «Городок» - 2набора;

- стойки – 6 шт.

14. Обручи

Диаметр, см	Количество
74	4
64	10

15. Палки гимнастические

Длина, см	Количество
50	10
35	24

16. Скакалки – 2 шт.

17. Разделительная полоса с мячами – 1 шт.

длиной 850 см.

КРАТКАЯ ПРЕЗЕНТАЦИЯ

ВОЗРАСТНЫЕ КАТЕГОРИИ ДЕТЕЙ

Дополнительная образовательная деятельность осуществляется с детьми (от 3 лет 6 месяцев до 7 лет).

возрастная категория детей	возрастная группа ДОУ
3 года 6 месяцев – 4 года 6 месяцев	средняя
4 года 6 месяцев – 5 лет 6 месяцев	старшая
5 лет 6 месяцев – 7 лет	подготовительная

ИСПОЛЬЗУЕМЫЙ ПРИМЕРНЫЕ ПРОГРАММЫ

Физическое направление развития:

- ✓ Сидорова И.В., «Как научить ребёнка плавать: практическое пособие» - М.: Айрис-пресс, 2011. – 144 с.: ил. – (Культура здоровья с детства).
- ✓ Еремеева Л.Ф. «Научите ребёнка плавать». Программа обучения плаванию детей дошкольного и младшего школьного возраста: Методическое пособие. – СПб.: Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2005. – 112 с., ил.
- ✓ Пищикова Н.Г. «Обучение плаванию детей дошкольного возраста» Занятия, игры, праздники. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2008. – 88 с.
- ✓ Соколова Н.Г. «Плавание и здоровье малыша» / Н.Г. Соколова. – Ростов н/Д : Феникс, 2007. – 157, [1] с. – (Мир вашего ребенка).

ХАРАКТЕРИСТИКА ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОЛЛЕКТИВА С СЕМЬЯМИ ВОСПИТАННИКОВ

ЦЕЛЬ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ДЕТСКОГО САДА И СЕМЬИ:

- ✓ *помогать родителям, сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей.*

ЗАДАЧИ:

- ✓ *разъяснять родителям необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка;*
- ✓ *ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к плаванию;*
- ✓ *создавать в детском саду условия для совместных с родителями занятий физической культурой и спортом;*

- ✓ *привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и мероприятиях, организуемых в детском саду.*

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ РАБОТЫ ДОО С СЕМЬЯМИ ВОСПИТАННИКОВ:

Работа с родителями осуществляется по четырем направлениям:

- ✓ *информационно- аналитическое;*
- ✓ *досуговое;*
- ✓ *познавательное;*
- ✓ *наглядно-информационное.*

Формы работы с семьей:

- ✓ *родительское собрание;*
- ✓ *консультации, беседы;*
- ✓ *дни открытых дверей;*
- ✓ *папки передвижки;*
- ✓ *совместной досуг.*

Методы и приемы работы с родителями:

- ✓ *анкетирование;*
- ✓ *тестирование;*
- ✓ *индивидуальные беседы с родителями;*
- ✓ *практические советы и рекомендации по интересующей проблеме.*
- ✓ *Формы и методы работы с родителей, на укрепление взаимодействия ДОО и семьи, на усиление ее воспитательного потенциала.*

ВИДЫ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ ДОО

С СЕМЬЯМИ ВОСПИТАННИКОВ:

<i>сотрудничество</i>	<i>взаимодействие</i>
общение педагогов ДОО и родителей на равных, где ни одной из сторон взаимодействия не принадлежит привилегия указывать, контролировать, оценивать	организация совместной деятельности, которая осуществляется на основании социального партнёрства и с помощью общения

ИСПОЛЬЗУЕМЫЙ ПРИМЕРНЫЕ ПРОГРАММЫ

Физическое направление развития:

- ✓ Сидорова И.В., «Как научить ребёнка плавать: практическое пособие» - М.: Айрис-пресс, 2011. – 144 с.: ил. – (Культура здоровья с детства).
- ✓ Еремеева Л.Ф. «Научите ребёнка плавать». Программа обучения плаванию детей дошкольного и младшего школьного возраста: Методическое пособие. – СПб.: Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2005. – 112 с., ил.
- ✓ Пищикова Н.Г. «Обучение плаванию детей дошкольного возраста» Занятия, игры, праздники. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2008. – 88 с.
- ✓ Соколова Н.Г. «Плавание и здоровье малыша» / Н.Г. Соколова. – Ростов н/Д : Феникс, 2007. – 157, [1] с. – (Мир вашего ребенка).