

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка - детский сад № 51 «Торнакай»

Рассмотрено и утверждено на
заседании педагогического совета
МБДОУ "ЦРР-детский сад №51
"Торнакай"

От "29" 08 2023г.
Протокол № 1

«УТВЕРЖДАЮ»
заведующий МБДОУ
ЦРР-детский сад № 51 «Торнакай»



А.Х. Исмагилова

Приказ № 118
от «31» 08 2023г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ
"ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ"
(плавание)**

**для детей 3 -7 лет
на 2023-2027 гг.**

**инструктор по физической культуре
(по обучению детей плаванию)
Шарафутдинова Марина Ибрагимовна**

г. Набережные Челны

2023 г.

СОДЕРЖАНИЕ		
I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ		
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Нормативно-правовая база общеобразовательной программы ДОУ	4
1.3.	Приоритетные направления Программы	4
1.4.	Цели и задачи реализации Программы	5
1.5.	Принципы и подходы к формированию Программы	5
1.6.	Возрастные особенности детей от 3 до 7 лет.	5
1.7.	Планируемые результаты в образовательной области «Физическое развитие» (общие).	7
1.8.	Планируемые результаты в области "Физическое развитие (плавание)" по возрастным группам к концу учебного года.	9
1.9.	Педагогическая диагностика усвоения Программы.	12
II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ		
2.1.	Задачи образовательной области "Физическое развитие (обучение детей плаванию)"	14
2.2.	Базовые принципы методики обучения плаванию детей дошкольного возраста	12
2.3.	Алгоритмы организованной образовательной деятельности по обучению детей плаванию	14
2.4.	Методы обучения дошкольников плаванию.	15
2.5.	Средства обучения дошкольников плаванию.	15
2.6.	Формы образовательной деятельности в области "Физическое развитие (плавание)"	16
2.7.	Способы и направления поддержки детской инициативы.	17
2.8.	Содержание программного материала в разных возрастных группах на учебный год.	18
	Вторая младшая группа	19
	Средняя группа (4 - 5 лет).	20
	Старшая группа (5 - 6 лет).	21
	Подготовительная к школе группа (6 - 7 лет).	23
2.9.	Осуществление взаимосвязи образовательных областей при осуществлении ООД по плаванию.	21
2.10.	Взаимодействие с семьями воспитанников.	23
2.11.	Взаимодействие с социумом.	24
III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ		
3.1.	Материально-техническое обеспечение Программы.	30
3.2.	Программно-методическое обеспечение.	31
3.3.	Организация и санитарно-гигиенические условия проведения ООД по плаванию.	32
	Длительность ООД по плаванию в разных возрастных группах в течение года.	32
	Продолжительность и распределение количества развлечений, праздников на воде в разных возрастных группах.	33
	Санитарные нормы температурного режима в бассейне, параметры набора воды в каждой возрастной группе (в холодный период года).	33
	Санитарно-гигиенические условия проведения образовательной деятельности по плаванию.	33
3.4.	Обеспечение безопасности ООД по плаванию.	34
3.5.	Календарно- тематический план ООД по плаванию.	35
3.6.	Литература	35
ПРИЛОЖЕНИЯ.		
1.	Протоколы обследования плавательной подготовленности детей.	37
2.	Коррекционно-развивающая работа с детьми, показавшими низкую плавательную подготовленность.	39
3.	Планы индивидуальной работы с детьми.	41
4.	Последовательность обучения плаванию (индивидуальная работа).	44
4.	Распределение содержания программного материала по кварталам.	45
5.	Примерное тематическое планирование ООД по плаванию.	59
6.	Ошибки при выполнении плавательных движений.	61
7.	Перспективный план распределения подвижных игр (в том числе игр народов Поволжья) по возрастным группам на учебный год.	61
8.	Темы консультаций для родителей по возрастным группам.	63

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.

1.1. Пояснительная записка.

Полноценное разностороннее гармоничное развитие подрастающего поколения - цель, которую ставит современное российское общество перед системой дошкольного образования. Достигнуто это может быть путем решения ряда задач. Одной из задач, обозначенной в Федеральной образовательной программе (далее ФОП), является "охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия; обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности."

Плавание может послужить одним из важнейших средств всестороннего воспитания детей. Оно не только физически развивает детей, но имеет большое воспитательное, оздоровительно-гигиеническое, лечебное, эмоциональное и прикладное значение. Нахождение в водной среде оказывает благоприятное влияние на организм человека:

- в воде уменьшается статическое напряжение тела, снижается нагрузка на позвоночник, который правильно формируется, вырабатывается хорошая осанка;
- активное движение ног в воде в безопорном положении укрепляет стопы и предупреждает развитие плоскостопия;
- благодаря ритмичной работе мышц, необходимости преодолевать сопротивление воды, систематические занятия плаванием ведут к совершенствованию органов кровообращения и дыхания, улучшается сердечная деятельность, подвижность грудной клетки, увеличивается жизненная емкость легких.
- регулярные занятия плаванием положительно влияют на закаливание организма: совершенствуется механизм терморегуляции, повышаются иммунологические свойства, улучшается адаптация к разнообразным условиям внешней среды.
- укрепляется нервная система, крепче становится сон, улучшается аппетит, повышается общий тонус организма, совершенствуются движения, увеличивается выносливость;
- плавание способствует воспитанию морально-волевых качеств, формированию таких черт личности как смелость, настойчивость, решительность, самообладание;
- занятия в воде как правило доставляют детям большое удовольствие, дети получают большой положительный эмоциональный заряд;
- плавание – жизненно необходимый навык и для ребенка и для взрослого.

Чем раньше приучить ребенка к воде, научить его плавать, тем полнее скажется положительное воздействие плавания на развитии всего детского организма.

Данная рабочая программа (далее РП) разработана на базе традиционной программы Т. И. Осокиной «Обучение плаванию в детском саду» и современных практик. Программа нацелена на объединение обучения и воспитания в единый процесс на основе традиций и современных требований, предъявляемых к дошкольному образованию. Срок реализации программы 4 года. В РП представлена система работы по обучению плаванию детей в возрасте с 3 до 7 лет в малогабаритных бассейнах дошкольных учреждений.

1.2. Нормативно-правовая основа для разработки рабочей программы:

- Федеральная образовательная программа дошкольного образования (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2022 г. № 874);
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155);
- Декларация прав ребенка (принята резолюцией Генеральной Ассамблеи ООН от 20 ноября 1959 года);
- Конвенция о правах ребенка (принята резолюцией Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года);
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Закон «Об образовании» Республики Татарстан №68-ЗРТ от 22 июля 2013года;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. N 26 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
- Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2.
- Закон Республики Татарстан «О государственных языках Республики Татарстан и других языках в Республике Татарстан»;
- Региональная программа дошкольного образования под редакцией Р.К.Шаеховой - Казань: РИЦ, 2012 Допущено Министерством образования и науки Республики Татарстан.
- Основная образовательная программа МБДОУ "ЦРР-детский сад №51 «Торнакай».

1.3. Приоритетные направления Программы:

- воспитание и развитие ребенка дошкольного возраста как гражданина Российской Федерации, формирование основ его гражданской и культурной идентичности на доступном его возрасту содержании доступными средствами;
- сохранение и укрепление психофизического здоровья дошкольника;
- развитие плавательных навыков с учетом индивидуальных и возрастных особенностей детей;
- создание условий для личностного роста ребенка;
- совместная работа семьи и ДОУ по адаптации детей к водной среде, приобщению к активному здоровому образу жизни.

1.4. Цели и задачи рабочей Программы:

Цель:

создание системы работы по физическому воспитанию дошкольников, обеспечивающей разностороннее и гармоничное физическое развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации.

Цель рабочей программы может быть достигнута через решение следующих задач:

- обеспечение единых для Российской Федерации содержания дошкольного образования и планируемых результатов освоения образовательной программы;
- построение образовательной работы на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития;
- обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств, интеллектуальных и творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;
- достижение детьми на этапе завершения дошкольного образования уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей;
- приобщение воспитанников и их семей к базовым ценностям русского народа (жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России).

1.5. Принципы и подходы к формированию Программы:

Программа строится на основании следующих принципов, установленных ФГОС ДО и ФОП:

- 1) полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- 2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- 3) содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- 4) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- 5) сотрудничество ДОО с семьей;
- 6) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- 7) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- 8) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- 9) учёт этнокультурной ситуации развития детей.

1.6. Возрастные особенности детей.

Знание возрастных особенностей развития детей дошкольного возраста необходимо для правильной организации образовательного процесса. От них зависит выбор форм, средств и методов работы, направленности упражнений, их дозировки. Закономерности возрастных периодов отражены в особенностях развития функциональных систем организма, психических и личностных качествах детей.

Возрастные особенности детей от 3 до 4 лет.

Младший дошкольный возраст – возраст подготовки к занятиям плаванием. Самое главное в этот период снять у ребенка психологические барьеры, привить любовь к водной стихии. Мышечная система ребенка еще довольно слабо. Многие движения резки и угловаты, низка выносливость мышечной системы. Дети быстро утомляются, но их физическое утомление быстро проходит. Поэтому для ребенка нежелательны длительные мышечные напряжения и однообразные статические нагрузки.

Физиологические изгибы позвоночника неустойчивы, кости и суставы легко подвергаются деформации под влиянием неблагоприятных воздействий, поэтому очень важно следить за сохранением правильной осанки во всех видах деятельности. Также очень легко травмируются при подъеме ребёнка за руки слабые суставы запястья. В строении дыхательных путей детей 3-4 лет можно выделить следующие особенности: узкие просветы трахей, бронхов, нежная слизистая оболочка создают предрасположенность к воспалительным заболеваниям органов дыхания. У малышей преобладает брюшной тип дыхания. Ребенок 3-4 лет не может сознательно регулировать дыхание и согласовывать его с движениями. Важно приучать детей дышать носом естественно и без задержки. При выполнении упражнения необходимо обращать внимание на момент выдоха, а не вдоха.

Сердечно-сосудистая система по сравнению с органами дыхания лучше приспособлена к потребностям растущего организма. Однако сердце ребенка работает хорошо лишь при условии посильных нагрузок.

Внимание у детей неустойчиво, оно легко нарушается при изменении окружающей обстановки. Важно при занятиях с детьми использовать показ взрослого, а не только словесные объяснения. Ребенок запоминает эмоционально значимую информацию. Внимание регулируется восприятием (увидел яркое – обратил внимание). Возникают начальные формы произвольного поведения (действие по инструкции, действие по образцу).

Возрастные особенности детей от 4 до 5 лет.

В течение пятого года жизни происходит значительный сдвиг в развитии мускулатуры, ее нервно-психической регуляции, возрастают сила и работоспособность мышц. Мелкие мышцы (пальцев кистей, стоп) еще недостаточно развиты в сравнении с крупной мускулатурой, из-за чего детям даются движения всей рукой, а не ее мелкими мышечными группами. Кроме того, сила мышц-сгибателей больше силы мышц - разгибателей, что определяет особенности поз ребенка – голова слегка наклонена вперед, живот выпячен, ноги согнуты в коленных суставах. В этом возрасте 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 пятом году жизни движения ребенка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает все 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. Все это позволяет приступить к обучению техники основных движений, отработке их качества.

Сердечно - сосудистая система, при условии соблюдения адекватности нагрузок, сравнительно лучше приспособлена к потребностям растущего организма, чем дыхательная. Пятый год жизни ребенка характеризуется дисбалансом в развитии дыхательного аппарата: при относительной мощности легких пока еще узок просвет верхних воздухоносных путей (полости носа, гортани) и слабы дыхательные мышцы.

С четырех 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.

Возрастные особенности детей от 5 до 6 лет.

Шестой год жизни ребёнка характеризуется замедлением скорости роста тела. Тело растёт неравномерно – длина ног и верхней части тела растёт медленно, а скорость роста длины рук и диаметра тела увеличивается. Развитие опорно-двигательной системы ребёнка ещё несовершенно. Позвоночный столб ребёнка шестого года жизни чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, связок. При излишней массе тела, а также при неблагоприятных условиях, например, при частом поднятии ребёнком тяжестей, нарушается осанка. 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).

Возрастные особенности детей от 6 до 7 лет.

Седьмой год жизни ребёнка характеризуется продолжением активного формирования осанки и свода стопы. Так как костная ткань богата органическими элементами, то скелет старших дошкольников всё ещё эластичен и подвержен деформации. Это может стать причиной травм не только конечностей, но и позвоночника. К семи годам у ребёнка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы. У детей ярко выражен грудной тип дыхания. Лёгочная ткань имеет большое количество лимфатических сосудов и респираторных бронхиол, поэтому для детей этого возраста характерны болезни, связанные с воспалительными процессами в лёгких. Резервные возможности сердечно – сосудистой и дыхательной системы у детей достаточно высоки. Динамика нервной системы облегчает освоение детьми движений, физических упражнений, улучшается качество двигательной деятельности дошкольников. Движения ребёнка становятся более координированными и точными. Основой проявления двигательной деятельности является развитие устойчивого равновесия. В двигательной деятельности формируются навыки самоорганизации, взаимоконтроля. Дети проявляют волевые усилия при выполнении заданий, для них важен результат. Появляется возможность на основе закладывающейся произвольности сформировать у детей потребность заниматься физическими упражнениями, развивать самостоятельность, инициативу в освоении новых видов движений.

1.7. Планируемые результаты в образовательной области «Физическое развитие» (общие).

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности ДО делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения программы представлены в виде целевых ориентиров ДО и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка к завершению ДО.

К целевым ориентирам образовательной области «Физическое развитие (плавание)» относятся следующие социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка:

К четырем годам:

- ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям и подвижным играм;
- ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре;
- ребенок демонстрирует достаточную координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;
- ребенок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и т.п., соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье;
- ребенок владеет элементарными нормами и правилами поведения, связанными с определенными разрешениями и запретами («можно», «нельзя»), демонстрирует стремление к положительным поступкам;
- ребенок проявляет интерес к правилам безопасного поведения; осваивает безопасные способы обращения со знакомыми предметами ближайшего окружения.

К пяти годам:

- ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, испытывает потребность в двигательной активности;
- ребенок демонстрирует хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, хорошее развитие крупной и мелкой моторики рук активно и с интересом выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность;
- ребенок интересуется факторами, обеспечивающими здоровье, стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;
- ребенок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации;
- ребенок познает правила безопасного поведения и стремится их выполнять в повседневной жизни;
- ребенок самостоятелен в самообслуживании.

К шести годам:

- ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;
- ребенок проявляет во время занятий физической деятельностью выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений;
- ребенок проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;
- ребенок владеет основными способами укрепления здоровья, правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих его людей;
- ребенок регулирует свою активность в деятельности, умеет соблюдать очередность и учитывать права других людей,
- ребенок испытывает интерес к событиям, находящимся за рамками личного опыта, фантазирует, сочиняет разные истории, предлагает пути решения проблем, имеет представления о социальном, предметном и природном мире;
- ребенок владеет представлениями о безопасном поведении, соблюдает правила безопасного поведения в разных видах деятельности, владеет основными правилами безопасного поведения в природе;
- ребенок проявляет интерес к игровому экспериментированию, развивающим и познавательным играм, в играх с готовым содержанием и правилами действует в точном соответствии с игровой задачей и правилами.

