

Департамент образования Администрации города Екатеринбурга  
Управление образования Верх-Исетского района  
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение – детский сад № 348  
620034, г. Екатеринбург, ул. Ленинградская, 16; ул. Репина, 86

Принято:  
Педагогическим советом

Протокол № 1 от 18.08. 2024 г.

Утверждаю:  
Заведующий  
МБДОУ № 348  
№ 348  
Е.А. Бояринова  
Принят № 1 от 18.08. 2024 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
*инструктора по физической культуре (бассейн)*  
**Шаламовой Лады Алексеевны**  
**на 2024-2025 учебный год**

Екатеринбург

## Содержание

вводный раздел...	2
объяснительная записка...	2
Цели и задачи программы...	3
Принципы и подходы к формированию программы...	5
Характеристика возрастных и индивидуальных особенностей развития детей...	6
Характеристика индивидуальных особенностей развития детей...	9
Планируемые результаты освоения программы...	10
основной раздел...	12
образовательная деятельность при реализации образовательной области «Физическое развитие»...	12
Формы, способы, методы и средства реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов...	13
Календарно-тематическое планирование по занятиям физкультурой в бассейне в средней группе...	14
Календарно-тематическое планирование по занятиям физкультурой в бассейне в старшей группе...	26
Календарно-тематическое планирование по занятиям физкультурой в бассейне в подготовительной группе...	35
региональный компонент...	44
Организационный раздел...	47
Материально-техническое обеспечение программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания...	47
Перечень информационного обеспечения...	48

## левой раздел.

### 1. Пояснительная записка

Плавание является одним из наиболее полезных и доступных видов физической активности не только для взрослых, но и для детей. И чем в более раннем возрасте ребенок познакомится с водой, тем более крепкий фундамент его здоровья будет заложен в будущем. Для детей дошкольного возраста плавание не только весело и увлекательно, но и играет важную роль в их физическом и психологическом развитии. Включение занятий в бассейне в еженедельное расписание физических нагрузок детей, их разнообразие – являются залогом гармоничного развития дошкольников.

Рабочая программа разработана в соответствии:

- Федеральный закон Российской Федерации ОТ 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 02.07.2021)"Об образовании в Российской Федерации" • ФЗ от 31.07.2020 г. № 304 –ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- Порядок разработки и утверждения федеральных основных общеобразовательных программ, утверждённым приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2022 г. № 874 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 2 ноября 2022 г., регистрационный № 70809);
- ФГОС ДО, утверждённым приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155, с изменением, внесённым приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 января 2019 г. № 31;
- Федеральной образовательной программой дошкольного образования (утв. приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 г. № 1028);
- СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28;
- основной образовательной программой – образовательной программой дошкольного образования МБДОУ – детского сада № 348 г. Екатеринбурга.

Рабочая программа отражает особенности содержания и организации образовательного процесса в группах среднего дошкольного возраста, старшего дошкольного возраста, подготовительной к школе группе.

Деятельность НОД по физкультуре в бассейне в разных возрастных группах в течение года:

Возрастная группа	Количество подгрупп	Количество детей в подгруппе	Длительность занятия, мин.
Средняя группа			
Старшая группа			
Подготовительная к школе группа			

Распределение НОД по физкультуре в бассейне в разных возрастных группах в течение года:

Возрастная группа	Количество занятий	Количество часов		
	в неделю	в неделю	в месяц	в год
Средняя группа				
Старшая группа				

Подготовительная к школе группа				
---------------------------------	--	--	--	--

## Цели и задачи программы

Суть программы заключается в том, что она предлагает детям не только физические упражнения и игры, но и целый ряд возможностей для освоения и развития навыков плавания и ориентации в воде. Программа разработана с учетом индивидуальных особенностей каждого возраста, чтобы обеспечить положительное эмоциональное отношение к обучению на всех этапах. Она стимулирует самостоятельность детей, учит их важности здорового образа жизни и основным правилам безопасности на воде. Рабочая программа основана на принципах развития личности и гуманистического взаимодействия между взрослыми и детьми, учитывая особенности в обучении детей среднего и старшего возраста, а также подготовительной к школе группе.

программа направлена:

а создание условий развития детей дошкольного возраста, открывающих возможности позитивной социализации ребёнка, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим дошкольному возрасту видам деятельности;

а создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей;

а решение задач федеральной образовательной программы дошкольного образования:

храны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;

беспечения равных возможностей полноценного развития каждого ребёнка;

оздания благоприятных условий развития детей в соответствии с его возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями развития способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;

бъединения обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей, принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;

ормирования общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирования предпосылок учебной деятельности;

ормирования социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;

беспечения психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

ри разработке Программы использованы лучшие традиции отечественного дошкольного образования, его фундаментальность: комплексное решение задач по охране жизни и укреплению здоровья детей, всестороннее воспитание, развития на основе организации всех видов детской деятельности предусмотренных ФОП ДО: игровой, коммуникативной, познавательно-исследовательской, восприятие художественной литературы и фольклора, самообслуживания, конструирования, музыкальной и двигательной.

Основные цели реализации программы физической подготовки в бассейне:

беспечение всесторонней физической подготовки: укрепление здоровья детей средствами физического воспитания, создание условий для формирования правильной осанки, профилактика плоскостопия;

пособствование усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;  
акрепление культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания:  
формирование полезных привычек, приобщение к здоровому образу жизни.

Задачи обучения плаванию по возрастным группам:

Средняя группа.

ормировать гигиенические навыки: раздеваться и одеваться в определенной последовательности, аккуратно вешать одежду, самостоятельно пользоваться полотенцем.

азвивать двигательные умения и навыки: самостоятельно передвигаться в воде, погружаться в воду с головой; совершать попеременные движения ног в воде, держать за бортик, нудл; участвовать в играх на воде, доставать предметы со дна бассейна.

азвивать физические качества: силу, быстроту, ловкость, выносливость.

Старшая группа.

ормировать гигиенические навыки.

азвивать двигательные умения и навыки: выполнять движения прямыми ногами вверх и вниз, сидя на бортике, а также лежа в воде с опорой; выполнять вдох и выдох в воду; скольжение в воде на груди; плавание произвольным способом.

родолжать развивать физические качества: быстроту, силу, ловкость.

Подготовительная к школе группа.

овершенствовать двигательные умения и навыки: скольжение на груди и спине; разучивать попеременные и одновременные движения ногами и руками попеременные и одновременные; сочетать движения руками и ногами во время скольжения на груди и на спине; использовать упражнения из комплексов гидроаэробики в воде у бортика и без опоры.

родолжать развивать физические качества: силу, ловкость, быстроту.

Срок реализации программы составляет 3 года.

Методы и приемы работы с детьми в непосредственно образовательной деятельности:

ловесные:

писание

бъяснение упражнений

ояснение

аспоряжение

оманда

асказ

еседа

азвание упражнений.