К концу дошкольного возраста:

- у ребенка сформированы основные физические и нравственно-волевые качества;
 - ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;
 - ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;
 - ребенок результативно выполняет физические упражнения, участвует в соревнованиях;
 - проявляет элементы творчества в двигательной деятельности; проявляет морально-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять самооценку своей двигательной деятельности;
 - имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;
- владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих;
- ребенок обладает начальными знаниями о природном и социальном мире, в котором он живет: элементарными представлениями из области естествознания, математики, истории, искусства и спорта, информатики и инженерии и т.п.; о себе, собственной принадлежности и принадлежности других людей к определенному полу; составе семьи, родственных отношениях и взаимосвязях, семейных традициях; об обществе, его национально-культурных ценностях; государстве и принадлежности к нему;
 - ребенок проявляет интерес к игровому экспериментированию с предметами, развивающим и познавательным играм, в играх с готовым содержанием и правилами может объяснить содержание и правила игры другим детям, в совместной игре следит за точным выполнением правил всеми участниками;

- ребенок способен решать адекватные возрасту интеллектуальные, творческие и личностные задачи; применять накопленный опыт для осуществления различных видов детской деятельности, принимать собственные решения и проявлять инициативу;
- ребенок способен планировать свои действия, направленные на достижение конкретной цели; демонстрирует сформированные предпосылки к учебной деятельности и элементы готовности к школьному обучению.

1.8. Планируемые результаты в области "Физическое развитие (плавание)" по возрастным группам к концу учебного года.

возрастная группа	знания, умения, навыки детей к концу учебного года
вторая младшая группа (3-4 года)	*Положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям; включение в подвижные игры; демонстрация достаточной координации движений при выполнении упражнений. * Знание правил поведения в бассейне. * Самостоятельное переодевание, приём душа, вытирание после выхода из воды. * Выполнение простейших специальных упражнений и комплексов на суше. * В воде: - самостоятельный вход в воду; - передвижение по бассейну в вертикальном положении шагом, бегом; - передвижение в горизонтальном положении в и.п. «крокодил», - погружение в воду с головой на задержке дыхания - «крокодил отдыхает»; - выполнение движения ногами кролем; - игры в воде, хороводы; - самостоятельные игры с игрушками; - попытка плавать любыми способами с вспомогательными средствами (нарукавниками, кругами). Родители знают программу обучения и выполняют с ребенком домашние задания.
средняя группа (4-5 лет)	* Владение знаниями, умениями, навыками программы предыдущей возрастной группы. * Интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями; настойчивость для достижения хорошего результата; потребность в двигательной активности. * Представление о пользе занятий плаванием. * Выполнение специальных комплексов упражнений на суше и в воде. * В воде: - скольжение на груди без опоры, отталкиваясь одной ногой от стены (и.п. присед, опираясь руками о дно бассейна); - скольжение на груди с доской в руках из и.п. наклон вперед, толкаясь одной ногой от стены бассейна; - в скольжении на груди а) не погружая лица в воду б) погружая лицо в воду, на задержке дыхания выполнять движение ногами кролем; - доставание игрушек со дна бассейна;

	- выполнение выдоха в воду; - участие в коллективных играх в воде; - самостоятельная игра с игрушками в воде; - попытка плавать любыми способами с вспомогательными средствами (нарукавниками, кругами); - попытка плавать произвольным способом без вспомогательных средств. Родители знают программу обучения и выполняют с ребенком домашние задания.
старшая группа (5-6 лет)	* Владение знаниями, умениями, навыками программы предыдущей возрастной группы. * Потребность в двигательной активности; интерес к новым и знакомым физическим упражнениям; избирательность и инициатива при выполнении упражнений. Представление о некоторых видах спорта. Способность уверенно, в заданном темпе и ритме, выполнить упражнение, творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений. Проявление необходимого самоконтроля и самооценки. Способность самостоятельно организовать знакомую подвижную игру. Владение правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, мотивация на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих его людей. * Представления о свойствах воды, на базе этих знаний осознанное выполнение упражнений в воде. * Знание названий способов плавания. * В воде: - «звезда» на груди, на спине; - «поплавок»; - «отдых на воде» - 5-10 сек.; - выполнение скольжения на груди и на спине без опоры на максимально возможное расстояние; - выполнение 3-4 серий выдохов в воду; - доставание разнообразных предметов со дна бассейна; - «торпеда» на груди без поддерживающих средств; - «торпеда» на спине с поддерживающими средствами; - «мельница» руками вперед в горизонтальном положении, в наклоне, в скольжении на груди; - плавание на одних руках (движение кролем) со вспомогательными средствами удобным способом; - плавание любым удобным способом с произвольным дыханием 6 м без вспомогательных средств; - попытка плавать кролем в координации рук и ног. Родители знают программу обучения и выполняют с ребенком домашние задания.
подготовительная к школе группа (6-7 лет)	* Владение знаниями, умениями, навыками программы предыдущей возрастной группы. * Хорошая результативность выполнения физических упражнений. Проявление элементов творчества в двигательной деятельности. Проявление морально-волевых качеств, самоконтроля и самооценки. Представление о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности. Владение здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, стремление оказать

	помощь людям. * Умение оценивать свою плавательную подготовленность, сознательно исправлять собственные ошибки в технике плавания, стремиться к достижению высоких результатов. * В воде: - вдох-выдох сериями (6-7 раз подряд); - упражнение «отдых на воде» в течение 15-20 сек; - скольжение на груди и спине 4 - 6 м; - «торпеда» на спине без поддерживающих средств; - «мельница» руками назад в горизонтальном положении, в скольжении на спине; - при нырянии в длину (5-6м) доставание со дна бассейна разнообразных предметов; - плавание кролем на груди и на спине в координации рук и ног; - плавание со сменой способов, не касаясь дна и стенок бассейна; - плавание любым способом со вспомогательными средствами более 10 м; - плавание в ластах; - скольжение с работой ног на скорость на груди и на спине («торпеда», в т.ч. со вспомогательными средствами: досками, нудлами, ластами), соревнуясь в парах, 6 м; - проплывание на скорость кролем в координации рук и ног, соревнуясь в парах, 6 м; - буксирование предметов на воде 3-6 м; - плавание в координации рук и ног кролем 10 м без остановки (по кругу); - плавание любым удобным способом без остановки 6- 10 м (по кругу). Родители знают программу обучения и выполняют с ребенком домашние задания.
--	--

1.9. Педагогическая диагностика усвоения Программы.

Чтобы правильно спланировать и организовать работу по обучению плаванию, оптимизировать образовательную работу как с одним ребенком, так и с целой группой, необходимо принимать во внимание особенности развития детей, а для этого следует использовать данные регулярно проводимой диагностики. Ведущий метод диагностики - наблюдение за детьми во время проведения организованной образовательной деятельности, беседа. Цель диагностики - выявлять динамику и особенности развития ребенка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности.

Этапы диагностики.

Программа диагностики предусматривает следующие этапы:

I этап – изучение общих анамнестических сведений о ребенка (состояние здоровья, наличие функциональных нарушений, перенесенные заболевания, текущая заболеваемость), выявление того, что может оказать, главным образом, негативное влияние на развитие ребенка.

II этап – определение уровня плавательной подготовленности в ходе обследования сформированности плавательных навыков.

III этап – составление протоколов обследования.

IV этап – анализ данных обследования и заключение по его итогам.

V этап – подготовка педагогических рекомендаций, индивидуальных программ обучения ребенка.

Проведение диагностики.

Сроки проведения:

- начальная – сентябрь - октябрь;
- промежуточная – январь (для детей, показавших низкий уровень),
- заключительная – апрель-май.

На основании результатов диагностики определяются уровни освоения ребенком Программы:

- высокий уровень - ребенок проявляет стойкий интерес к плаванию, чувствует в воде себя уверенно, не допускает технических ошибок, самостоятельно выполняет разученные упражнения, проявляет творчество при выполнении поставленных перед ним задач. Допускается невыполнение одного задания.
- средний уровень - ребенок владеет основными элементами техники большинства движений, способен самостоятельно выполнять упражнения на основе предварительного показа. Ребенок затрудняется в выполнении 2-3 заданий.
- низкий уровень - ребенок допускает существенные ошибки в технике выполнения движений, не соблюдает заданный темп и ритм, действует только в сопровождении педагога. Ребенок не выполняет 4 и более заданий.

Исходя из требований ФГОС ДО, ФОП ДО для полноценного развития детей важно создавать физический и психологический комфорт, обеспечивать эмоциональное благополучие воспитанников. Поэтому неформальным критерием успешности усвоения программы можно считать посещение ребенком занятий по плаванию с желанием, удовольствием, не смотря на то, что у него не все получается.

Результаты обследования плавательной подготовленности детей заносятся в протоколы. (см. **Приложение 1.**)

Мониторинг результатов.

Показатели контрольных срезов анализируются, фиксируются в отчетах, справках. С детьми, имеющими низкий уровень, ведется коррекционная и индивидуальная работа. (см. **Приложение 2, Приложение 3, Приложение 4**) Обязательно выявляется характер динамики (неизменяющийся, прогрессивный или регрессивный), обозначаются возможные причины отставания, неосвоенности программных задач. Исходя из данных мониторинга, обозначаются направления работы, идет поиск новых нестандартных решений, путей. Намечаются пути взаимодействия с родителями, педагогами ДОО. Помимо диагностических заданий для детей, формами подведения итогов реализации программы становятся:

- проведение развлечений, праздников с приглашением родителей,
- демонстрация видеопрезентаций (обучающего характера и подводящей итоги),
- организация выставок (фотографий занимающихся детей, рисунков на тему безопасного поведения на воде, поделок плавающих средств и т.д.)

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Задачи образовательной области "Физическое развитие (обучение детей плаванию)"

Оздоровительные задачи:

1. Совершенствование механизма терморегуляции, повышающего устойчивость организма к воздействиям внешней среды и, прежде всего, к температурным изменениям.
2. Разностороннее психофизическое развитие всех систем и функций организма.
3. Формирование правильной осанки, укрепление свода стопы.

Образовательные задачи:

1. Формирование плавательных умений и навыков, обогащение двигательного опыта.
2. Развитие физических качеств (силы, ловкости, выносливости, гибкости, быстроты); двигательных (функции равновесия, координации движений) и индивидуальных способностей детей.
3. Формирование системы знаний о видах и способах плавания, об оздоровительном воздействии плавания на организм, безопасном поведении на воде.

Воспитательные задачи:

1. Воспитание культурно-гигиенических навыков.
2. Воспитание нравственных черт (доброты, сочувствия, справедливости, ответственности и т.д.) и морально-волевых качеств (смелости, настойчивости, решительности, самообладания и т.д.).
3. Формирование интереса и любви к физкультуре, как неотъемлемой составляющей здорового образа жизни.
4. Развитие инициативы и самостоятельности, поддержка положительной самооценки детей.
5. Расширение и укрепление взаимосвязей, взаимодействий детей со сверстниками и

2.2. Базовые принципы методики обучения плаванию детей дошкольного возраста.

- принцип сознательности и активности – предполагает устойчивый интерес и активное участие в занятиях плаванием;
- принцип наглядности – предполагает использование наглядных пособий, ориентиров, образных выражений, заданий предметного характера, которые создают условия более четкого ощущения, воспитания, представления движений в воде и их совершенствование;
- принцип доступности – предполагает постепенное возрастание требований, соответствующих психологической, физической, координационной готовности к обучению;
- принцип индивидуального подхода – обеспечивает учет индивидуальных способностей и возможностей ребенка в процессе обучения;
- принцип постепенности в повышении требований – предполагает определенную методическую последовательность в освоении навыка плавания – от легкого к трудному, от простого к сложному; применение широкого круга упражнений, движений и использование игрового метода для разнообразия процесса обучения.

Обучение, оздоровление и коррекция на занятиях проводится через **игру**. Игры, игровые упражнения содействуют быстрейшему привыканию детей к воде, повышают их интерес к занятию. Увлекаясь игрой, дети закрепляют навыки, свободно, без напряжения выполняют нужные задания и легче переносят необходимую нагрузку. Игра всегда связана с инициативой, фантазией, творчеством, протекает эмоционально, стимулирует двигательную активность.

2.3. Алгоритмы организованной образовательной деятельности по обучению детей плаванию:

Технику спортивных способов плавания осваивают в таком порядке:

1. формируют представление о спортивном способе в целом;
2. разучивают отдельные движения;
3. соединяются разученные движения.

Последовательность подбора упражнений такова:

1. разучивание движений ног;
2. разучивание движений рук;
3. разучивание способа плавания в целом;
4. совершенствование плавания в полной координации.

Каждый элемент техники изучается в следующем порядке:

1. ознакомление с движением на суше;
2. изучение движений с неподвижной опорой;
3. изучение движений с подвижной опорой;
4. движений в воде без опоры.

2.4. Методы обучения дошкольников плаванию.

Методы обучения подразделяются:

- Наглядные:
 - показ изучаемого движения в целостном виде, с разделением на части;
 - анализ его с помощью наглядных пособий, видеосюжетов, жестов;
 - имитация,
 - размещение зрительных ориентиров.
- Словесные:
 - объяснения, в форме образных выражений и сравнений,
 - пояснения, указания, словесная инструкция,
 - образный сюжетный рассказ,
 - беседа, вопросы к детям,
 - подача команд, распоряжений, сигналов.
- Практические:
 - многократное повторение движений сначала по элементам, а затем полностью;
 - повторение упражнений без изменений и с изменениями,
 - проведение в игровой и соревновательной деятельности,
 - обучение в облегченных или усложненных условиях,
 - выполнение контрастных движений.

2.5. Средства обучения дошкольников плаванию.

К средствам физического воспитания относятся:

- эколого-природные факторы (солнце, воздух, вода);
- психогигиенические факторы (гигиена сна, питания, занятий);
- двигательная активность, физические упражнения.

При обучении детей плаванию используются следующие физические упражнения:

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 дну и простейшие действия в воде;
 - погружение в воду, в том числе с головой;

- упражнение на дыхание;
 - открывание глаз в воде;
 - всплытие и лежание на поверхности воды;
 - скольжение по поверхности воды.
3. Упражнения для разучивания техники плавания «с опорой и без опоры»:
- движение рук и ног;
 - дыхание пловца;
 - согласование движений рук, ног, дыхания;
 - плавание в координации движений.
4. 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.