аглядные:

показ

Имитация

звуковые и зрительные ориентиры

использование наглядных пособий.

рактические:

пражнения

конкретные задания

игровые приемы  
поддержка и помощь.

Приемы:  
бъяснение  
оказ  
ояснение  
овторение  
одражание  
оревнования (индивидуальные и командные)  
нализ и оценка выполнения движений  
роверка  
опросы.

Необходимые условия реализации программы:

ассейн;  
порттивное оборудование;  
лавающие и погружающиеся игрушки, плавательные палки (нудлы) для бассейна,  
плот.

## **1.2. Принципы и подходы к формированию программы.**

Программа разработана в соответствии с возрастным, культурно-историческим, личностным, деятельностным подходами в воспитании, обучении и развитии детей дошкольного возраста.

Научные принципы построения программы:

- Принцип развивающего образования, направленный на развитие личности ребенка;
- Принцип научной обоснованности и практической применимости;
- Принцип полноты, необходимости и достаточности, который призван обеспечить выполнение поставленных целей и задач на адекватном материале, стремясь к рациональному "минимуму";
- Принцип объединения воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач в процессе образования детей дошкольного возраста;
- Принцип интеграции образовательных областей с учетом возрастных особенностей и специфики обучаемых, а также потенциала образовательных областей;
- Принцип комплексно-тематической организации образовательного процесса;
- Принцип учета специфики дошкольного образования, включающий в себя совместную деятельность взрослых и детей, самостоятельную деятельность детей не только в рамках образовательной деятельности, но и в режимных моментах;
- Принцип приспособленности форм работы с детьми к их возрасту и уделимость внимания основному виду деятельности – игре;
- Принцип учета культурной специфики и региональных особенностей, способствующий формированию самосознания ребенка на основе культуры своей нации и ближайшего социального окружения, знакомства с историко-географическими, этническими особенностями своего региона, в соответствии с национальными ценностями и традициями в образовании.

Программа базируется на постулатах подхода Эмми Пиклер к воспитанию и обучению детей:

- Безопасность пространства и среды;
- Бережное отношение к ребенку;
- Предоставление ребенку времени на осмысление происходящего, на реакцию, на действие;
- Восприятие детей активными участниками процесса обучения;
- Предоставление детям времени для самостоятельной игры.

Подход к реализации Программы основывается на достижениях отечественной психологии и педагогики, которые учитывают критически переосмысленный международный опыт и включают ряд авторских теорий. Среди них выделяется деятельностный подход к развитию ребенка и организации образовательного процесса (представленный такими учеными, как А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, А.В. Запорожец, П.Я. Гальперин, В.В. Давыдов и другими). Этот подход предполагает, что деятельность является субъектной, так как именно ребенок определяет свою задачу, находит способы и средства для достижения поставленной цели и так далее.

Также в программе используется принцип Л.С. Выготского о зоне ближайшего развития ребенка, когда педагогический процесс выстраивается с учетом текущего уровня развития и потенциальных навыков, которые ребенок может достигнуть под руководством педагога.

### **характеристика возрастных и индивидуальных особенностей развития детей.**

#### **Средний дошкольный возраст. Средняя группа (от 4 до 5 лет).**

Пятый год жизни ребёнка – это период, когда происходит значительный дисбаланс в развитии дыхательной системы. Несмотря на то, что лёгкие становятся более мощными, просвет верхних дыхательных путей, таких как полость носа и гортань, остаётся узким, а дыхательные мышцы всё ещё слабы. В то же время, объём грудной клетки при вдохе и выдохе увеличивается, что приводит к тому, что жизненная ёмкость лёгких у пятилетних детей оказывается значительно больше, чем у их малых сверстников в возрасте 3-4 лет.

При этом, из-за узкости дыхательных путей, у детей преобладает брюшное дыхание, при котором диафрагма играет основную роль. К четырём годам миндалины у детей уже хорошо развиты, и они подвержены гипертрофии, что может приводить к частым ангинам и образованию очагов хронической инфекции. Также в этом возрасте нередко наблюдаются аденоиды, что затрудняет носовое дыхание.

Далее, в организме активно развивается кровеносная система. Сердечно-сосудистая система, при условии адекватных физнагрузок, более успешно справляется с потребностями растущего организма, чем дыхательная. На протяжении пятого года жизни наблюдается заметный прогресс в развитии мускулатуры, а также в нервно-психической регуляции. Увеличивается сила и работоспособность мышц, однако мелкие мышцы (пальцев, кистей и стоп) всё ещё недостаточно развиты по сравнению с крупной мускулатурой. Поэтому детям, как правило, легче выполнять движения всей рукой, а не мелкими мышечными группами.

Кроме того, наблюдается несоответствие между силой сгибателей и разгибателей, что влияет на позу детей: голова часто наклонена вперёд, живот выступает, а ноги согнуты в коленях. Навыки и условные рефлексы у детей формируются быстро, но могут быть нестабильными, поэтому многие движения требуют постоянной практики для закрепления. Процессы возбуждения и торможения в коре головного мозга у детей легко распространяются, что делает внимание нестабильным, а ответные реакции эмоциональными. Дошкольникам свойственна высокая отвлекаемость, и им трудно сосредоточиться на одной задаче без постоянных переключений. Однако с возрастом, к пятому году жизни, движения становятся более уверенными и координированными. Внимание начинает приобретать более устойчивый характер, а зрительное, слуховое и тактильное восприятие улучшается, развивается целенаправленное запоминание.

Дети начинают различать различные виды движений, выделять их элементы, а также испытывают интерес к результатам своих действий и стремятся выполнять движения в соответствии с образом. Эти изменения создают отличные предпосылки для начала занятий плаванием. На этом этапе важно вводить основные движения в воде, подчеркивая специфику дыхательного процесса и координации движений.

Дошкольники могут начать осваивать такие базовые навыки, движения ног попеременно, игры с предметами в воде, доставание их со дна. Вводятся элементы безопасности: правильный входа в воду и выход из нее, передвижение по территории бассейна, безопасное поведение на воде. Занятия плаванием обогащают их физическое развитие, улучшают особенности координации, а также способствуют формированию уверенности в своих силах и социальным взаимодействиям с ровесниками. Важно уделять внимание также играм в воде, которые делают обучение более интересным и увлекательным, что позволяет детям легче адаптироваться к новым условиям и быстрее осваивать плавательные навыки.