2.6. Формы образовательной деятельности в области "Физическое развитие (плавание)"

К формам образовательной деятельности в области "Физическое развитие (плавание)" относятся:

- организованная образовательная деятельность: физкультурные занятия, развлечения, праздники, соревнования, дополнительная образовательная деятельность.
- образовательная деятельность в режимных моментах (совместная взрослый и ребенок): закаливающие процедуры, подвижные игры, гимнастика, физкультурные упражнения на прогулке.
- самостоятельная двигательно-игровая деятельность детей в ДОУ и в семье.

Организованная образовательная деятельность по плаванию (занятия) в ДОУ осуществляется в рамках бассейна инструктором по плаванию.

Варианты занятий по плаванию:

- игровые,
- сюжетные,
- тематические (с одним видом оборудования),
- комплексные (с элементами развития речи, математики и т.д.),
- контрольно-диагностические,
- учебно-тренирующего характера.

Структура традиционной (учебно-тренирующего характера) образовательной деятельности по плаванию состоит из трех частей: подготовительной, основной и заключительной. В подготовительной части предусматривается выполнение разминочных и подводных упражнений только на "суше" или на "суше" и частично в воде. Основная часть проводится только в воде. В ходе ее осуществляется изучение нового материала и совершенствование ранее приобретенных навыков с помощью упражнений, игр (эстафет); решается основная задача ООД. Заключительная часть преимущественно проводится в воде, но часть ее может проводиться и на суше. Содержанием данной части ООД является организация самостоятельного плавания, сочетаемого с индивидуальной работой; целью - снижение физической и эмоциональной нагрузки и подведение итогов. Вместе с тем, задачи подготовительной и заключительной частей так же направлены на решение основной задачи ООД, подчинены ей.

В работе с детьми младшего дошкольного возраста используются преимущественно игровые, сюжетные формы образовательной деятельности. Обучение происходит опосредованно, в процессе увлекательной для малышей деятельности. В старшем дошкольном возрасте (старшая и подготовительная к школе группы) выделяется время для занятий учебно-тренирующего характера.

При наличии определенных причин, таких как наличие карантина, отсутствие горячего водоснабжения, низкая температура воздуха в помещениях бассейна, осуществляется замена формы и содержания ООД. Проводится так называемое "сухое плавание" в помещении бассейна, физкультурном зале или в помещении группы.

Совместно с воспитателями, родителями в зависимости от поставленных задач, организационных моментов могут быть использованы такие формы ООД, связанные с занятиями по обучению плаванию:

- игры (дидактические с элементами движения, подвижные, игры-драматизации)
- просмотр и обсуждение мультфильмов, видеофильмов, телепередач;
- чтение и обсуждение книг;
- беседы социально-нравственного содержания;
- наблюдения;
- изготовление предметов для игр, создание макетов, коллекций и их оформление,
- изготовление украшений для помещения к праздникам, сувениров;
- проектная деятельность, познавательно-исследовательская деятельность,
- экспериментирование, конструирование;
- оформление тематических выставок;
- викторины;
- инсценировка отрывков из сказок;
- рассматривание и обсуждение картинок, иллюстраций.
- продуктивная деятельность (рисование, лепка, аппликация, художественный труд) на тему прочитанного или просмотренного.

Мероприятия групповые, межгрупповые. общие:

- туристические прогулки;
- физкультурные досуги (проводятся 1-2 раза в месяц);
- спортивные праздники (проводятся 2-3 раза в год);
- соревнования;
- дни здоровья;
- тематические досуги;
- театрализованные представления;
- смотры и конкурсы;
- экскурсии.

2.7. Способы и направления поддержки детской инициативы

- предоставлять детям самостоятельность во всем, что не представляет опасности для их жизни и здоровья (в образовательной деятельности, в выполнении гигиенических процедур, в общении и т.д.);
- не давать детям готовых ответов, побуждать к самостоятельному их поиску (практическому либо умозаключительному);
- давать простые задания для неуверенных детей (снимать Страх "не справлюсь", формирование установок «Я могу», «Я сумею», «Это очень просто, я тебе помогу»)
- давать сложные для излишне самоуверенных (побуждать искать самостоятельные решения - «Ты очень умный, ловкий ..., у тебя получится.»);

- давать задания интересные для ребенка, или где у него есть какой-либо личный интерес;
- помогая детям реализовывать возникшие собственные, без участия взрослых, замыслы, поощрять различные творческие начинания ребенка;
- отмечать и приветствовать даже минимальные успехи детей;
- не критиковать результаты деятельности ребенка и его самого как личность;
- формировать у детей привычку самостоятельно находить для себя интересные занятия (индивидуальные или коллективные, например развертывание какой-нибудь сюжетной линии - спасение от акулы, поиск затонувшего клада и т.д.);
- приучать свободно пользоваться игрушками и пособиями (не нарушая техники безопасности);
- создавать для детей все необходимые внешние условия, содержать в открытом доступе различный инвентарь и оборудование, поощрять варианты нового, нестандартного его использования (варианты плавания с доской, нудлами, разнообразные комбинированные и необычные способы плавания и т.д.)

Возрастные особенности детей дошкольного возраста, которые необходимо учитывать при поддержке детской инициативы

Возраст	Возрастные особенности и содержание деятельности педагога
3-4 года	У ребенка активно проявляется потребность в общении со взрослым, он стремится через разговор с педагогом познать окружающий мир. Важно поддерживать это стремление ребенка. Педагогу важно проявлять внимание к детским вопросам, создавать ситуации, побуждающие ребенка самостоятельно искать решения возникающих проблем, осуществлять деятельностные пробы.
4-5 лет	Педагогу следует намеренно насыщать жизнь детей проблемными практическими и познавательными ситуациями, в которых детям необходимо самостоятельно применить освоенные приемы. Всегда необходимо доброжелательно и заинтересованно относиться к детским вопросам и проблемам, быть готовым стать партнером в обсуждении, поддерживать и направлять детскую познавательную активность, уделять особое внимание доверительному общению с ребенком. Педагог должен стремиться создавать такие ситуации, в которых дети приобретают опыт дружеского общения, совместной деятельности, умений командной работы.
5-7 лет	Дети в этом возрасте имеют яркую потребность в самоутверждении и признании со стороны взрослых. Поэтому педагогу важно поощрять стремление к самостоятельности, стараться определять для детей все более сложные задачи, активизируя их усилия, развивая произвольные умения и волю; постоянно поддерживать желание преодолевать трудности и поощрять ребенка за стремление к таким действиям, нацеливать на поиск новых, творческих решений возникших затруднений.

2.8. Содержание программного материала в разных возрастных группах на учебный год.

Примечание: Распределение содержания программного материала по кварталам см. в Приложение 5.

Вторая младшая группа (3-4 года)

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;
- развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;
- формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;
- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;
- закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.

Младший дошкольный возраст – период знакомства с бассейном, приобретение начальных навыков поведения в водной среде.

Примечание: При осуществлении организованной образовательной деятельности по плаванию педагог находится с детьми в воде.

Задачи по разделу "Плавание"	— знакомство детей с помещением бассейна, правилами поведения в нём, порядком раздевания, одевания, вытирания полотенцем; — формирование положительного отношения к водной стихии, плаванию; — формирование у детей желания научиться плавать; — формирование умения безбоязненно передвигаться по всей акватории бассейна; — обучение погружению в воду лица на задержке дыхания; — обучение движению ногами способом кроль в и.п. сидя; — обучение играм в воде, используя игрушки и без игрушек; — совершенствование системы терморегуляции, закаливание.
Знания по разделу "Плавание"	Правила поведения в бассейне: - порядок раздевания, одевания, вытирания полотенцем; - правила спуска в бассейн и выхода из воды; - правила поведения в воде (слушать указания инструктора, реагировать на звук свистка, не мешать другим детям, не заходить на глубину и т.д.)
Упражнения на суше (в помещении бассейна, в группе и дома)	— Общеразвивающие упражнения (поднимание и опускание прямых рук, отведение их в стороны, на пояс, за спину (одновременно, поочередно с предметами); поднимание над головой, наклоны из положения стоя и сидя; поднимание и опускание ног из положения лежа на спине; сгибание и разгибание ног в коленях (поочередно и вместе) из положения лежа на животе; перевороты со спины на живот и обратно; приседания, держась за опору и без нее, вынося руки вперед). — Подводящие к плавательным движениям упражнения (стоя, сидя, лежа на груди и на спине выполнять движения ногами способом кроль)

	Упражнения включаются в утреннюю гимнастику, в другие формы двигательной деятельности в режиме детского сада; для заданий родителям.
Упражнения в воде	— Вхождение в воду, держась за руки взрослого и самостоятельно. — Ходьба, бег вдоль бортика, держась за руки взрослого, поручень, без поддержки. — Ходьба и бег по всей акватории с выполнением заданий (в колонне по одному, за направляющим, на носках, с высоким подниманием колена, с поворотом). — Прыжки, хлопая руками по воде, приседая, погружаясь в воду, прыжки, держась руками за поручень бассейна. — Погружение по грудь, по шею, до уровня носа, до уровня глаз, с головой на задержке дыхания. — Поливание воды себе на голову, умывание лица. — В и.п. присев, расположив губы на уровне поверхности воды, дуть на воду, образуя волну. — Движения ногами кролем в и.п. сидя, лежа на груди с надувным кругом (нарукавниками). — Игры в воде с различными предметами: игрушками, мячами, камешками и т.д.

Средняя группа (4-5 лет)

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений;
- формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;
- воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;
- продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;
- укреплять здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.

К средней группе дети уже достаточно освоились в воде. Обучение нацелено на формирование умения находиться в воде в безопорном положении. Двигательные навыки, приобретенные в младшем возрасте, закрепляются уже на большой глубине. Повышаются требования к самостоятельности, организованности.

Примечание: На отдельных занятиях ООД по плаванию педагог может находиться с детьми в воде.

Задачи по разделу	— Воспитание у детей стремления к самостоятельности в воде, преодоление водобоязни. — Совершенствование механизма терморегуляции. Разностороннее психофизическое развитие всех систем и функций организма. — Формирование навыков плавания: ознакомление со свойствами
-------------------	--

"Плавание"	воды, обучение передвижению в воде в горизонтальном положении различными способами, обучение погружению в воду с головой на задержке дыхания, формирование навыка лежа на воде на груди и на спине, обучение попеременной работе ног по типу кроля, обучение технике выдоха в воду. — Развитие санитарно-гигиенических навыков: учить принимать душ, пользуясь мылом, насухо последовательно вытираться полотенцем, приучать аккуратно складывать вещи, самостоятельно одеваться. — Закрепление знаний детей об устройстве бассейна, о правилах безопасного поведения в нем. — Развитие физических и морально-волевых качеств. — Формирование положительного отношения к занятиям плаванием, развитие потребности в систематических занятиях физическими упражнениями. — Интеграция образовательных областей с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей. — Укрепление взаимосвязи в работе с сотрудниками ДОУ, родителями.
Знания по разделу "Плавание"	— Закрепить знания о правилах поведения в бассейне, в том числе во время занятия, при пользовании душем и т.д. — Сформировать у детей знания о значении плавания для здоровья и развития организма. — Расширить знания о свойствах воды. — Упражнять в выполнении заданий, связывающих обучение плаванию с математикой, развитием речи и т.д.
Упражнения на суше (в помещении бассейна, в группе и дома)	— Общеразвивающие упражнения, в том числе на гибкость, координацию, дыхание. — Вспомогательные, подводящие к движениям в воде упражнения: • стоя, сидя, лежа на спине и на груди выполнять движения руками кролем на груди, кролем на спине. • стоя, сидя, лежа на спине и на груди выполнять движения ногами кролем на груди, кролем на спине. • дыхательные упражнения (энергичных вдох и медленный выдох). Упражнения для включения в утреннюю гимнастику, в другие формы двигательной деятельности в режиме детского сада; для заданий домой.
Упражнения в воде	Дополнительно к упражнениям предыдущей возрастной группы: — ходить, бегать, помогая себе гребковыми движениями рук, — ходить, выполняя руками движения кролем; — движение ногами кролем в скольжении на груди с плавательной доской ; — движение ногами кролем в скольжении на груди без опоры; — движения ногами кролем на спине с нарукавниками или кругом; — выпрыгивать из воды как можно выше, держась за поручень; — нырять в вертикально поставленный обруч; — открывать глаза в воде; — выполнять упражнения «медуза», «поплавок», «звездочка». — осваивать вдох и выдох на поверхности воды, в воду. — игры, развлечения на воде. — плавание удобным для себя способом;

Старшая группа (5-6 лет).

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;
- развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;
- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;
- продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
- укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;
- воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

К старшей группе дети уже достаточно освоились в воде. Обучение нацелено на формирование умения находиться в воде в безопорном положении. Двигательные навыки, приобретенные в среднем возрасте, закрепляются уже на большой глубине. Повышаются требования к самостоятельности, организованности.

Задачи по разделу "Плавание"	— Воспитание у детей стремления к самостоятельности в воде. — Совершенствование механизма терморегуляции. Разностороннее психофизическое развитие всех систем и функций организма. — Формирование навыков плавания: - развитие свободного передвижения в воде в горизонтальном положении различными способами; - развитие навыка погружения в воду с головой с открытыми глазами, в очках для плавания; - обучение технике выдоха в воду; - освоение техники ритмичного дыхания сериями; - закрепление навыка всплывания, лежания на воде на груди и на спине; - обучение скольжению на груди и на спине без поддерживающих средств (с различным положением рук, в сочетании с выдохом в воду); - формирование навыка ритмичной работы ног (на суше, в воде); - обучение плаванию удобным для ребенка способом на дистанцию 6м; — Развитие санитарно-гигиенических навыков: развивать осознанное отношение к выполнению санитарно-гигиенических требований, воспитывать аккуратность, чистоплотность. — Закрепление знаний детей о правилах безопасного поведения на
-------------------------------------	--

	воде (в бассейне, на естественных водоемах), воспитание бережного отношения друг к другу — Развитие физических и морально-волевых качеств. Поддержка положительной самооценки детей, уверенности в собственных возможностях и способностях, становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции, развитие творчества. — Формирование положительного отношения к занятиям плаванием, развитие потребности в систематических занятиях физическими упражнениями. — Интеграция образовательных областей с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей. — Укрепление взаимосвязи в работе с сотрудниками ДООУ, родителями.
Знания по разделу "Плавание"	— Представления о свойствах воды (сопротивляемость, выталкивающая сила), на базе них осознанное выполнение упражнений. — Знания, базирующиеся на связи обучения плаванию с познанием окружающего мира (морские обитатели, морские суда, профессия моряка и т.д.), с математикой, обучением татарскому языку и т.д. — Знания о правилах безопасного поведения не только в бассейне, но и на естественных водоемах. — Умение дать оценку своих плавательных навыков, действий.
Упражнения на суше (в помещении бассейна, в группе и дома)	— Общеразвивающие упражнения, в т.ч. на гибкость, подвижность суставов, координацию, специальные упражнения на дыхание. — Игровые, подводящие к движениям в воде упражнения: - стоя, сидя, лежа на спине и на груди выполнять движения руками кролем на груди, кролем на спине. - стоя, сидя, лежа на спине и на груди выполнять движения ногами кролем на груди, кролем на спине. - дыхательные упражнения. Упражнения включаются в утреннюю гимнастику, в другие формы двигательной деятельности в режиме детского сада; для заданий домой.
Упражнения в воде	Дополнительно к упражнениям предыдущей возрастной группы: - «поплавок», «звездочка» на груди и на спине в течение 5-10сек; - отдых на воде («звездочка» на спине) с максимально возможной продолжительностью; - вдох-выдох в воду сериями 5-6 раз подряд; - движение ногами кролем в скольжении на груди без опоры («торпеда»); - «торпеда» на спине со вспомогательными средствами; - скольжение на груди на дальность, - ныряние на дальность с доставанием игрушек со дна, - скольжение при помощи движений рук кролем («мельница») с выдохом в воду со вспомогательными средствами (кругом); - «торпеда» с выдохом в воду, в т.ч. со вспомогательными средствами (доской, нудлсами, мячами и т.д.); - попытка плавания кролем в координации рук и ног; - плавание любым удобным способом на дистанцию 6 м; - перевороты со спины на грудь и наоборот в скольжении;

	- эстафеты, игры, развлечения на воде.
--	--

Подготовительная к школе группа (6 -7 лет).

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки;
- развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;
- поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде;
- воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;
- формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;
- сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;
- воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.

Дети 6-7 лет уверенно скользят в воде. Большинство осваивает плавание кролем на груди и на спине в общих чертах. Продолжается усвоение и совершенствование плавательных движений. В играх и упражнениях воспитывается самостоятельность, организованность, решительность, уверенность в своих силах, инициативность, умение творчески использовать приобретенные навыки.

Задачи по разделу "Плавание"	— Совершенствование механизма терморегуляции. Разностороннее психофизическое развитие всех систем и функций организма. — Формирование навыков плавания: - совершенствование навыка передвижения в воде на разной глубине различными способами, - совершенствование навыка погружения в воду с открытыми глазами, - совершенствование навыка всплывания, лежания на воде на груди и спине, - совершенствование навыка скольжения на груди, на спине (с различным положением рук, в сочетании с дыханием), - совершенствование координационного навыка при работе ног (в скольжении на груди, в сочетании с дыханием; в скольжении на спине, в сочетании с дыханием; с различным положением рук), - совершенствование координационного навыка при работе рук (в скольжении на груди и на спине; в сочетании с дыханием), - обучение сочетанию движений рук и ног (на задержке дыхания, с выдохом в воду), - обучение сочетанию гребковых движений рук с дыханием в скольжении, - обучение плаванию способом кроль на груди и на спине в полной координации,
------------------------------	---

	- ознакомление со стилем плавания брасс, - совершенствование техники ритмичного дыхания. — Развитие санитарно-гигиенических навыков (формирование осознанного отношения к выполнению санитарно-гигиенических требований до и после посещения бассейна, воспитание аккуратности, чистоплотности, самостоятельности). — Закрепление правил безопасного поведения в бассейне, на естественных водоемах в разное время года. — Развитие физических и морально-волевых качеств. Поддержка положительной самооценки детей, уверенности в собственных возможностях и способностях, становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции, развитие творчества. — Формирование положительного отношения к занятиям плаванием, развитие потребности в систематических занятиях физическими упражнениями. — Интеграция образовательных областей с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей. — Формирование у детей и родителей системы знаний о видах и способах плавания, об оздоровительном воздействии плавания на организм. — Укрепление взаимосвязи в работе с сотрудниками ДООУ, родителями.
Знания по разделу "Плавание"	— Сведения об организме, гигиене, санитарии; физических качествах, частоте сердечных сокращений. — Знание правил безопасности на воде в летнее время (купание, катание на лодках), при передвижении по осеннему и весеннему льду, оказание помощи пострадавшему на воде. — Знание названий способов плавания (кроль, брасс, дельфин), их особенностей (какой самый быстрый, как лучше плыть на дальность). — Знания, базирующиеся на связи обучения плаванию с познанием окружающего мира (морские обитатели, морские суда, профессии, связанные с водой, водные виды спорта и т.д.), математикой, развитием речи, обучением татарскому языку, музыкой, рисованием и т.д. — Умение дать оценку своих плавательных навыков, объяснить то или иное действие с точки зрения физики, морали.
Упражнения на суше (в помещении бассейна, в группе и дома)	— Общеразвивающие упражнения, в т.ч. на гибкость, подвижность суставов, координацию, специальные упражнения на дыхание. — Игровые, подводящие к движениям в воде упражнения: - стоя, сидя, лежа на спине и на груди выполнять движения руками кролем на груди, кролем на спине, брассом; - стоя, сидя, лежа на спине и на груди выполнять движения ногами кролем на груди, кролем на спине, брассом; - дыхательные упражнения на задержку дыхания, на быстрый энергичный вдох и медленный выдох; - стоя, выполнять согласование движений руками дыханием. Упражнения включаются в утреннюю гимнастику, в другие формы двигательной деятельности в режиме детского сада; для заданий домой.

Упражнения в воде	Дополнительно к упражнениям предыдущей возрастной группы: — лежание на воде в положении «звездочка» на груди и на спине с максимальной продолжительностью; — скольжение на груди с переворотом на спину и наоборот; — плавание кролем в координации движений рук, ног; — совершенствование согласования движений рук, ног, дыхания при плавании кролем; — выполнение способов транспортировки, буксировки, переноса груза над водой; — попытки плавания в ластах; — попытки плавания брасом на груди; — эстафеты, игры в воде; - соревнования по плаванию.
----------------------	---

2.9. Осуществление взаимосвязи образовательных областей при осуществлении ООД по плаванию.

В соответствии с требованиями ФГОС ДО, ФОП в процессе образовательной деятельности по плаванию (область физическое развитие) одновременно решаются задачи и других образовательных областей: социально-коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического.

Задачи области "Физическое развитие", решаемые в ООД по плаванию:

- Осуществление двигательной деятельности, формирование основных движений, плавательных навыков.
- Правильное формирование и развитие всех систем организма, укрепление опорно-двигательной системы организма, крупной и мелкой моторики.
- Развитие физических качеств (гибкости, быстроты, ловкости, выносливости).
- Формирование начальных представлений о водных видах спорта, овладение простейшими их элементами.
- Овладение подвижными играми с правилами.
- Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.
- Развитие двигательного творчества.
- Овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни.

Задачи области "Социально-коммуникативное развитие", решаемые в ООД по плаванию :

- усвоение детьми нравственных норм и ценностей, принятых в обществе, развитие отзывчивости, сопереживания, уважения к другим, толерантности;
- развитие общения и взаимодействия ребенка со взрослыми и сверстниками, формирование готовности к совместной деятельности;
- становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий;
- формирование позитивных установок к различным видам труда;
- формирование основ безопасного поведения в быту, социуме, природе.

Задачи области "Познавательное развитие", решаемые в ООД по плаванию:

- формирование первичных представлений о себе и окружающем мире (углубленно о свойствах воды, жизни морских обитателей, деятельности человека, связанной с водной средой), о свойствах предметов (форма, цвет, размер, материал, количество, пространство и время, движение и покой, причины и следствия и др.);
- закрепление представлений о социокультурных ценностях нашего общества, о традициях России, Татарстана, народов Поволжья;

- формирование познавательных действий, развитие воображения и творческой активности.

Задачи области "Художественно-эстетическое развитие", решаемые в ООД по плаванию::

- привлечения внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей, взрослых, помещения, оборудования и т.д.;
- формирования красоты и выразительности движений в играх, упражнениях;
- развития артистических способностей в подвижных играх имитационного характера;
- использования музыки при проведении аквааэробики, праздников и развлечений;
- организации игр и упражнений под тексты стихотворений, потешек, считалок; сюжетных занятий на темы прочитанных литературных произведений;
- проведения конкурсов рисунков по правилам безопасности на воде.

Задачи области "Речевое развитие", решаемые в ООД по плаванию:

- закрепление речевых навыков как средства общения и культуры (проговаривание своих действий в процессе двигательной деятельности, обсуждение различных тем, например, правил безопасности, пользы плавания и т.д.);
- обогащение словарного запаса;
- закрепление слов лексического минимума при обучении татарскому языку русскоязычных детей и русских слов в татарских группах.

Согласно Закону Республики Татарстан «О государственных языках Республики Татарстан и других языках в Республике Татарстан» в дошкольных учреждениях идет обучение детей татарскому языку. В процессе проведения образовательной деятельности в бассейне в русскоязычных группах закрепляются татарские слова:

средняя группа:

Активный словарь: исэнмесез, сау бул, куян, песи, малай, кыз, керегез, утырыгыз, син кэм?, кил монда, бу нэрсэ?

Пассивный словарь: утырыгыз, син кем?, басыгыз, ал, ничэ?, нинди?

старшая группа:

Активный словарь: : исэнмесез, сау бул, куян, песи, малай, кыз, керегез, утырыгыз, син кэм?, басыгыз, ал, ничэ?, нинди?, Бер, ике, оч, дурт, биш, алты, жиде, сигез, тугыз, ун, зур, кечкенэ (бэлэкэй), бу нэрсэ?, кызыл, зэнгэр, ары, яшел, ки, сал, рэхмэт, сау бул.

Пассивный словарь: утырыгыз, син кем?, басыгыз, ал, ничэ?, нинди?, бу нэрсэ?, хэерле кон?, куп.

подготовительная группа:

Активный словарь: исэнмесез, сау бул, куян, песи, малай, кыз, керегез, утырыгыз, син кэм?, басыгыз, ал, ничэ?, нинди?, Бер, ике, оч, дурт, биш, алты, жиде, сигез, тугыз, ун, зур, кечкенэ (бэлэкэй), бу нэрсэ?, кызыл, зэнгэр, ары, яшел, ки, сал, рэхмэт, сау бул.

Пассивный словарь: утырыгыз, син кем?, басыгыз, ал, ничэ?, нинди?, бу нэрсэ?, хэерле кон?, куп.

см. Приложение. Методическая разработка "Закрепление слов лексического минимума по обучению русскоязычных детей татарскому языку в условиях организации плавания в ДОУ".

Конкретное содержание указанных образовательных областей зависит от возрастных и индивидуальных особенностей детей, может реализовываться в различных видах деятельности (обучении, общении, игре, при осуществлении гигиенических процедур и т.д.)

2.10. Взаимодействие с семьями воспитанников.

В основу совместной деятельности семьи и дошкольного учреждения заложены следующие **принципы**:

- единый подход к процессу воспитания ребёнка;
- открытость дошкольного учреждения для родителей;
- взаимное доверие во взаимоотношениях педагогов и родителей;
- уважение и доброжелательность друг к другу;
- дифференцированный подход к каждой семье;
- равно ответственность родителей и педагогов.

**Формы взаимодействия с родителями (законными представителями)
в области "Физическое развитие. Плавание."**

направление взаимодействия, цель	Организационная форма
1. Знакомство с семьей. Цель: Выявить уровень осведомлённости родителей в вопросах обучения плаванию и их заинтересованности в сотрудничестве.	- индивидуальные встречи-знакомства, - родительские собрания, - анкетирование родителей.
2. Образование родителей. Цель: а) Расширение педагогического кругозора родителей. б) Стимулирование их желания стать хорошими родителями. в) Организация совместных усилий по воспитанию, развитию и образованию детей.	- лекции, практикумы в ходе дней открытых дверей, - проведение мастер-классов на родительских собраниях, - размещение материалов на сайте ДОУ, - демонстрация видеопрезентаций в холле ДОУ, - папка-передвижка "Учимся плавать" в родительском уголке группы, - оформление информационных стендов, газет, памяток, - родительские клубы, - организация выставок детских поделок, литературы по теме.
3. Информирование родителей о ходе образовательного процесса. Цель: а) Демонстрация достижений дошкольников. б) Знакомство с отдельными приёмами работы. в) Разъяснение роли родителей в выполнении домашних заданий. г) Выявление уровня осведомлённости родителей о проблемах своего ребёнка и заинтересованности в их решении.	- дни открытых дверей с показом ООД по плаванию; - индивидуальные консультации (очные, заочные через воспитателей); - консультации на родительских собраниях, - приглашение родителей на развлечения и праздники; - папка-передвижка "Учимся плавать. Индивидуальные консультации"; - создание памяток.

4. Совместная деятельность. Цель: Укрепление взаимосвязей, их эмоциональная наполняемость, приобщение семей к ЗОЖ.	привлечение родителей к организации и участию: - Дни здоровья, - спортивные соревнования, праздники, - маршруты выходного дня (в бассейн, спортзал и пр.), - семейные объединения, - детская проектная деятельность, - конкурсы поделок, рисунков.
--	---

см. Приложение 8. Темы консультаций для родителей по возрастным группам.

2.11. Взаимодействие с социумом.

Задачи:

1. Формировать у детей и взрослых способность адекватно ориентироваться в доступном социальном окружении.
2. Развивать у детей и взрослых коммуникативные способности, доброжелательность к окружающим, готовность к сотрудничеству и самореализации.
3. Создать возможность обеспечения эмоционального благополучия детей.
4. Создать социальные условия для обеспечения здоровья воспитанников.

Формы и ожидаемые результаты взаимодействия ДОУ с социумом в области "Физическое развитие (плавание)".

партнер	мероприятия	ожидаемый результат
общеобразовательная школа	- экскурсии для детей, - спортивные соревнования для детей и взрослых, - совместные семинары, встречи для педагогов ДОУ, учителей и родителей	- формирование мотивационной готовности детей к обучению в школе, снижение тревожности при поступлении, обеспечение успешности перехода, - создание преемственности ДОУ и школы, - повышение педагогической культуры родителей
спорткомплекс "Олимпийский", физкультурно-оздоровительный центр "Дельфин"	- ознакомительные экскурсии для детей и родителей, - наблюдение детей за тренировками, - встреча с тренерами, - совместные семинары педагогов	- создание условий для развития способностей детей, самореализации их личности, формирования интересов, укрепления здоровья, - повышение профессиональной компетентности педагогов, обеспечение преемственности между учреждениями
дошкольные образовательные учреждения города	- работа методических объединений: семинары, совещания, - городские соревнования	- трансляция опыта, обмен опытом, повышение профессиональной компетенции педагогов,

	среди педагогов, - детские соревнования	формирования у детей опыта участия в соревнованиях
дельфинарий	экскурсии с просмотром программ	обогащение познавательной и эмоциональной сферы детей и взрослых, экологическое воспитание
выставки аквариумных рыб, других водных обитателей	экскурсии в рамках выходного дня	обогащение познавательной сферы, экологическое воспитание детей и взрослых
городской яхт клуб	экскурсии с просмотром занятий яхсменов	расширение познавательной сферы
городские спортивные мероприятия: легкоатлетические кроссы, велосоревнования, лыжные гонки	участие в мероприятиях	формирования у детей опыта участия в соревнованиях, развитие коммуникативных способностей

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

Организация обучения детей плаванию в детском саду осуществляется в комплексе с оздоровительной работой ДОУ, в сочетании со всеми другими видами образовательной деятельности, с рациональным режимом.