#### **Старший дошкольный возраст. Старшая группа (от 5 до 6 лет).**

В шестилетнем возрасте у детей наблюдается замедление темпов роста: в течение года они прибавляют примерно 4-5 см в высоту, 1,5-2 кг в весе и 1-2 см в окружности грудной клетки. На данный момент развитие опорно-двигательной системы — включающей скелет, суставно-связочный аппарат и мускулатуру — еще не завершено. Позвоночник в этом возрасте остается чувствительным к деформирующим нагрузкам, что требует осторожности при физической активности. Скелетные мышцы характеризуются слабым развитием связок и сухожилий, что делает их уязвимыми к травмам при чрезмерных физических нагрузках, таких как поднятие тяжестей, что может привести к нарушениям осанки.

В шестилетнем возрасте происходит заметный рост длины конечностей, а также увеличение ширины таза и плеч у детей обоего пола. Преобладание тонуса мышц-разгибателей может затруднять удержание правильной осанки при длительном статическом положении. Сердечно-сосудистая система ребенка еще не достигла полной зрелости, что приводит к недостаточной устойчивости пульса и его нерегулярному ритму. Развитие дыхательной системы также протекает неравномерно: жизненная емкость легких (ЖОЛ) у детей 5-6 лет варьируется от 1100 до 1200 см<sup>3</sup>, но зависит от множества факторов, таких как рост, тип дыхания и индивидуальные особенности.

Развитие центральной нервной системы означает, что дети начинают более четко различать ассоциативные зоны, что оказывается важным для успешного выполнения сложных умственных задач, таких как обобщение, понимание последовательности событий и причинно-следственных связей. Это улучшает осознанность в выполнении более сложных двигательных навыков и повышает их качество.

Проводя занятия плаванием для детей, важно уделять большое внимание не только физическому, но и морально-волевому развитию. Это включает в себя развитие таких качеств, как быстрота, ловкость, выносливость и дисциплина. Плавание также способствует укреплению дружеских отношений между детьми, что играет значительную роль в их социальном развитии. Плавание помогает детям научиться работать в команде, строить отношения с другими и развивать уверенность в себе, что в целом положительно влияет как на физическое, так и на эмоциональное состояние ребенка.

#### **Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет).**

В седьмом году жизни продолжается активное формирование осанки и свода стопы у детей. Однако скелет все еще остается эластичным и подверженным деформациям, что увеличивает риск травм, как конечностей, так и позвоночника. К семи годам у детей уже хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но мелкие мышцы остаются относительно слабыми.

В этом возрасте у детей наблюдается преобладание грудного типа дыхания: число вдохов в минуту составляет в среднем 25. Сердечно-сосудистая и дыхательная системы имеют

хорошую резервную возможность, что позволяет детям более эффективно справляться с физическими нагрузками. Динамика развития нервной системы также способствует легкому освоению движений и физических упражнений, поскольку двигательные стереотипы формируются быстрее и легче, а качество двигательных действий улучшается.

Движения становятся более координированными и точными, что является основой для развития устойчивого равновесия. При выполнении упражнений на равновесие девочки, как правило, имеют небольшое преимущество перед мальчиками, что связано с особенностями их физического развития. В процессе двигательной активности у детей формируются навыки самоорганизации и взаимоконтроля, а также проявляются волевые усилия при выполнении поставленных задач. Для них становится важным достигать результатов.

Этот возраст предоставляет прекрасную возможность для развития у детей потребности заниматься физическими упражнениями, а также стимулирует самостоятельность в освоении новых видов движений. Занятия плаванием играют ключевую роль в этом процессе, так как они не только развивают физические качества, но и укрепляют уверенность, дисциплину и командную работу. Плавание помогает детям понять важность регулярных физических нагрузок и способствует формированию активного и здорового образа жизни в будущем.

Характеристика индивидуальных особенностей развития детей, воспитывающихся в ДОУ.

#### **Характеристика индивидуальных особенностей развития детей**

##### **Характеристика индивидуальных особенностей развития детей 4-5-летнего возраста.**

Физическое развитие и здоровье. Всего детей – 67.

Группы здоровья детей:

1 группа –       % (       )

2 группа -       % (       )

3 группа –       % (       )

4 группа –       % (       )

Речевое, познавательное, социально-коммуникативное и художественно-эстетическое развитие – % в соответствии с возрастом

##### **Характеристика индивидуальных особенностей развития детей 5-6-летнего возраста.**

Физическое развитие и здоровье. Всего детей -

Группы здоровья детей:

1 группа –       % (       )

2 группа -       % (       )

3 группа –       % (       )

4 группа –       % (       )

Речевое, познавательное, социально-коммуникативное и художественно-эстетическое развитие – % в соответствии с возрастом

##### **Характеристика индивидуальных особенностей развития детей 6-7-летнего возраста.**

Физическое развитие и здоровье. Всего детей –

Группы здоровья детей:

1 группа –       % (       )

2 группа -       % (       )

3 группа –       % (       )

4 группа –       % (       )

Речевое, познавательное, социально-коммуникативное и художественно-эстетическое развитие – % в соответствии с возрастом.

## 2. Планируемые результаты освоения рабочей программы

Планируемые результаты освоения данной программы изложены в формате целевых ориентиров дошкольного образования, представляющих собой возрастные характеристики достижений ребёнка на завершающем этапе дошкольного периода.

Целевые ориентиры к концу дошкольного возраста:

ребёнок осваивает основные культурные способы деятельности, проявляет активность и самостоятельность в различных областях: игра, общение, у ребёнка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества;

ребёнок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;

ребёнок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;

ребёнок результативно выполняет физические упражнения

(общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пеших прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности;

ребёнок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;

ребёнок проявляет морально-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;

ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;

ребёнок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;

ребёнок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям;

ребёнок соблюдает элементарные социальные нормы и правила поведения в различных видах деятельности, взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками;

ребёнок владеет средствами общения и способами взаимодействия со взрослыми и сверстниками; способен понимать и учитывать интересы и чувства других; договариваться и дружить со сверстниками; старается разрешать возникающие конфликты конструктивными способами;

ребёнок способен понимать свои переживания и причины их возникновения, регулировать свое поведение и осуществлять выбор социально одобряемых действий в конкретных ситуациях, обосновывать свои ценностные ориентации; ребёнок стремится сохранять позитивную самооценку; ребёнок проявляет положительное отношение к миру, разным видам труда, другим людям и самому себе; у ребёнка выражено стремление заниматься социально значимой деятельностью;

ребёнок способен откликаться на эмоции близких людей, проявлять эмпатию (сочувствие, сопереживание, содействие);

ребёнок способен к осуществлению социальной навигации как ориентации в социуме и соблюдению правил безопасности в реальном и цифровом взаимодействии;

ребёнок способен решать адекватные возрасту интеллектуальные, творческие и личностные задачи; применять накопленный опыт для осуществления различных видов детской деятельности, принимать собственные решения и проявлять инициативу;

ребёнок проявляет любознательность, активно задает вопросы взрослым и сверстникам;

ребёнок выражает интерес к культурным традициям народа в процессе знакомства с различными видами и жанрами искусства; обладает начальными знаниями об искусстве;