3.1. Материально-техническое обеспечение Программы.

Технические характеристики плескательного бассейна:

Длина: 6 м. Ширина: 3 м.

Глубина на мелком месте: 30–50 см (в зависимости от степени набора воды);
на глубоком месте до 90 см.

Форма бассейна: овальная.

Уровень пола различный: при входе в ванну он выше, затем понижается.

В помещении бассейна оборудована система вентиляции.

Имеются отдельные раздевалки для девочек и мальчиков с душевыми.

Перечень имеющихся материалов и оборудования:

Спасательные средства:

- шест 3 м
- шест с петель
- аптечка универсальная для оказания первой медицинской помощи (в соответствии с приказом № 822н)

Вспомогательные средства:

Поддерживающие устройства:

- надувные круги большие (на туловище)
- надувные круги малые (на шею)
- нарукавники
- надувные игрушки

Игровой материал:

- игрушки (кораблики, рыбки, уточки)
- предметы тонущие ("камешки-сюрпризы", "кристаллы", "буквы")
- емкости для обливания (лейки, ведра)
- мячи резиновые среднего размера
- мячи пластмассовые 3-х цветов малого размера
- мячи надувные
- «жемчужное ожерелье»
- "брызгалки"
- разделительные буйки "морская змея"
- "вожжи"
- "водяной баскетбол"
- "водяной волейбол"
- наградные "кубки"
- заводные плавающие игрушки

Специальное оборудование и инвентарь:

- доски
- ласты
- лопатки
- нудлсы
- калабашки
- разделительная дорожка
- обручи горизонтальные
- обручи вертикальные
- свисток
- секундомер
- термометр комнатный
- термометр для воды

Оборудование и инвентарь для массажа:

- резиновые массажные коврики
- мячики для массажа

Оборудование и инвентарь для дыхательных упражнений:

- «ветродуй»
- мыльные пузыри

Дополнительный инвентарь и мебель:

- корзины для хранения большие и малые
- разборные стеллажи для хранения инвентаря
- свисток
- стол письменный, стул для педагога
- скамейки детские для переодевания и размещения вещей
- стенды информационные

Требования к развивающей предметно-пространственной образовательной среде.

В каждой ДОО РППС обладает свойствами открытой системы и выполняет образовательную, развивающую, воспитывающую, стимулирующую функции. В процессе взросления ребенка все компоненты (игрушки, оборудование, мебель и прочие материалы) РППС необходимо менять, обновлять и пополнять.

Развивающая предметно-пространственная среда должна быть:

- содержательно-насыщенной

(обеспечение игровой, познавательной, исследовательской и творческой активности детей),

- трансформируемой (возможность изменений среды в зависимости от образовательной ситуации, от интересов и возможностей детей),
- полифункциональной (предмет используется разными способами),
- вариативной (разнообразие материалов и оборудования, периодическая сменяемость игрового материала),
- доступной и безопасной (доступ детей к инвентарю согласно технике безопасности, надежности и безопасности его).

3.2. Программно-методическое обеспечение.

Методические пособия.

1. Воронова Е.К. «Программа обучение плаванию в детском саду» Детство-Пресс, 2010
2. Канидова В. Развивающее обучение на занятиях по плаванию в детском саду. Московский институт повышения квалификации работников образования. 2000
3. Мартынова Л.В., Попкова Т.Н. Игры и развлечения на воде. М., Педагогическое общество России, 2006
4. Маханева М.Д., Баранова Г.В. Фигурное плавание в детском саду» М., ТЦ Сфера, 2009
5. Новиковская О. А. Сборник развивающих игр с водой и песком для дошкольников, Санкт-Петербург, Детство-пресс, 2008
6. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Богина Т.Л. Обучение плаванию в детском саду: М.: Просвещение, 1991.
7. Сидорова И.В. Как научить ребенка плавать М., Айрис пресс, 2011
8. Рыбак М., Глушкова Г., Поташова Г. Раз, два, три, плыви... М., Обруч, 2010
9. Шакирова Р.Р. Обучение дошкольников плаванию. Набережные Челны, 2010
10. Яшагина Н.В. Программа обучения плаванию дошкольников «Капелька». Набережные Челны, 2009

Наглядно-дидактические пособия.

1. Набор картин "Морские обитатели".
2. Набор картин "Водный транспорт".
3. Карточки "ОРУ в воде".
4. Карточки " Закрепляем татарские слова: Животные и птицы. Выполняй команду ".
5. Плакаты "Закрепляем татарские слова".
6. Плакат "Запомни эти правила" (ТБ в бассейне для детей).
7. Набор картин "Запомни эти правила" (правила безопасности на открытых водоемах).

3.3. Санитарно-гигиенические условия проведения ООД по плаванию.

Обучение плаванию детей по данной рабочей программе проходит в крытом малоразмерном бассейне, расположенного в здании МБДОУ №51. Образовательная деятельность по плаванию проходит в первую половину дня, в форме групповой образовательной деятельности по установленному расписанию. Группы делят на подгруппы в зависимости от возраста детей и от конкретных условий.

Дети могут посещать бассейн только при наличии разрешения врача-педиатра (согласно п. 13.9 СанПиН 2.4.1.2731-10). Непосредственно перед посещением бассейна детей осматривает медицинская сестра бассейна.

Согласно п. 13.7. СанПиН 2.4.1.2731-10 в холодный период года плавание в бассейне предпочтительно проводить после прогулки. При проведении занятий перед прогулкой для предупреждения переохлаждения детей необходимо предусмотреть промежуток времени между ними не менее 50 минут.

Дети при посещения бассейна должны при себе иметь полотенце, сменные чистые плавки, купальник (плавки), шапочку и очки для плавания, халат, резиновую обувь. До начала занятия дети принимают душ с мылом.

Длительность ООД по плаванию в разных возрастных группах в течении года.

Возрастная группа	Количество подгрупп	Число детей в подгруппе	Длительность занятий, мин. (без учета времени на проведение гигиенических процедур)	
			в одной подгруппе	во всей группе
Вторая младшая	2(3)	8-10	от 15 до 20	от 30 до 40
Средняя	2	10-12	от 20 до 25	от 40 до 50
Старшая	2	10-12	от 25 до 30	от 50 до 60
Подготовительная к школе	2	10-12	от 30 до 35	От 50 до 70

Продолжительность и распределение количества развлечений, праздников на воде в разных возрастных группах.

Возрастная группа	развлечение	праздник	Длительность, развлечение / праздник, мин.
Вторая младшая	1 раз в месяц	2 раза в год	15-20мин
Средняя	1 раз в месяц	2 раза в год	20 / 45 мин
Старшая	1 раз в месяц	2 раза в год	25-30 / до 60 мин
Подготовительная к школе	1 раз в месяц	2 раза в год	40 / до 60 мин

Санитарные нормы температурного режима в бассейне, параметры набора воды в каждой возрастной группе (в холодный период года).

Возрастная группа	Температура воды	Температура воздуха в зале с чашей бассейна	Температура воздуха в раздевалке	Глубина бассейна (м)
Вторая младшая	+ 30... +32	29-30 ⁰ С	25-26 ⁰ С	0,4-0,5
Средняя	+ 30... +32			0,7-0,8

Старшая	+ 28... +30			0,8
Подготовительная к школе	+ 28... +30			0,8

**Санитарно-гигиенические требования к бассейну в ДОУ
(СанПиН 2.1.2.1188-03)**

Площадь зеркала	Температура воды	Площадь зеркала воды на 1 человека, не менее	Время полного водообмена, не более
До 60 м ²	30-32 ⁰ С	3,0 м ²	0,5 час.

Температурный режим бассейна

Помещение бассейна	Температура
Раздевалка	25-26 ⁰ С
Душевая	25-26 ⁰ С
Зал бассейна	29-30 ⁰ С

Санитарно-гигиенические условия проведения образовательной деятельности по плаванию.

- ежедневная смена воды, анализ качества воды;
- соблюдение температурного режима воды и воздуха;
- дезинфекция ванны при каждом спуске воды;
- дезинфекция помещений и оборудования;
- освещение и проветривание помещения.

3.4. Обеспечение безопасности ООД по плаванию.

Правила обеспечения безопасности ОД для инструктора по плаванию.

- Знать меры по оказанию помощи на воде и в любую минуту быть готовыми помочь детям.
- Образовательную деятельность по плаванию проводить в местах, отвечающих требованиям безопасности и гигиены.
- Не допускать неорганизованного плавания, самовольных прыжков в воду и ныряния.
- Не проводить образовательную деятельность по плаванию с группами, превышающими 10-12 человек.
- Допускать детей к образовательной деятельности только с разрешения врача.
- Во время образовательной деятельности внимательно наблюдать за детьми, видеть всю группу, каждого воспитанника отдельно и быть готовым в случае необходимости быстро оказать помощь ребенку.
- При появлении признаков переохлаждения (озноб, «гусиная кожа», посинение губ) вывести ребенка из воды и дать ему согреться.
- Соблюдать методическую последовательность обучения.

- Знать индивидуальные данные физического развития, состояние здоровья и плавательную подготовку каждого ребенка.
- Не злоупотреблять возможностями ребенка, не форсировать увеличения плавательной дистанции.
- Добиваться сознательного выполнения детьми правил обеспечения безопасности непосредственно образовательной деятельности по плаванию.

Правила техники безопасности при посещения бассейна для детей.

- Посещение бассейна разрешается только при наличии купального костюма, резиновой шапочки, резиновых тапочек, полотенца.
- Обувь снимать около входной двери.
- Аккуратно размещать свои вещи на вешалке.
- В бассейн не надевать украшения.
- Перед заходом в воду тщательно помыться в душе с мылом. Затем надеть купальные вещи.
- Передвигаться в бассейне только по резиновым коврикам.
- Входить в воду и выходить из воды только с разрешения инструктора по плаванию.
- Запрещается прыгать с бортика бассейна.
- При спуске в воду и выходе из воды обязательно держаться за поручень двумя руками. Входить и выходить из воды в порядке очереди, не толкаясь и не торопясь.
- Во время купания без особой надобности не разговаривать, во избежание попадания воды в рот.
- Внимательно слушать и выполнять все требования инструктора по плаванию.
- Не баловаться, не сталкиваться с другими детьми.
- Запрещается загрязнять воду.
- Почувствовав недомогание, немедленно сообщить взрослым.
- Не портить спортивный инвентарь.
- После купания снять сырые вещи, тщательно вытереться полотенцем, самостоятельно одеться.
- При выходе не забыть забрать с собой сырые вещи.
- Перемещаться в группу и из группы только шагом.

3.5. Календарно - тематический план ООД по плаванию.

Модель календаря событий с сентября по май

(из комплексно-тематического планирования ДОУ).

Месяц	Событие, темы.
Сентябрь	До свидания, лето, здравствуй, детский сад! Осень. Я в мире человек. Мой дом, мой город. Я и моя семья. День знаний (со средней группы).
Октябрь	Неделя здоровья. Я вырасту здоровым.
Ноябрь	День народного единства. Мой дом. Мой город, моя страна (со средней группы). Моя планета (с подготовительной группы).
Декабрь	Новый год.
Январь	Зима.
Февраль	День защитника Отечества.
Март	8 марта - Международный женский день. Знакомство с народной культурой и традициями.
Апрель	Весна.
Май	День Победы. Лето. До свидания, детский сад! Здравствуй, школа! (подготовительная группа)

3.6. Методическая литература.

1. Основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» (под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой). М.: Мозаика – Синтез, 2011г,
2. Шаехова Р.К. Региональная программа дошкольного образования. – Казань, РИЦ, 2012.
3. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Богина Т.Л. Обучение плаванию в детском саду: М., «Просвещение», 1991.
4. Воронова Е.К.«Программа обучение плаванию в детском саду» Детство-Пресс, 2010
5. Мартынова Л.В., Попкова Т.Н. Игры и развлечения на воде. М., Педагогическое общество России, 2006
6. Макаренко Л.П. Юный пловец./Л.П.Макаренко. - М.:Физкультура и спорт, 1983
7. Маханева М.Д., Баранова Г.В. Фигурное плавание в детском саду» М., ТЦ Сфера, 2009
8. Новиковская О. А. Сборник развивающих игр с водой и песком для дошкольников, Санкт-Петербург, Детство-пресс, 2008
9. Сидорова И.В. Как научить ребенка плавать М., Айрис пресс, 2011
10. Рыбак М., Глушкова Г., Поташова Г. Раз, два, три, плыви... М., Обруч, 2010
11. Яшагина Н.В. Программа обучения плаванию дошкольников «Капелька». Набережные Челны, 2009

ПРИЛОЖЕНИЕ 1.**Протоколы обследования плавательной подготовленности детей.****Вторая младшая группа.**

№ п/п, фамилия, имя ребенка	начало ОД в воде (январь)		заключение	промежуточная		заключение	конец учебного года			заклучение	примечания
	отношение к воде	передвижение в воде в верт. полож. (у бортика)		поплавание головы сверху из лэйки	погружение до подбородка		передвижение в воде в верт. полож. (ходьба, бег) по всей акватории	опускание лица в воду	передв. в воде в гориз полож. (крокодил)		
начало учебного года	Всего обслед.:			высок.			средн.				низк.
конец учебного года	Всего обслед.:			высок.			средн.				низк.

Средняя группа.

№ п/п, фамилия, имя ребенка	нач. уч. год		заклучение	промежуточная			заклучение	конец учебного года				заклучение	примечания
	ходьба, бег по всей акватории бас-на	опускание лица в воду		опускание лица в воду	передв. в и.п. «крокодил»	движение ногами кролем		опускание лица в воду	передв. в и.п. «крокодил»	движение ногами кролем	попытка скользить из и.п. присед, руки упор о пол		
начало учебного года	Всего обслед.:			высок.				средн.					низк.
конец учебного года	Всего обслед.:			высок.				средн.					низк.

Старшая группа.

№ п/п, фамилия, имя ребенка	начало учебного года						промежуточная						конец учебного года									примечания				
	погружение в воду с головой	передв. в и.п. «крокодил»	«крокодил» + опуск. лица в воду (в движении)	«крокодил» + «фонтан» (в движении)	«стрела» на груди с доской		заклечение	погружение в воду с головой	«звезда» на груди	«поплавок»	«стрела» на груди с доской		выдох в воду	заклечение	погружение в воду с головой	«звезда» на груди	«звезда» на спине	«поплавок»	«стрела» на гр. из без доски	«торпеда» на гр.уд. без доски	«торпеда» на спине с поддер- ср-ми		плавание произв. способом	выдох в воду сериями 3-4 р	заклечение	
начало учебного года	Всего обслед :						высок.						средн.									низк.				
конец учебного года	Всего обслед:						высок.						средн.									низк.				

Подготовительная группа.

№ п/п, фамилия, имя ребенка	начало учебного года								промежуточная					конец учебного года							примечан.			
	погружение в воду с головой	«звезда» на груди	«звезда» на спине	«поплавок»	«стрела» на груди без опоры	«торпеда» на спине с подд. ср-ми	мельница в и. п. стоя		выход серия 4-5р	погружение в воду с головой	выход серия 5-6р	«торпеда» на груди без подд. ср-в		«торпеда» на спине с подд. ср-ми	попытка плавания кролем в координации рук и ног	погружение в воду с головой	выход в воду в скольжении	«торпеда» на груди без подд. ср-в	«торпеда» на спине без подд. ср-в			кроль на груди в координации рук и ног	кроль на спине	плавание произв. способом 6м
начало учебн. года	Всего обслед :								высок.					средн.							низк.			
конец учебного года	Всего обслед:								высок.					средн.							низк.			

ПРИЛОЖЕНИЕ 2. План коррекционно-развивающей работы с детьми, показавшими низкую плавательную подготовленность.

Вторая младшая группа № __ . 20__ - 20__ учебный год.

№ группы	месяц	январь				февраль				март				апрель				май			
	неделя месяца, дата (инд. занятие проходит во время ОД группы по сетке занятий)	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
	фамилия, имя ребенка / № выполняемого упражнения																				

Выполняемые упражнения:

1. передвижение в воде в вертикальном положении (ходьба, бег)
2. опускание лица в воду
3. передвижение в воде в горизонтальном положении (крокодил)

Средняя группа № __ . 20__ - 20__ учебный год.

№ группы	месяц	октябрь				ноябрь				декабрь				январь				февраль				март				апрель				май			
	неделя месяца, дата	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
	фамилия, имя ребенка / № выполняемого упражнения																																

Выполняемые упражнения:

- | | |
|-------------------------------------|---|
| 1. Погружение в воду с головой | 5. «Звезда» на спине (к концу года) |
| 2. «Крокодил» | 6. Скольжение на груди (без работы ног, к концу года) |
| 3. «Крокодил» на охоте (под водой) | 7. Движение ногами «кролем» |
| 4. «Звезда» на груди (к концу года) | 8. Выдох в воду (к концу года) |

Старшая группа № __ . 20__ - 20__ учебный год.

№ группы	месяц	октябрь				ноябрь				декабрь				январь				февраль				март				апрель				май			
	неделя месяца, дата	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
	фамилия, имя ребенка / № выполняемого упражнения																																

Выполняемые упражнения:

- | | |
|---|--|
| 1. Погружение в воду с головой | 9. Открывание глаз в воде (к концу года) |
| 2. «Крокодил идет» | 10. «Поплавок» |
| 3. «Крокодил на охоте» (под водой) | 11. «Торпеда» на груди (к концу года) |
| 4. «Звезда» на груди | 12. «Торпеда» на спине с поддерживающими средствами (к концу года) |
| 5. «Звезда» на спине | |
| 6. Скольжение на груди (без работы ног) | |
| 7. Движение ногами «кролем» | |
| 8. Выдох в воду | |

Подготовительная группа № __ . 20__ - 20__ учебный год.

№ группы	месяц	октябрь				ноябрь				декабрь				январь				февраль				март				апрель				май			
	неделя месяца, дата	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
	фамилия, имя ребенка / № выполняемого упражнения																																

Выполняемые упражнения:

- | | |
|--------------------------------|--|
| 1. Погружение в воду с головой | 9. Скольжение на спине |
| 2. «Крокодил» | 10. Открывание глаз в воде |
| 3. «Крокодил на охоте» | 11. «Поплавок» |
| 4. «Звезда» на груди | 12. «Торпеда» на груди |
| 5. «Звезда» на спине | 13. «Торпеда» на спине |
| 6. Скольжение на груди | 14. Кроль на груди в координации рук, ног (к концу года) |
| 7. Движение ногами «кролем» | 15. Кроль на спине в координации рук, ног (к концу года) |
| 8. Выдох в воду сериями | |

ПРИЛОЖЕНИЕ 3.**Планы индивидуальной работы с детьми, показавшими средний и высокий результат.****План индивидуальной работы с детьми младших групп.**

навыки	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
Ходить в вертикальном положении без поддержки.									
Брызгаться, не отворачивая лицо.									
Обливаться с головой.									
Передвигаться в горизонтальн. положении в и.п. «крокодил».									
Погружать лицо в воду на задержке дыхания – «крокодил испугался»									
Движение ногами кролем – «фонтан».									
Самостоятельно раздеваться, одеваться, вытираться.									

План индивидуальной работы с детьми средних групп.

навыки	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
Погружать лицо в воду на задержке дыхания.									
Передвигаться в горизонтальном положении в и.п. «крокодил».									

Движение ногами кролем.									
Скользить на груди без опоры.									
В скольжении с доской выполнять движение ногами кролем.									
«Звездочка» на груди.									
«Поплавок».									
Выполнять выдохи в воду.									
Самостоятельно раздеваться, одеваться, вытираться.									

План индивидуальной работы с детьми старшей группы.

навыки	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
На глубине погружаться в воду с головой, доставая предметы.									
Передвигаться в горизонтальном положении в и.п. «крокодил», в и.п. «крокодил на охоте»									
Движение ногами кролем – «фонтан».									

Скользить на груди без опоры.									
В скольжении с доской выполнять движение ногами кролем.									
«Торпеда» на груди без опоры.									
«Торпеда» на спине с поддерживающ. средствами									
«Мельница» руками вперед.									
«Звездочка» на спине.									
«Поплавок»									
Выполнять 3-4 серии выдохов в воду.									
Попытка проплыть дистанцию 6м любым удобным способом.									

План индивидуальной работы с детьми подготовительной к школе группы.

навыки	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
На глубине погружаться в воду с головой, доставая предметы.									
«Торпеда» на груди без опоры.									

«Торпеда» на спине без опоры.									
«Мельница» руками вперед, назад.									
«Звездочка» на спине.									
Вдох-выдох (6-7 раз подряд).									
Плывать кролем на груди в координац. рук и ног.									
Плывать кролем на спине в координац. рук и ног.									
Плыть на скорость кролем в координац рук и ног									

ПРИЛОЖЕНИЕ 4.

Последовательность обучения плаванию.

(ориентироваться в индивидуальной работе как с детьми с низким уровнем, так и с одаренными детьми).

	Младшая группа ← → Средняя группа ← → Старшая группа ← → Подготовительная группа			
Продвижение в воде	1. Спускаться в воду, двигаться, держась за руку педагога или за поручень. 2. Ходить в воде в разных направлениях, сохраняя равновесие. 3. И/у "водяные жуки", "крокодилы".	1. Самостоятельно спускаться в воду, двигаться без поддержки и опоры. 2. Ходить и быстро бегать в разных направлениях, не сталкиваясь. 3. И/у "Дельфин"	1. Ходить в координации с движениями рук ("мельница", "весла").	1. Ходьба, бег в воде различными способами с выполнением заданий.

Ныряние	1. Умываться, обливаться, обрызгиваться. 2. Опускать лицо в воду из и.п. сидя на коленках на задержке дыхания.	1. Опускать лицо в воду из и.п. "крокодил". 2. "Звезда" на груди. 3. И/у "Водолазы".	1. "Звезда" на спине. 2. Открывание глаз под водой.	1. Ныряние в глубокой воде. 2. Ныряние с выполнением заданий.
Работа ногами	1. Попеременные ударные движения ногами в положении сидя - "фонтаны".	1. Попеременные ударные движения ногами в положении лежа на груди и на спине с неподвижной опорой.	1. Попеременные ударные движения ногами в скольжении на груди с подвижной опорой.	1. Попеременные ударные движения ногами в скольжении на спине с опорой и без опоры. 2. Работа ног в координации с работой рук, с дыханием.
Работа руками	1. Хлопки руками по воде.	1. Гребковые движения руками в и.п. "крокодил" с кругами и нарукавниками.	1. Движения руками вперед одновременно и поочередно ("мельница", "весла") в и.п. стоя, в наклоне.	1. Движения руками назад одновременно и поочередно ("мельница", "весла"). 2. Работа рук в скольжении в координации с работой ног, с дыханием.
Скольжение	1. Скольжение из и.п. упор присев, отталкиваясь от стены на мелкой воде.	1. "Стрелочка" на груди с опорой, отталкиваясь от стены, на глубокой воде. 2. Скольжение с разными поддерживающими средствами, отталкиваясь от пола.	1. "Стрелочка" на спине с опорой. 2. "Торпеда" на груди с подвижной опорой на 3 м. 3. Скольжение под водой, преодолевая препятствия.	1. "Торпеда" на груди без опоры на 6 м. 2. "Торпеда" на спине с опорой и без опоры. 3. Скольжение на груди с движениями руками и ногами кролем. 4. Скольжение на спине с движениями руками и ногами кролем. 5. Плавание на дальность.

ПРИЛОЖЕНИЕ 5.

Распределение содержания программного материала по кварталам.

Вторая младшая группа.

I КВАРТАЛ

задачи	Средства решения задач (игры, упражнения)
1. Формирование санитарно-гигиенических навыков: 1) учить детей последовательному, самостоятельному переодеванию	и/у "Кто самый внимательный", "Кто самый быстрый", "Отгадай, как правильно".

перед занятиями в бассейне (в группе);	
2) познакомить с помещением бассейна, с правилами передвижения в нём;	экскурсия по бассейну
3) учить самостоятельно снимать вещи перед заходом в воду, аккуратно и правильно размещать их (в раздевалке бассейна);	и/у "Кто самый внимательный", "Кто самый быстрый", "Отгадай, как правильно".
4) учить самостоятельно снимать сырые вещи после выхода из воды, насухо вытираться полотенцем, надевать самостоятельно, быстро и правильно сухие вещи (в раздевалке бассейна);	и/у "Кто самый внимательный", "Кто самый быстрый", "Отгадай, как правильно".
5) учить самостоятельно очищать полость носа, принимать душ перед заходом в воду.	и/у "Кто самый внимательный", "Кто самый быстрый", "Отгадай, как правильно".
2. Формирование плавательных навыков: учить изображать некоторых водных обитателей.	п/и "Морская фигура"
2. Развитие физических качеств: ловкости, быстроты, координации движений.	
3. Воспитание нравственных и морально-волевых качеств: внимательности, самостоятельности, организованности.	
4. Познавательное развитие: закрепить у детей знания об обитателях рек, морей, их повадках и способах передвижения.	просмотр презентации "Обитатели морей и рек", и/у "Кто как двигается", п/и "Морская фигура".
5. Индивидуальная работа: 1) установление доверительных контактов педагога с детьми; 2) выявление индивидуальных способностей и особенностей и проведение на базе этого индивидуальной работы с детьми, в том числе подключая к этому родителей воспитанников.	

II КВАРТАЛ

задачи	Средства решения задач (игры, упражнения)
1. Формирование плавательных навыков: 1) на суше (в помещении группы): - учить задерживать дыхание на вдохе;	п/и "Пузырь", и/у "Шарик лопнул" и/у "Подуй на пушинку" п/и "Морская фигура"

- упражнять в длительном выдохе; - учить изображать некоторых водных обитателей; -упражнять в движении в колонне по одному, в перестроении врассыпную.	п/и "По ровненькой дорожке" п/и "Маленькие и большие ножки"
2) Преодоление водобоязни; начальное ознакомление со свойствами воды.	умывание, обливание, обрызгивание и/у «Водичка, водичка», «Погладь воду», «Веселые брызги» п/и «Дождик», «Цветочки» свободные игры с игрушками
3) Учить передвигаться в воде шагом, бегом, сохраняя равновесие, преодолевая сопротивление воды.	и/у «Погуляем», «По ровненькой дорожке», «Цапля», «Гуси», «Крокодилы», «Кто быстрее» п/и «Маленькие и большие ножки», «Солнышко и дождик», «Наша Таня», «Утка и утята»
3) Учить погружаться в воду до уровня подбородка, опускать в воду нос, лоб, лицо на задержке дыхания.	и/у «Нос утонул», «Размешай воду носом», «Кто смелый» п/и «Утка и утята»
4) Учить выполнять попеременные ударные движения ногами, сидя на дне бассейна.	и/у «Фонтаны», «Моторные лодки»
2. Развивать физические качества: ловкость, координацию движений, равновесие.	
3. Воспитывать нравственные и морально-волевые качества: смелость, решительность, организованность.	
4. Прививать санитарно-гигиенические навыки: - снимать и надевать вещи, аккуратно вешать одежду - принимать душ, используя мыло - насухо, последовательно вытираться полотенцем	
5. Индивидуальная работа: выявление индивидуальных способностей и особенностей и проведение на базе этого индивидуальной работы с детьми.	
6. Начальная диагностика плавательных навыков детей.	

III КВАРТАЛ

задачи	Средства решения задач (игры, упражнения)
1.Формирование плавательных навыков: 1.) Развивать положительное отношение к воде, желание заниматься плаванием	и/у «Погладь воду», «Поймай воду» п/и «Хлопушки», «Зайка серый умывается»
2) Закреплять навык передвижения в воде шагом, бегом, с изменением темпа и направления, в и.п. «крокодил», прыгать, сохраняя равновесие.	и/ «Черепашки», «Раки», «Крокодилы», «Лягушки»
3) Закреплять навык погружения лица в воду на задержке дыхания.	«Спрятались», «Кто смелый» п/и «Жучок-паучок», «Хоровод»
4) Закрепить навык выполнения попеременных ударных движений ногами, сидя на дне бассейна, в и. п. «крокодил» (на месте и в движении)	
5) Ознакомление с техникой скольжения на груди	и/у «Стрела» п/и «Цапля и лягушка»
2. Развивать физические качества: ловкость, координацию движений, равновесие, силу крупных мышц ног, дыхательной мускулатуры.	и/у «Фонтаны», «Веселые крокодилы»
3. Воспитывать нравственные и морально-волевые качества: смелость, настойчивость, дисциплинированность.	
4. Закреплять санитарно-гигиенические навыки: - снимать и надевать вещи, аккуратно вешать одежду - принимать душ, используя мыло - насухо, последовательно вытираться полотенцем	
5. Индивидуальная работа: развитие плавательных навыков с учетом психологических и физических особенностей детей, с учетом результатов начальной диагностики.	
6. Конечная диагностика плавательных навыков детей.	