ребёнок владеет умениями, навыками и средствами художественной выразительности в различных видах деятельности и искусства;

использует различные технические приемы в свободной художественной деятельности;

ребенок участвует в создании индивидуальных и коллективных творческих работ, тематических композиций к праздничным утренникам и развлечениям, художественных проектах;

ребенок самостоятельно выбирает технику и выразительные средства для наиболее точной передачи образа и своего замысла, способен создавать сложные объекты и композиции, преобразовывать и использовать с учетом игровой ситуации;

ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, предлагает и объясняет замысел игры, комбинирует сюжеты на основе реальных, вымышленных событий, выполняет несколько ролей в одной игре, подбирает разные средства для создания игровых образов, согласовывает свои интересы с интересами партнеров по игре, управляет персонажами в режиссерской игре;

ребенок проявляет интерес к игровому экспериментированию с предметами, к 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 планировать свои действия, направленные на достижение конкретной цели; демонстрирует сформированные предпосылки к учебной деятельности и элементы готовности к школьному обучению.

#### **Средняя группа.**

- Уметь выполнять лежание на груди в течение 2-5 сек., лежание на спине с помощью нудла 2-5 сек.;
- Уметь присесть под воду, доставая предметы;
- Уметь выполнять выдохи в воду, опуская лицо;
- Уметь выполнять попеременные движения ногами на груди у опоры.

#### **Старшая и подготовительная группы.**

- Уметь выполнять попеременные движения руками при скольжении на груди;
- Уметь проплыть произвольным способом на груди и на спине 5-7 метров.
- Погружать лицо и голову в воду, открывать глаза в воде;
- Нырять в обруч, проплывать тоннель, подныривать под нудл;
- Доставать предметы со дна;
- Выполнять вдох над водой и выдох в воду с неподвижной опорой. Выполнять серии выдохов в воду.
- Скользить на груди с работой ног, с работой рук;
- Пытаться скользить на спине, лежать с нудлом;
- Продвигаться с плавательной доской с работой ног на груди;
- Уметь проплыть на груди с координированными движениями рук и ног (попеременными и одновременными) в технике плавания кроль и брасс.

## **II. Содержательный раздел**

### **Образовательная деятельность при реализации образовательной области «Физическое развитие»**

Содержимое рабочей программы направлено на развитие личности, мотивации и способностей детей через различные виды двигательной активности, а также охватывает их физическое развитие. Это физическое развитие включает в себя следующие аспекты:

- приобретение опыта в таких видах деятельности, как двигательная активность, включая упражнения, способствующие развитию физических качеств, таких как координация и гибкость;
- поддержка правильного формирования опорно-двигательной системы, развитие равновесия, координации движений, а также крупной и мелкой моторики обеих рук, с акцентом на безопасное выполнение основных движений (ходьба, бег, лёгкие прыжки, повороты в обе стороны);
- формирование начальных знаний о некоторых спортивных дисциплинах и усвоение подвижных игр с правилами;
- развитие целенаправленности и саморегуляции в области двигательной активности;
- формирование ценностей здорового образа жизни, освоение основных норм и правил (в соблюдении режима питания, двигательной активности, закаливания, а также развития полезных привычек и др.).

Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:

- формирование осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;
- формирование у ребенка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;
- формирование эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;
- формирование активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;
- приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;
- формирование у ребенка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

## **2.2. Формы, способы, методы и средства реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов**

Основное направление программы – здоровьесбережение, получение основных навыков плавательных движений и умение применять их при выполнении более сложных координационных упражнений. Комплекс занятий формирует у детей координацию движений, способствует быстрому и рациональному овладению двигательных навыков, а также содействует развитию интереса детей к занятиям плаванием.

В рамках педагогической практики традиционно выделяют три группы методов физического воспитания детей:

наглядные методы включают:

- имитацию (подражание), которая активизирует процесс усвоения движений;
- демонстрацию и показ техники выполнения физических упражнений, где важно привлекать самих воспитанников для более глубокого понимания;
- использование наглядных пособий (рисунков, фотографий, видеофильмов), которые служат визуальными ориентирами и помогают детям лучше представлять изучаемые движения;
- аудиальные и звуковые ориентиры, которые способствуют активизации детской деятельности, уточнению представлений о движениях, а также развитию ритмического восприятия и музыкальных способностей. Звуковые сигналы важны для регулирования темпа движений и обозначения начала или конца действий.

словесные методы охватывают:

- наименования упражнений инструктором по физической культуре, их описание и объяснение, комментирование выполнения, а также использование вопросов, команд и бесед, что обогащает процесс обучения;
- выразительное чтение стихов, которое способствует эмоциональному восприятию образовательного материала.

практические методы заключаются в:

- совместном и самостоятельном выполнении движений с педагогом, а также повторении упражнений, проводимых в игровой форме или в формате соревновательных мероприятий, что делает процесс обучения увлекательным и эффективным.

Параллельно с методами внимания требуют и средства физического воспитания, которые включают:

- гигиенические факторы (режим занятий, отдыха, сна и питания, правила гигиены), способствующие нормализации работы организма и повышению эффективности физических упражнений;
- естественные силы природы (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию к движению, усиливают адаптационные способности и закаляющий эффект;
- физические упражнения, отвечающие биологическим потребностям детей в движении и способствующие формированию двигательных умений и навыков.

Комплексное применение всех методов и средств, а также организационных форм физкультурно-оздоровительной работы с детьми обеспечивает полноценное решение задач физического воспитания. К таким формам относятся:

- разнообразные занятия по физической культуре (традиционные, сюжетно-игровые, тренировочные, занятия по плаванию и аква-аэробике);
- физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня;
- формы активного отдыха (физкультурные праздники, Дни здоровья и пр.);
- самостоятельная двигательная активность детей;
- занятия в домашних условиях с участием родителей.

### 2.3. Календарно-тематическое планирование по занятиям физкультурой в бассейне в средней группе

Сентябрь

Неделя	Образовательная деятельность	Цель и задача	Приемы и методы	Пособия
I	Вводное занятие	<p>Познакомить детей с правилами поведения в бассейне; с водой; воспитывать безбоязненное отношение к воде.</p> <p>Познакомить детей с территорией бассейна, где располагаются раздевалка, душевые, зал с чашей бассейна.</p>	<p>На суше: беседа с детьми о правилах поведения и технике безопасности в бассейне; как мыться под душем, где надо раздеваться.</p> <p>В воде: войти в воду с помощью преподавателя, держась за поручни. Ходить вдоль бортика; окунаться в воду. Самостоятельные игры с предметами по желанию ребенка.</p>	Плавающие игрушки, лейки.
II	Знакомство с сопротивлением воды	<p>Воспитывать безбоязненное отношение к воде; учить самостоятельно, без помощи взрослого передвигаться по дну бассейна.</p>	<p>Самостоятельных вход в воду с помощью инструктора.</p> <p>Ходьба в воде вдоль бортика; ходьба, высоко поднимая колени; ходьба, загребая воду руками.</p> <p>Прыжки, держась за бортик.</p> <p>Игры на освоение разных способов передвижения в воде.</p> <p>Игры на снятие страха перед водой (поливания, брызги).</p>	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды.