**Средняя группа.
I КВАРТАЛ**

задачи	средства решения задач (игры, упражнения)
Формирование навыков плавания: 1. Преодоление водобоязни, ознакомление со свойствами воды.	умывание, обливание, обрызгивание игровые упражнения: "Веселые брызги", "Цветочки", "Водопад", свободные игры с игрушками
2. Учить передвигаться в воде шагом, бегом, прыжками преодолевая сопротивление воды и сохраняя равновесие с выполнением заданий. с изменением темпа и направления движения.	игровые упражнения: погуляем, собери игрушки, кто быстрее игры: "Зарядка зверей". "Поезд", "Хоровод", "Три веселых братца", "Большие и маленькие", "Карусель", "Кораблики", "Солнышко и дождик", "Лисичка и курочки"
3. Учить погружаться в воду до уровня подбородка, опускать в воду нос, лоб, лицо на задержке дыхания в ограниченное и свободное пространство.	игровые упражнения: нос утонул, размешай воду носом, кто смелый игры: "Водолазы", "В гости к утке", Смелые ребята", "Уточки и собачка".
4. Учить выполнять попеременные ударные движения ногами.	игровые упражнения: фонтаны, моторные лодки, крокодилы
5. Ознакомить с техникой выдоха, учить выполнять выдох на воду в ограниченное пространство и с продвижением на игрушку.	игровые упражнения: сделай ямку, остуди чай, резвый шарик, чья игрушка впереди, чай кипит, каша кипит
Развивать физические качества: ловкость, координацию движений, равновесие, умение ориентировать в водной среде	
Воспитывать нравственные и морально-волевые качества: смелость, решительность, чувство взаимопомощи, организованность, внимание, умение действовать по указанию педагога.	
Прививать санитарно-гигиенические навыки: аккуратно складывать одежду, принимать душ перед занятием, используя мыло, насухо, последовательно вытираться полотенце	
Индивидуальная работа: выявление индивидуальных плавательных способностей, создание для каждого ребенка психологически и физически комфортной обстановки, способствующей развитию самостоятельности и творчества.	
Начальная диагностика плавательных навыков и способностей детей.	

II КВАРТАЛ

задачи	средства решения задач (игры, упражнения)
Формирование навыков плавания: 1. Развивать положительное отношение к воде, помочь детям преодолеть водобоязнь.	и/у «Погладь воду», «Поймай воду», "Водопад" игры: «Веселые брызги», «Зайка серый умывается», "Морской бой"
2. Закреплять навык передвижения в воде шагом различными способами; с изменением темпа и направления движения; с выполнением заданий.	и/у: «Крокодилы» игры: «Резвый мячик», «Лисичка и курочки», «Птичий двор»
3. Учить спокойно и безбоязненно погружаться в воду с головой.	и/у: «Кто смелый», игры: «Выше, выше, скок, скок, скок», «Водолазы», "Раю-раю", «Жучок-паучок», «В гости к утке», «Хоровод», "Водяной"
4. Учить выполнять переход в лежание на воде:	и/у: «Крокодилы отдыхают», «Лодочка» игры: «Морские фигуры»
5. Ознакомить с техникой скольжения на груди.	и/у «Стрела», «Кто дальше» Игры: «Цапля и лягушки»
6. Закреплять навык выполнения попеременных ударных движений ногами а) на месте б) в движении	и/у: «Фонтаны», "Моторные лодки", «Веселые крокодилы», "Торпеды"
7. Учить выполнять полный выдох в воду в свободное пространство, обильно пуская пузыри	И/у: «Каша кипит», «У кого больше пузырей»
Развивать физические качества: силу крупных мышечных групп, дыхательной мускулатуры, быстроту реакции; ловкость, ритмичность и координацию движений.	
Воспитывать нравственные и морально-волевые качества: настойчивость, дисциплинированность, чувство ответственности, взаимопомощи.	
Закреплять санитарно-гигиенические навыки: умение последовательно вытираться и аккуратно одеваться	
Индивидуальная работа: Развитие плавательных навыков детей.	
Промежуточная диагностика плавательной подготовленности детей.	

III КВАРТАЛ

задачи	средства решения задач (игры, упражнения)
Формирование навыков плавания: 1. Совершенствовать навык передвижения в воде со сменой темпа и направления движения с выполнением заданий.	и/у: «Бегом за мячом» игры: «Наши уточки с утра», «Рыбак-рыбачок», «Лисичка и курочки», «Водяной», «Усатый сом»
2. Закреплять навык погружения в воду на задержке дыхания.	и/у: «Сядь на дно», «Достань дно руками», «Пройди под мостом» игры: «Лягушата», «Жучок-паучок», «У пруда», «Хоровод»
3. Закреплять навык пассивного лежания на воде на груди и на спине.	и/у: «Звезда», «Бревнышко», «Мячик» игры: «Морские фигуры»
4. Учить скольжению на груди с опорой и без опоры. Ознакомить с техникой скольжения на спине.	и/у: «Буксир», «Стрела» с опорой и без опоры, «Кто дальше», «Через обруч», «Торпеда».
5. Упражнять в выполнении ритмичной работы ног на месте и с продвижением. Ознакомить с работой ног в скольжении на груди.	и/у: «Фонтаны», «Веселые крокодилы», «Кошки и собачки», «Торпеда», «Кто быстрее»
6. Отрабатывать технику полного выдоха в воду в свободное пространство, обильно пуская пузыри.	и/у: «Вода кипит», «У кого больше пузырей», «Кто дольше?», «Ветер»
Развивать физические качества: силу крупных мышечных групп, дыхательной мускулатуры, быстроту реакции; ловкость, ритмичность и координацию движений.	
Воспитывать нравственные и морально-волевые качества: настойчивость, дисциплинированность, чувство ответственности, взаимопомощи.	
Закреплять санитарно-гигиенические навыки: умение последовательно вытираться и аккуратно одеваться	
Индивидуальная работа: Развитие плавательных навыков детей.	
Промежуточная диагностика плавательной подготовленности детей.	

**Старшая группа.
I КВАРТАЛ**

задачи	средства решения задач (игры, упражнения)
I. Формирование навыков плавания:	
1. Адаптация к водной среде, развитие умения взаимодействовать с водной средой.	игры-опыты с водой: буль-буль, поплавки, не пролей игровые упражнения: умоемся, "Водичка-водичка" "Волны на море", "Дровосек в воде"
2. Учить свободно передвигаться в воде на различной глубине, преодолевая сопротивление воды шагом, бегом. прыжками, в и.п. "крокодил".	игровые упражнения: цапли, гуси, ледоход, гигантские шаги, морские змеи, карусели, крокодилы игры: "Парусники в море", "Рыбак", "Пароход", "Белые медведи", "Невод".
3. Учить погружаться в воду с головой с открытыми глазами, держась за опору и без неё	игровые упражнения: смотри внимательно, воротики, подводный телеграф игры: "Жучок-паучок", "Смелые ребята", "Оса".
4. Учить лежанию на воде на груди и на спине.	игровые упражнения: полежим, звезда, коробочка, мостик, каракатица, бревнышко
5. Ознакомить с техникой скольжения на груди на задержке дыхания.	игровые упражнения: тюлени, цирковые тюлени, осьминожки, стрела, буксир
6. Учить попеременной работе ног кролем на суше; в воде, сидя на дне бассейна, в и.п.	игровые упражнения: поплыли, фонтаны, крокодилы на охоте
7. Ознакомление с техникой выполнения попеременных гребковых движений на суше.	игровые упражнения: мельница
8. Учить ритмичному вдоху-выдоху в воду, обильно пуская пузыри, сериями 2-3 раза подряд	игровые упражнения: у кого больше пузырей, морской колобок, родничок, быстро-медленно
II. Развивать физические качества: ловкость, координацию движений, равновесие.	
III. Воспитывать нравственные и морально-волевые качества: внимание, организованность, дисциплинированность, умение слушать педагога и действовать по его указанию.	
IV. Прививать санитарно-гигиенические навыки: аккуратность, осознанное отношение к проведению гигиенических мероприятий	
V. Индивидуальная работа: выявление индивидуальных плавательных способностей, создание для каждого ребенка психологически и физически комфортной обстановки,	

способствующей развитию самостоятельности и творчества.	
VI. Начальная диагностика плавательных навыков и способностей детей.	

II КВАРТАЛ

задачи	средства решения задач (игры, упражнения)
I. Формирование навыков плавания:	
1. Дальнейшая адаптация к водной среде, развитие умения владеть своим телом в водной среде, взаимодействовать с ней.	игровые упражнения: "Морской бой", "Водичка-водичка", "Футбол в воде". игры: "Море волнуется".
2. Развитие навыка свободного передвижения в воде в разных направлениях различными способами с выполнением заданий, с работой рук.	игровые упражнения: "Переправа", "Раки", "Крабы", "Лошадки", "Морские коньки", "Летающие рыбки". игры: "Рыбка в сетке", "Водяной", "Русалочка".
3. Закреплять навык погружения в воду с открытыми глазами без опоры. Поиск и сбор игрушек со дна бассейна.	игровые упражнения: "Поезд в тоннель", "Посчитай пальцы" игры: "Сом", "Охотники и утки", "Водолазы".
4. Закреплять навык лежания на воде на груди и на спине с задержкой дыхания и с выдохом в воду.	игровые упражнения: "Звезда", "Медуза", "Кто дольше пролежит?", "Поплавок", "Брёвнышко".
5. Упражнять в скольжении на груди с выполнением заданий с задержкой дыхания и с выдохом в воду. Учить скольжению на спине.	игровые упражнения: "Стрела", "Кто дальше проскользит?", "Мина", "Дельфины на охоте", "Подводные лодки", "Винт". игры: "Ручеек", "Буксир".
6. Упражнять в ритмичной работе ног кролем: лежа на воде, держась руками за поручень; в скольжении на груди с опорой и без неё.	игровые упражнения: "Фонтаны", "Кто дольше?", "Доставка груза", "Моторные лодочки".
7. Закреплять технику выполнения гребковых движений руками на суше, в воде с продвижением.	игровые упражнения: "Мельница", "Переправа", "Лодочка".
8. Закреплять навык выполнения вдоха-выдоха в воду сериями 4-5 раз подряд.	игровые упражнения: "У кого больше пузырей?", "Ванька-встанька", "Быстро-медленно".
II. Развивать физические качества: силу мышц рук, ног; быстроту, ритмичность движений.	
III. Воспитывать нравственные и морально-волевые качества: смелость, настойчивость, чувство взаимопомощи, бережного отношения друг к другу.	
IV. Прививать санитарно-гигиенические навыки, навыки самообслуживания.	

V. Индивидуальная работа: развитие плавательных навыков детей.	
VI. Промежуточная диагностика плавательных навыков детей.	

III КВАРТАЛ

задачи	средства решения задач (игры, упражнения)
I. Формирование навыков плавания:	
1. Совершенствовать навык свободного передвижения в воде с выполнением заданий на различной глубине, различными способами.	И/упражнения: «Дельфины на прогулке», «Путешествие по дну моря». Игры: «Говорящая рыбка», «Караси и карпы», «Рыбий хвост».
2. Совершенствовать навык погружения в воду с головой с открытыми глазами, с выполнением различных заданий.	И/упражнения: «Смотри внимательно». Игры: «Сомбреро», «Достань клад», «Передай мяч», «Водный лабиринт», «В грот».
3. Совершенствовать навык всплывания и пассивного лежания на воде на груди и на спине с выдохом в воду.	И/упражнения: «Звезда на груди и на спине», «Поплавок». Игры: «Лотос», «Пятнашки с поплавком», «Зеркальце».
4. Закреплять навык скольжения на груди и на спине толчком одной ноги от бортика: с задержкой дыхания, с выдохом в воду, с различным положением рук, с открытыми глазами.	И/упражнения: «Стрела», «Подводные лодки», «Винт», «Буксир». Игры: «Водяная лилия».
5. Совершенствовать навык ритмичной работы ног: лежа на воде, руки на поручне; в скольжении на груди с опорой и без неё, с задержкой дыхания и выдохом в воду. Учить выполнять попеременные движения ногами в скольжении на спине с опорой и без неё.	И/упражнения: «Торпеда», «Моторные лодочки», «Морские путешественники». Игры: «Спасение груза», «Гонки катеров», «Колокольчики».
6. Совершенствовать технику выполнения гребковых движений руками с ориентацией ладони в воде: в передвижении, стоя в наклоне, лицо в воде на задержке дыхания, с выдохом в воду; в скольжении на груди, одна рука на опоре.	И/упражнения: «Мельница», «Байдарки», «Водяная мельница».
7. Закреплять навык выполнения вдоха-выдоха в воду сериями 6-8 раз подряд	И/упражнения: «Паровая машина», «Родничок».
II. Развивать физические качества: силу основных мышечных групп, дыхательной мускулатуры; ловкость.	
III. Воспитывать нравственные и морально-волевые качества: выдержку, желание добиваться поставленной цели, осознанное отношение к занятиям.	
IV. Закреплять санитарно-гигиенические навыки.	
V. Индивидуальная работа: коррекционная работа по формированию,	

развитию и самосовершенствование плавательных навыков и способностей детей.	
VI. Контрольная диагностика плавательной подготовленности детей.	

**Подготовительная группа.
I КВАРТАЛ**

задачи	средства решения задач (игры, упражнения)
I. Формирование навыков плавания:	
1. Адаптация к водной среде. Закрепление навыка передвижения в воде на разной глубине различными способами шагом, бегом. прыжками с выполнением заданий.	игровые упражнения: гигантские шаги, гусиный шаг, лошадки, футболисты подвижные игры: "Карусель", "Журавль".
2. Закрепление навыка погружения в воду с головой с рассматриванием и поиском предметов на дне бассейна	игровые упражнения: смотри внимательно, смелые ребята подвижные игры: "Смешные рожицы", "Водолазы", "Найди клад".
3. Освоение навыка всплытия и пассивного лежа на воде с задержкой дыхания и выдохом в воду: на груди, на спине	игровые упражнения: коробочка, поплавок, медуза, звезда подвижные игры: "Зеркало", "Пятнашки с поплавком"
4. Закрепление навыка скольжения на груди и на спине толчком от бортика: на задержке дыхания, с выдохом в воду, с различным положением рук	игровые упражнения: стрела, цирковые тюлени, буксир, подводные лодки, винт подвижные игры: "Ручеек"
5. Отрабатывать координационный навык при работе ног на груди с опорой и без неё: с задержкой дыхания., с выдохом в воду, с различным положением рук.	игровые упражнения: торпеда, гонки катеров, моторные лодки подвижные игры: "Доставка груза", "Колокольчики"
6. Формировать координационный навык при работе рук с ориентацией ладони: а) на суше б) стоя в наклоне, лицо в воде, с задержкой дыхания и выдохом в воду	игровые упражнения: мельница, водяная мельница подвижные игры: "Гусеница"
7. Учить сочетать работу ног с гребковыми движениями рук в скольжении на груди с опорой	игровые упражнения: спасатели, катамаран
8. Учить сочетать гребковые движения правой руки с поворотом головы вправо, стоя в наклоне (суша)	игровые упражнения: водяная мельница, посмотри
9. Формировать представление о плавании способом кроль в полной координации на груди и на спине	подводящие упражнения на суше
10. Отрабатывать технику полного выдоха в воду, погружаясь с головой. Учить выполнять выдох в воду сериями 3-4 раза подряд с поворотом	игровые упражнения: насос подвижные игры: "Дышим вместе", "Ваньки-встаньки" "Паровая

ГОЛОВЫ.	машина"
II. Развитие физические качеств: выносливость, быстроту, силу основных мышечных групп.	
III. Воспитание нравственных и морально-волевых качеств: Осознанное отношение к выполнению правил поведения на воде, внимание, уверенность в своих силах, чувство взаимопомощи.	
IV. Закрепление санитарно-гигиенические навыков аккуратности, чистоплотности	
V. Индивидуальная работа: выявление индивидуальных плавательных способностей, создание для каждого ребенка психологически и физически комфортной обстановки, способствующей развитию самостоятельности и творчества.	
VI. Начальная диагностика плавательных навыков и способностей детей.	

II КВАРТАЛ

задачи	средства решения задач (игры, упражнения)
I. Формирование навыков плавания: 1. Совершенствовать навык передвижения в воде различными способами с выполнением заданий.	игровые упражнения: "Краб", "Рак", "Ледокол", "Морские коньки" игры: "Летающие рыбки", "Свободное место", "Хлопушки", "Пескарь", "путешествие по дну моря", "Утки и ерши".
2. Совершенствовать навык погружения в воду с головой с рассматриванием и поиском игрушек на дне бассейна.	игровые упражнения: "Смотри внимательно", "Смешные рожицы". игры: "Водолазы", "Собиратели жемчуга". "Брод".
3. Совершенствовать навык скольжения на груди и на спине в соревновательном режиме.	игровые упражнения: "Стрела", "Кто дальше проскользит", "Бревна". игры: "Мина", "Винт", "Цирковые тюлени", "Дельфины на охоте".
4. Совершенствовать навык работы ног в скольжении на груди руки на опоре: лицо в воде, выдох в воду; лицо над водой. Формировать координационный навык работы ног в скольжении на спине с различным положением рук.	игровые упражнения: "Торпеда", "Моторные лодки". игры: "Доставка груза", "Акулы и дельфины", "Морские путешественники", "Гонки катеров", "Колокольчики".
5. Закреплять навык выполнения греб. движений руками, стоя в наклоне в сочетании: а) с задержкой дыхания,	игровые упражнения: "Гусеница", "Водяная мельница", "Пингвины", "Ручные катера" игры:

б) с выдохом в воду. Формировать навык при работе рук в скольжении на груди (с калабашкой)	
6. Учить сочетать движения рук и ног в скольжении на груди и на спине с использованием лопаточек и ласт: на задержке дыхания, с выдохом в воду.	подводящие упражнения
7. Закреплять умение сочетать выдох в воду с поворотом головы с греб. движениями пр. руки: а) стоя в наклоне, б) в скольжении, лев. рука на опоре (с калабашкой).	игровые упражнения: "Посмотри", "Мы плывем".
8. Закреплять представление о плавании способом кроль на груди и на спине в полной координации: а) на суше б) самостоятельно	подводящие упражнения
9. Отрабатывать технику выдоха в воду сериями 6-7 раз подряд с поворотом головы.	подводящие упражнения
II. Развивать физические качества: силу мышц дыхательной мускулатуры, выносливость, быстроту, ловкость, координацию движений.	
III. Воспитывать нравственные и морально-волевые качества: бережное отношение друг к другу, умение слушать педагога, настойчивость, волю.	
IV. Развивать санитарно-гигиенические навыки, потребность в чистоте	
V. Индивидуальная работа: формирование и закрепление плавательных навыков детей.	
VI. Промежуточная диагностика плавательных навыков детей.	

III КВАРТАЛ.

задачи	средства решения задач (игры, упражнения)
I. Формирование навыков плавания: 1. Повторить поиск и сбор игрушек со дна бассейна, погружаясь в воду с открытыми глазами.	Игры: «Водолазы», «Собиратели жемчуга», «Найди клад».
2. Повторить всплытие и пассивное лежание на воде на груди и на спине.	И/упражнения: «Поплавок», «Медуза», «Звезда». Игры: «Пятнашки с поплавком», «Зеркало».
3. Повторить скольжение на груди и на спине с активным выдохом в воду,	И/упражнения: «Кто дальше проскользит», «Стрела», «Подводные

с выполнением различных заданий, в соревновательном режиме.	лодки». Игры: «Охотники на акул».
4. Совершенствовать координационный навык при работе ног в скольжении на груди и на спине без опоры, в сочетании с выдохом в воду, в ластах.	И/упражнения: «Торпеда», «Моторные лодки». Игры: «Акулы и дельфины», «Морские путешественники», «Колокольчики».
5. Совершенствовать навык выполнения гребковых движений руками в скольжении на груди и на спине (с использованием поддерживающих средств и без них).	И/упражнения: «Водяная мельница», «Ручные катера».
6. Закреплять координационный навык при работе рук и ног в скольжении на груди и на спине: с задержкой дыхания, с выдохом в воду.	И/упражнения: «Пловцы-молодцы», «Кто быстрее», «», «».
7. Отрабатывать технику выполнения выдоха в воду с поворотом головы в сочетании с гребковыми движениями рук а) стоя в наклоне б) в скольжении с работой ног, левая рука на опоре	И/упражнения: «Водяная мельница», «Посмотри».
8. Упражнять в плавании способом кроль на груди и на спине в полной координации а) с использованием жилетов, ласт, лопаточек б) без поддерживающего средства	Имитационные и подводные упражнения
9. Совершенствовать навык полного выдоха в воду сериями 9-10 раз подряд с поворотом головы.	Имитационные и подводные упражнения
II. Развитие физические качеств: силы мышц дыхательной мускулатуры, выносливости, быстроты, ловкости.	
III. Воспитание нравственных и морально-волевых качеств: ответственности, силы воли, настойчивости, желания вести здоровый образ жизни, приобщаться к спорту.	
IV. Совершенствование санитарно-гигиенические навыков, навыков самообслуживания.	
V. Индивидуальная работа: формирование и развитие плавательных навыков у детей.	
VI. Контрольная диагностика плавательной подготовленности детей.	

ПРИЛОЖЕНИЕ 6.

Примерное тематическое планирование ООД по плаванию
составляется, исходя из комплексно-тематического планирования ДОУ, особенностей ООД в бассейне.

месяц	№п/п	Вторая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
сентябрь	1	Знакомство с бассейном.	До свидания, лето.	До свидания, лето.	День Знаний.
	2	Знакомство с бассейном.	Здравствуй, осень (сезонные изменения в природе).	Осень(сезонные изменения в природе, времени сбора урожая).	Осень(сезонные изменения в природе, времени сбора урожая, жизнь животных).
	3	Учимся переодеваться.	НРК	НРК	НРК
	4	Учимся переодеваться.	тренировочное	тренировочное	тренировочное
октябрь	1	В бассейне раздеваемся сами	Осень.	Я вырасту здоровым (положительная самооценка)	тренировочное
	2	Выходим из бассейна.	НРК.	тренировочное	Животные Татарстана.
	3	Сами вытираемся.	Я добрый и хороший.	Я вырасту здоровым (плавание укрепляет здоровье)	Набережные Челны – город на Каме.
	4	Спускаемся в бассейн	Правила дорожного движения.	НРК	НРК.
ноябрь	1	Чистим носик.	Мой город, моя страна (улицы родного города, ПДД)	Мы живем в России. Мы дружим.	День народного единства. Мы дружим.
	2	Чистим носик.	тренировочное	тренировочное	Мы разных национальностей. Мы дружны. НРК.
	3	Водные обитатели	Поздняя осень. Скоро зима.	Поздняя осень.	Поздняя осень.
	4	Водные обитатели	НРК	НРК	тренировочное
декабрь	1	Мы играем	Зима.	Зима.	Зима.
	2	Мы играем	НРК.	Мой веселый мячик.	тренировочное
	3	Веселые лягушата	Новогодний хоровод.	Новогодний хоровод.	Новогодний хоровод.
	4	Я слышу сигнал свистка	Резвый мячик.	НРК	НРК

январь	1	-	-	-	-
	2	Здравствуй, водичка	Зима.	Зима.	Зима.
	3	Водичка, мы хотим с тобой играть	тренировочное	тренировочное	тренировочное
	4	Котята.	НРК	НРК	НРК
февраль	1	Лягушата.	тренировочное	тренировочное	Круговая тренировка.
	2	Лягушата и утята	Мы моряки.	Мы моряки.	Мы моряки.
	3	Я ловкий и смелый как папа	День защитника Отечества.	День защитника Отечества.	День защитника Отечества.
	4	Крокодильчики	НРК.	НРК.	НРК.
март	1	Мамин праздник.	8 марта.	8 марта.	8 марта.
	2	Веселые брызги	Весна.	Плавает -не плавает.	Воздух – причина непотопляемости.
	3	Зарядка зверят	Устное народное творчество.	тренировочное	тренировочное
	4	Путешествие в зоопарк.	НРК.	Народное творчество (поделки, песни, стихи). НРК.	Творчество народа – игрушки, одежда, стихи. НРК.
апрель	1	Путешествие в зоопарк 2	тренировочное	тренировочное	тренировочное
	2	Резвый мячик.	День космонавтики.	День космонавтики.	День космонавтики.
	3	Весна.	Весна.	Весна.	Весна.
	4	Веселые братцы	НРК.	НРК.	НРК.
май	1	-	День Победы.	9 мая - День Победы.	9 мая - День Победы.
	2	Птичий двор.	тренировочное	тренировочное	До, свидания, детский сад.
	3	Птичий двор.	тренировочное	тренировочное	тренировочное
	4	Скоро лето	Скоро лето.	Здравствуй, лето.	Здравствуй, лето.

*тематическое планирование во второй младшей группе отличается от общего комплексно-тематического планирования ДООУ , т.к. идет первый год обучения детей плаванию и первоочередные задачи на этом этапе в этой возрастной группе другие.

ПРИЛОЖЕНИЕ 7.

Ошибки при выполнении плавательных движений.

№	Наименование упражнений	Ошибки при выполнении
1	Скольжение на груди	Чрезмерное прогибание туловища. Высокое расположение головы. Толчок одной ногой от бортика.
2	Скольжение на спине	Скольжение сидя. Голова сильно отклонена назад. Толчок одной ногой от бортика.
3	Движения руками при плавании кролем на груди	«Глажение» рукой. Широкий гребок. Неполный, короткий гребок. Рука опускается в воду с локтя.
4	Движения руками при плавании кролем на спине	Неполный гребок. Широкий гребок. Поворот туловища за рукой.
5	Движения ногами при плавании кролем на груди	Сильное сгибание в коленях. Глубокое положение ног. Широкое положение ног. Большая амплитуда движений.
6	Движения ногами при плавании кролем на спине	Ноги низко. Ноги высоко. Перекачивание с бока на бок.

ПРИЛОЖЕНИЕ 8.

Перспективный план распределения подвижных игр (в том числе игр народов Поволжья) по возрастным группам на учебный год.

месяц	Средние группы	Старшие группы	Подготовительные группы
сентябрь	- Маленькие и большие ножки - Водолазы - Сердитая рыбка - Выше, выше, скок, скок, скок	- Гуси-лебеди (рус. народ.) - Хоровод - Найди свой домик - Рыбак -рыбачок - Спящий крокодил	- Ляпка (рус. народ.) - Чашки, ложки, поварешки - Шторм – штиль - Море волнуется - Найди и отнеси в свой домик
октябрь	- Гуси-лебеди (рус. народ.) - Карусель (Еле, еле...) - Три веселых братца - Пузырь - Дождик (Капля раз...) - Водолазы	- Водяной (удмурт.) - Жучок – паучок - Море волнуется	- Серый волк (татар.) - Аист и лягушки - Футбол - Вирус и иммунитет - Слушай внимательно

ноябрь	- Лисички и курочки (тат.) - Усатый сом - Щука - Цапля и лягушки - Лягушка и комарик - В гости к утке -	- Раю-раю (мордов.) - Чашки, ложки, поварешки - Найди свой домик	- У дядюшки Трифона (рус) + Тимербай (татар) - В тоннель - Щука
декабрь	- Тимербай (татар.) - Рыбак- рыбачок - Три веселых братца - Спящий крокодил - Лягушка и комарик -	- Тимербай (татар.) - Море волнуется - Наведем порядок - Белые медведи	- Катание мяча (марийск.) - Найди и собери свои монеты, камни - Охотники и утки
январь	- Водяной (удмурт.) - Найди свой домик	- Хищник в море (чуваш.) - Собери бусы - Аист и лягушки - Насекомые, жуки, улитки - Тонет – не тонет	- Хищник в море (чуваш.) - Морская змея - Охотники и утки
февраль	- Раю-раю (мордов.) - Спящий крокодил	- Догонялки (удмурт.) - Переправа - Белые медведи - 1,2,3 – мяч скорей держи.	- Догонялки (удмурт.) - Азбука и счет - Переправа пограничников - Делаем зарядку
март	- Хлопушки (татар.) - Рыбак - рыбачок - Хоровод - Солнышко и дождик - Цапля и лягушки	- Ляпка (рус. народ.) - Чашки, ложки, поварешки - Шторм – штиль - Море волнуется - Найди и отнеси в свой домик	- Стрелок (башкир.) - Сирлала - Вирус и иммунитет
апрель	- Серый волк (татар.) - Усатый сом - Резвый мячик	- Стадо (рус. народ.) - Белые медведи - Сосчитай - Наведи порядок - Compliments	- Стадо (рус.) - Азбука и счет - Медвежонок Умка
май	- Гуси-лебеди (рус. народ.) - Хоровод - Найди свой домик - Рыбак -рыбачок - Спящий крокодил	- Серый волк (татар.) - Шторм – штиль - Сосчитай	- Раю-раю (мордов.) - Аист и лягушки - Морская змея

ПРИЛОЖЕНИЕ 9.

Темы консультаций для родителей по возрастным группам.

группа	тема
средняя группа	- Детское плавание в вопросах и ответах. - Правила посещения бассейна в детском саду. - Как преодолеть водобоязнь у детей. - Плавание для малышей. - Отправляемся на речку. - Упражнения и игры, доступные малышу в небольшой ванне. - Плавание и здоровье. - Отпускаем «рыбку» в море. - «Рыбка моя». - Это необходимо запомнить. - Первая помощь при утоплении. - Снаряжаемся в плавание.
старшая группа	- Осваиваем азы плавания. - Пловцы в мире животных. - Солнце, воздух и вода - будем друзьями всегда! - Упражнения в домашней ванне. - Как узнать в вашем ребенке будущего пловца? - «Тихие» игры у воды. - Правила безопасного поведения на воде (запомните сами и ознакомьте детей).
подготовительная группа	- Значение плавания для растущего организма. - Учимся плавать. - Оказание первой помощи пострадавшему на воде. - Плаваем в открытом водоеме. - Детское плавание – развлечение, спорт или лечебная физкультура? - Знакомимся со спортивными стилями плавания. - Правила безопасного поведения на воде (запомните сами и ознакомьте детей).

Пронумеровано, прошнуровано и скреплено
печатью 63 листов

Заверено в МДОУ «Центр развития ребенка-
детский сад № 538/08 «Торнакай»

Директор А. Х. Мамагитова

«Торнакай» сад № 538/08 20 23 г.