			Самостоятельные игры с предметами.	
III	Знакомство с сопротивлением воды	Воспитывать безбоязненное отношение к воде; учить самостоятельно, без помощи взрослого передвигаться по дну бассейна.	Самостоятельных вход в воду с помощью инструктора. Ходьба в воде вдоль бортика; ходьба, высоко поднимая колени; ходьба, загибая воду руками. Прыжки, держась за бортик. Игры на освоение разных способов передвижения в воде. Игры на снятие страха перед водой (поливания, брызги). Самостоятельные игры с предметами.	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды.
IV	Свойства воды	Продолжать приучать детей самостоятельно входить в воду; активно передвигаться; воспитывать безбоязненное отношение к воде.	Самостоятельных вход в воду под присмотром инструктора. Ходьба в воде вдоль бортика; ходьба, высоко поднимая колени; ходьба, загибая воду руками. Прыжки, держась за бортик. Перенос игрушек с одного бортика на другой. Игры на освоение разных способов передвижения в воде. Игры на снятие страха перед водой (поливания, брызги).	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды.

			Самостоятельные игры с предметами.	
IV	Свойства воды	Продолжать приучать детей самостоятельно входить в воду; активно передвигаться; воспитывать безбоязненное отношение к воде.	Самостоятельных вход в воду под присмотром инструктора. Ходьба в воде вдоль бортика; ходьба, высоко поднимая колени; ходьба, загребая воду руками. Прыжки, держась за бортик. Перенос игрушек с одного бортика на другой. Игры на освоение разных способов передвижения в воде. Игры на снятие страха перед водой (поливания, брызги). Самостоятельные игры с предметами.	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды.

Октябрь

Неделя	Образовательная деятельность	Цель и задача	Приемы и методы	Пособия
I	Передвижение в воде	Продолжать приучать детей активно передвигаться в воде; подпрыгивать, окунаться в воду до подбородка; побуждать выполнять разные движения в воде.	Самостоятельный вход в воду, окунания, приседания. Ходить, загребая воду одной рукой, второй держаться за бортик. Ходить по кругу, держась за руки, по сигналу приседать. Игры на снятие страха перед водой (поливания, брызги). Свободные игры с игрушками.	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды.

	Передвижение в воде	Продолжать приучать детей активно передвигаться в воде; подпрыгивать, окунаться в воду до подбородка; побуждать выполнять разные движения в воде.	Самостоятельный вход в воду, окунания, приседания. Ходить, загребая воду одной рукой, второй держаться за бортик. Ходить по кругу, держась за руки, по сигналу приседать. Игры на снятие страха перед водой (поливания, брызги). Свободные игры с игрушками.	Плавающие игрушки, парящие в толще воды.
II	Формирование переносимости брызг	Воспитывать безболезненное отношение к воде; не бояться брызг, не вытирать лицо и глаза руками.	Разминка у бортика: наклоны головы в стороны; круговые движения руками; поднятие колен из воды; прыжки в воде. Упражнения стоя: поливать воду на голову, похлопать по воде, делая брызги. Упражнения сидя по шею в воде: поддувы на плавающие игрушки. Игры на снятие страха перед водой (поливания, брызги). Самостоятельные игры с предметами по желанию ребенка.	Плавающие игрушки, лейки.
III	Формирование переносимости брызг	Воспитывать безболезненное отношение к воде; не бояться брызг, не вытирать лицо и глаза руками.	Разминка у бортика: наклоны головы в стороны; круговые движения руками; поднятие колен из воды; прыжки в воде. Упражнения стоя: поливать воду на	Плавающие игрушки, лейки.

			<p>голову, похлопать по воде, делая брызги. Упражнения сидя по шею в воде: поддувы на плавающие игрушки. Игры на снятие страха перед водой (поливания, брызги). Самостоятельные игры с предметами по желанию ребенка.</p>	
IV	Погружение лица в воду	Продолжать приучать погружать лицо в воду, не бояться брызг; развивать координацию движений.	<p>Наклоны вниз, держась за нудл: по звуковому сигналу – наклониться, опустить лицо в воду. Приседания в воде: окунуться до носа. Игры на снятие страха перед водой (поливания, брызги). Самостоятельные игры в воде.</p>	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Нудлы.

Ноябрь

Неделя	Образовательная деятельность	Цель и задача	Приемы и методы	Пособия
I	Горизонтальное положение в воде	Приучать детей принимать горизонтальное положение в воде; держась за бортик, вытягивать прямые ноги назад.	<p>Самостоятельный вход в воду, разойтись по команде встать в пары. Приседание в парах. Стоя лицом к бортику, взять за него руками, ноги вытянуть назад, они должны всплыть. Самостоятельные игры с игрушками.</p>	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды.
II	Погружение лица в воду	Побуждать самостоятельно, передвигаться по	Ходьба по кругу, держась за обруч, по звуковому сигналу –	Плавающие игрушки, игрушки,

		дну бассейна в различных направлениях. Приступить к упражнениям на погружение лица в воду.	наклониться, опустить лицо в воду. Приседания в воде: окунуться до носа. Игры на снятие страха перед водой (поливания, брызги). Самостоятельные игры в воде.	парящие в толще воды. Обручи.
III	Погружение лица в воду	Продолжать приучать погружать лицо в воду, не бояться брызг; развивать координацию движений.	Наклоны вниз, держась за нудл: по звуковому сигналу – наклониться, опустить лицо в воду. Приседания в воде: окунуться до носа. Игры на снятие страха перед водой (поливания, брызги). Самостоятельные игры в воде.	Плавающие игрушки, парящие в толще воды. Нудлы.
IV	Тестирование навыков.	Мониторинг освоенных навыков.	Последовательное выполнение тестовых заданий: персонально, в парах, в группе. Соревнования двух подгрупп.	Нудлы. Плавающие игрушки.

Декабрь

Неделя	Образовательная деятельность	Цель и задача	Приемы и методы	Пособия
I	Формирование дыхания на воде	Приучать детей делать краткий вдох ртом и продолжительный выдох ртом.	Дети активно дуют на плавающие игрушки, продвигая их согласно заданию: игрушка должна плыть только прямо, по кругу, зигзагом и т. д.; чья игрушка быстрее достигнет установленной отметки. Определение победителя будет зависеть от предложенного детям	Плавающие игрушки, лейки.

			варианта продвижения игрушки. Выдох на льющуюся воду при отказе опускать сразу лицо в воду.	
II	Формирование дыхания на воде	Формировать правильное дыхание на воде: краткий вдох ртом, продолжительный выдох носом. Усложнять упражнения с погружением лица в воду, с удлинением выдоха в воду	Играющие образуют круг, в середине которого находится педагог. По сигналу дети погружаются в воду с головой и выполняют сильный выдох, сопровождая его звуком «у-у-у-у», — «гудок паровоза». По окончании выдоха можно сесть на дно (это может быть условием определения победителя).	Плавающие игрушки, парящие в толще воды. Обручи.
III	Обучение ориентированию в воде	Формировать навык самостоятельного передвижения в толще воды, различать предметы на поверхности воды, в ее толще и на дне; выбирать оптимальную траекторию движения для ловли предмета.	Детям показывают, как передвигаются в воде разные животные: крокодил, рак, краб, лягушка, пингвин, тюлень, дельфин. Затем по сигналу преподавателя дети изображают названных животных.	Плавающие игрушки, фигурки животных.
IV	Обучение лежанию и скольжению с нудлом	Освоение нового способа передвижения – скольжение по воде. В качестве опоры предлагается нудл. Воспитание уверенности на воде, чувства воды.	Играющие распределяются по парам. Первые в парах (по расчету) принимают безопорное положение на груди, а вторые удерживают их за руки и продвигаются спиной вперед — «буксируют». Выигрывает тот, кто первым достигнет установленного ориентира. Затем играющие меняются ролями. По команде или после достижения условной отметки	Плавающие игрушки, парящие в толще воды. Нудлы.

			вторые отпускают руки, чтобы первые скользили в безопорном положении. Как вариант игры можно применять «буксировку» одним играющим двоих, двумя играющими одного, а также использовать пластмассовую палочку, за которую держится «буксируемый».	
--	--	--	--	--

### Январь

Неделя	Образовательная деятельность	Цель и задача	Приемы и методы	Пособия
I	Обучение лежанию и скольжению с нудлом	Совершенствование навыка скольжения с нудлом. Подготовка к координированному плаванию на груди.	Упражнения «Торпеда», «Сосиска», «Медуза»	Плавающие игрушки, лейки.
II	Обучение выдоху в воду носом	Формировать правильное дыхание на воде: краткий вдох ртом, продолжительный выдох носом. Усложнять упражнения с погружением лица в воду, с удлинением выдоха в воду	Упражнение «Коровка»	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Обручи.
III	Обучение выдоху в воду носом	Формировать правильное дыхание на воде: краткий вдох ртом, продолжительный выдох носом. Усложнять упражнения с погружением лица в воду, с удлинением выдоха в воду	Игра «Солнце, ветер и Луна»	Плавающие игрушки. Нудлы.
IV	Закрепление пройденного материала	Промежуточный мониторинг уровня освоения навыков	Проведение эстафеты с препятствиями	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Нудлы.

Февраль

Неделя	Образовательная деятельность	Цель и задача	Приемы и методы	Пособия
I	Обучение ориентированию на воде	Формировать навык самостоятельного передвижения в толще воды, различать предметы на поверхности воды, в ее толще и на дне; не врезаться в других детей при перемещении	Детям показывают, как передвигаются в воде разные животные: крокодил, рак, краб, лягушка, пингвин, тюлень, дельфин. Затем по сигналу преподавателя дети изображают названных животных.	Плавающие игрушки, лейки.
II	Формирование умения принимать правильное горизонтальное положение тела в воде	Приучать детей принимать горизонтальное положение в воде; держась за бортик, вытягивать прямые ноги назад.	Самостоятельный вход в воду, разойтись по команде встать в пары. Приседание в парах. Стоя лицом к бортику, взять за него руками, ноги вытянуть назад, они должны всплыть. Самостоятельные игры с игрушками.	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Обручи.
III	Формирование умения принимать правильное горизонтальное положение тела в воде	Приучать детей принимать горизонтальное положение в воде; держась за бортик, вытягивать прямые ноги назад.	Самостоятельный вход в воду, разойтись по команде встать в пары. Приседание в парах. Стоя лицом к бортику, взять за него руками, ноги вытянуть назад, они должны всплыть. Самостоятельные игры с игрушками.	Плавающие игрушки. Нудлы.
IV	Закрепление пройденного материала	Закрепление навыков	Групповые игры; соревнования.	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды.

				Нудлы.
--	--	--	--	--------

Март

Недел я	Образователь ная деятельность	Цель и задача	Приемы и методы	Пособия
I	Обучение скольжению на воде (с нудлом и без него)	Освоение нового способа передвижения – скольжение по воде. В качестве опоры предлагается нудл. Воспитание уверенности на воде, чувства воды.	Играющие распределяются по парам. Первые в парах (по расчету) принимают безопорное положение на груди, а вторые удерживают их за руки и продвигаются спиной вперед — «буксируют». Выигрывает тот, кто первым достигнет установленного ориентира. Затем играющие меняются ролями. По команде или после достижения условной отметки вторые отпускают руки, чтобы первые скользили в безопорном положении. Как вариант игры можно применять «буксировку» одним играющим двоих, двумя играющими одного, а также использовать пластмассовую палочку, за которую держится «буксируемый».	Плавающие игрушки, лейки.
II	Обучение скольжению на воде (с нудлом и без него)	Освоение нового способа передвижения – скольжение по воде. В качестве опоры предлагается нудл. Воспитание уверенности на воде, чувства воды.	Играющие распределяются по парам. Первые в парах (по расчету) принимают безопорное положение на груди, а вторые удерживают их за руки и продвигаются спиной вперед —	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Обручи.

			<p>«буксируют».</p> <p>Выигрывает тот, кто первым достигнет установленного ориентира.</p> <p>Затем играющие меняются ролями. По команде или после достижения условной отметки вторые отпускают руки, чтобы первые скользили в безопасном положении. Как вариант игры можно применять «буксировку» одним играющим двоих, двумя играющими одного, а также использовать пластмассовую палочку, за которую держится «буксируемый».</p>	
III	Освоение движений ног в технике плавания кроль на груди	Обучение правильным движениям прямыми ногами в технике плавания кроль на груди	Подводящие игры и упражнения: «Пальчики здороваются», «Дружба пальчиков на ногах», «В кастрюле закипает вода»	Плавающие игрушки. Нудлы.
IV	Освоение движений ног в технике плавания кроль на груди	Обучение правильным движениям прямыми ногами в технике плавания кроль на груди	Подводящие игры и упражнения: «Пальчики здороваются», «Дружба пальчиков на ногах», «В кастрюле закипает вода»	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Нудлы.

Апрель

Неделя	Образовательная деятельность	Цель и задача	Приемы и методы	Пособия
I	Закрепление свободного скольжения на груди	Отработка навыка скольжения	Игры и упражнения индивидуальные, в парах.	Плавающие игрушки, лейки.

II	Освоение перемещения в технике плавания кроль на груди с нудлом	Обучение правильным движениям ног в технике плавания брасс	Подводящие игры и упражнения: «Лягушата и щуки», «Обруч ногами»	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Обручи.
III	Освоение движений ногами в технике плавания брасс у опоры	Обучение правильным движениям ног в технике плавания брасс	Подводящие игры и упражнения: «Лягушата и щуки», «Обруч ногами»	Плавающие игрушки. Нудлы.
IV	Освоение движений ногами в технике плавания брасс у опоры	Отработка навыков.	Групповые и индивидуальные игры и упражнения	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Нудлы.

Май

Неделя	Образовательная деятельность	Цель и задача	Приемы и методы	Пособия
I	Освоение движений ногами в технике плавания брасс у опоры	Обучение правильным движениям ног в технике плавания брасс	Подводящие игры и упражнения: «Лягушата и щуки», «Обруч ногами»	Плавающие игрушки, лейки.
II	Повторение освоенных основных навыков: выдох в воду с погружением лица, лежание на груди без опоры, лежание на спине с помощью нудла, приседы под воду с доставанием игрушки, движения ногами в технике плавания кроль и брасс у опоры	Закрепление навыков	Групповые игры; соревнования.	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Обручи.
III	Итоговое тестирование	Оценка освоенных навыков.	Проведение тестирования.	Плавающие игрушки. Нудлы.
IV	Итоговое занятие. Праздник на воде.	Групповые игры; соревнования.	«Весенний старт в бассейне».	Плавающие игрушки, игрушки,

				парящие в толще воды. Нудлы.
--	--	--	--	------------------------------

#### 2.4. Календарно-тематическое планирование по занятиям физкультурой в бассейне в старшей группе

Сентябрь				
Неделя	Образовательная деятельность	Цель и задача	Приемы и методы	Пособия
I	Вводное занятие	Повторить с детьми правила поведения в бассейне; с водой; воспитывать безбоязненное отношение к воде.	На суше: беседа с детьми о правилах поведения и технике безопасности в бассейне; как мыться под душем, где надо раздеваться. В воде: войти в воду с помощью преподавателя, держась за поручни. Ходить вдоль бортика; окунаться в воду. Самостоятельные игры с предметами по желанию ребенка.	Плавающие игрушки, лейки.
II	Повторение ранее освоенного материала: выдох в воду с погружением лица	Формировать правильное дыхание на воде: краткий вдох ртом, продолжительный выдох носом. Усложнять упражнения с погружением лица в воду, с удлинением выдоха в воду		Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Обручи.
III	Повторение ранее освоенного материала: лежание на груди без опоры	Закрепление навыков	Групповые игры; соревнования.	Плавающие игрушки. Нудлы.
IV	Повторение ранее освоенного материала:	Закрепление навыков	Групповые игры; соревнования.	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в

	лежание на спине			толще воды. Нудлы.
<b>Октябрь</b>				
<b>Неделя</b>	<b>Образовательная деятельность</b>	<b>Цель и задача</b>	<b>Приемы и методы</b>	<b>Пособия</b>
I	Повторение ранее освоенного материала: приседы под воду (нырния) с доставанием игрушки	Закрепление навыков	Групповые игры; соревнования.	
II	Повторение ранее освоенного материала: выполнение ногами движений в технике плавания кроль	Закрепление навыков	Групповые игры; соревнования.	
III	Повторение ранее освоенного материала: выполнение ногами движений в технике плавания брасс	Закрепление навыков	Групповые игры; соревнования.	
IV	Вводное тестирование	Проведение контроля навыков.	Тестирование.	
<b>Ноябрь</b>				
<b>Неделя</b>	<b>Образовательная деятельность</b>	<b>Цель и задача</b>	<b>Приемы и методы</b>	<b>Пособия</b>
I	Горизонтальное положение в воде	Приучать детей принимать горизонтальное положение в воде; держась за бортик, вытягивать прямые ноги назад.	Самостоятельный вход в воду, разойтись по команде встать в пары. Приседание в парах. Стоя лицом к бортику, взять за него руками, ноги вытянуть назад, они должны всплыть. Самостоятельные игры с игрушками.	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды.

II	Погружение лица в воду	Побуждать самостоятельно, передвигаться по дну бассейна в различных направлениях. Приступить к упражнениям на погружение лица в воду.	Ходьба по кругу, держась за обруч, по звуковому сигналу – наклониться, опустить лицо в воду. Приседания в воде: окунуться до носа. Игры на снятие страха перед водой (поливания, брызги). Самостоятельные игры в воде.	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Обручи.
III	Погружение лица в воду	Продолжать приучать погружать лицо в воду, не бояться брызг; развивать координацию движений.	Наклоны вниз, держась за нудл: по звуковому сигналу – наклониться, опустить лицо в воду. Приседания в воде: окунуться до носа. Игры на снятие страха перед водой (поливания, брызги). Самостоятельные игры в воде.	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Нудлы.
IV	Тестирование навыков.	Мониторинг освоенных навыков.	Последовательное выполнение тестовых заданий: персонально, в парах, в группе. Соревнования двух подгрупп.	Нудлы. Плавающие игрушки.

**Декабрь**

<b>Неделя</b>	<b>Образовательная деятельность</b>	<b>Цель и задача</b>	<b>Приемы и методы</b>	<b>Пособия</b>
I	Формирование дыхания на воде	Приучать детей делать краткий вдох ртом и продолжительный выдох ртом.	Дети активно дуют на плавающие игрушки, продвигая их согласно заданию: игрушка должна плыть только прямо, по кругу, зигзагом и т. д.; чья игрушка быстрее достигнет установленной отметки. Определение победителя будет зависеть от предложенного детям варианта продвижения игрушки.	Плавающие игрушки, лейки.

			Выдох на льющуюся воду при отказе опускать сразу лицо в воду.	
II	Формирование дыхания на воде	Формировать правильное дыхание на воде: краткий вдох ртом, продолжительный выдох носом. Усложнять упражнения с погружением лица в воду, с удлинением выдоха в воду	Играющие образуют круг, в середине которого находится педагог. По сигналу дети погружаются в воду с головой и выполняют сильный выдох, сопровождая его звуком «у-у-у-у-у», — «гудок паровоза». По окончании выдоха можно сесть на дно (это может быть условием определения победителя).	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Обручи.
III	Обучение ориентированию в воде	Формировать навык самостоятельного передвижения в толще воды, различать предметы на поверхности воды, в ее толще и на дне; выбирать оптимальную траекторию движения для ловли предмета.	Детям показывают, как передвигаются в воде разные животные: крокодил, рак, краб, лягушка, пингвин, тюлень, дельфин. Затем по сигналу преподавателя дети изображают названных животных.	Плавающие игрушки, фигурки животных.
IV	Обучение лежанию и скольжению с нудлом	Освоение нового способа передвижения – скольжение по воде. В качестве опоры предлагается нудл. Воспитание уверенности на воде, чувства воды.	Играющие распределяются по парам. Первые в парах (по расчету) принимают безопорное положение на груди, а вторые удерживают их за руки и продвигаются спиной вперед — «буксируют». Выигрывает тот, кто первым достигнет установленного ориентира. Затем играющие меняются ролями. По команде или после достижения условной отметки вторые отпускают руки, чтобы первые скользили	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Нудлы.

			в безопорном положении. Как вариант игры можно применять «буксировку» одним играющим двоих, двумя играющими одного, а также использовать пластмассовую палочку, за которую держится «буксируемый».	
<b>Январь</b>				
<b>Неделя</b>	<b>Образовательная деятельность</b>	<b>Цель и задача</b>	<b>Приемы и методы</b>	<b>Пособия</b>
I	Обучение лежанию и скольжению с нудлом	Совершенствование навыка скольжения с нудлом. Подготовка к координированному плаванию на груди.	Упражнения «Торпеда», «Сосиска», «Медуза»	Плавающие игрушки, лейки.
II	Обучение выдоху в воду носом	Формировать правильное дыхание на воде: краткий вдох ртом, продолжительный выдох носом. Усложнять упражнения с погружением лица в воду, с удлинением выдоха в воду	Упражнение «Коровка»	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Обручи.
III	Обучение выдоху в воду носом	Формировать правильное дыхание на воде: краткий вдох ртом, продолжительный выдох носом. Усложнять упражнения с погружением лица в воду, с удлинением выдоха в воду	Игра «Солнце, ветер и Луна»	Плавающие игрушки. Нудлы.
IV	Закрепление пройденного материала	Промежуточный мониторинг	Проведение эстафеты с препятствиями	Плавающие игрушки,

		уровня освоения навыков		игрушки, парящие в толще воды. Нудлы.
<b>Февраль</b>				
<b>Неделя</b>	<b>Образовательная деятельность</b>	<b>Цель и задача</b>	<b>Приемы и методы</b>	<b>Пособия</b>
I	Обучение ориентированию на воде	Формировать навык самостоятельного передвижения в толще воды, различать предметы на поверхности воды, в ее толще и на дне; не врезаться в других детей при перемещении	Детям показывают, как передвигаются в воде разные животные: крокодил, рак, краб, лягушка, пингвин, тюлень, дельфин. Затем по сигналу преподавателя дети изображают названных животных.	Плавающие игрушки, лейки.
II	Формирование умения принимать правильное горизонтальное положение тела в воде	Приучать детей принимать горизонтальное положение в воде; держась за бортик, вытягивать прямые ноги назад.	Самостоятельный вход в воду, разойтись по команде встать в пары. Приседание в парах. Стоя лицом к бортику, взять за него руками, ноги вытянуть назад, они должны всплыть. Самостоятельные игры с игрушками.	Плавающие игрушки, парящие в толще воды. Обручи.
III	Формирование умения принимать правильное горизонтальное положение тела в воде	Приучать детей принимать горизонтальное положение в воде; держась за бортик, вытягивать прямые ноги назад.	Самостоятельный вход в воду, разойтись по команде встать в пары. Приседание в парах. Стоя лицом к бортику, взять за него руками, ноги вытянуть назад, они должны всплыть. Самостоятельные игры с игрушками.	Плавающие игрушки. Нудлы.
IV	Закрепление пройденного материала	Закрепление навыков	Групповые игры; соревнования.	Плавающие игрушки, парящие в толще воды. Нудлы.

<b>Март</b>				
<b>Недел я</b>	<b>Образовательн ая деятельность</b>	<b>Цель и задача</b>	<b>Приемы и методы</b>	<b>Пособия</b>
I	Обучение скольжению на воде (с нудлом и без него)	Освоение нового способа передвижения – скольжение по воде. В качестве опоры предлагается нудл. Воспитание уверенности на воде, чувства воды.	Играющие распределяются по парам. Первые в парах (по расчету) принимают безопорное положение на груди, а вторые удерживают их за руки и продвигаются спиной вперед — «буксируют». Выигрывает тот, кто первым достигнет установленного ориентира. Затем играющие меняются ролями. По команде или после достижения условной отметки вторые отпускают руки, чтобы первые скользили в безопорном положении. Как вариант игры можно применять «буксировку» одним играющим двоих, двумя играющими одного, а также использовать пластмассовую палочку, за которую держится «буксируемый».	Плавающие игрушки, лейки.
II	Обучение скольжению на воде (с нудлом и без него)	Освоение нового способа передвижения – скольжение по воде. В качестве опоры предлагается нудл. Воспитание уверенности на воде, чувства воды.	Играющие распределяются по парам. Первые в парах (по расчету) принимают безопорное положение на груди, а вторые удерживают их за руки и продвигаются спиной вперед — «буксируют». Выигрывает тот, кто первым достигнет установленного ориентира. Затем играющие меняются ролями. По команде или после достижения условной отметки вторые отпускают руки,	Плавающие игрушки, парящие в толще воды. Обручи.

			чтобы первые скользили в безопорном положении. Как вариант игры можно применять «буксировку» одним играющим двоих, двумя играющими одного, а также использовать пластмассовую палочку, за которую держится «буксируемый».	
III	Освоение движений ног в технике плавания кроль на груди	Обучение правильным движениям прямыми ногами в технике плавания кроль на груди	Подводящие игры и упражнения: «Пальчики здороваются», «Дружба пальчиков на ногах», «В кастрюле закипает вода»	Плавающие игрушки. Нудлы.
IV	Освоение движений ног в технике плавания кроль на груди	Обучение правильным движениям прямыми ногами в технике плавания кроль на груди	Подводящие игры и упражнения: «Пальчики здороваются», «Дружба пальчиков на ногах», «В кастрюле закипает вода»	Плавающие игрушки, парящие в толще воды. Нудлы.
<b>Апрель</b>				
<b>Неделя</b>	<b>Образовательная деятельность</b>	<b>Цель и задача</b>	<b>Приемы и методы</b>	<b>Пособия</b>
I	Закрепление свободного скольжения на груди	Отработка навыка скольжения	Игры и упражнения индивидуальные, в парах.	Плавающие игрушки, лейки.
II	Освоение перемещения в технике плавания кроль на груди с нудлом	Обучение правильным движениям ног в технике плавания брасс	Подводящие игры и упражнения: «Лягушата и щуки», «Обруч ногами»	Плавающие игрушки, парящие в толще воды. Обручи.
III	Освоение движений ногами в технике плавания брасс у опоры	Обучение правильным движениям ног в технике плавания брасс	Подводящие игры и упражнения: «Лягушата и щуки», «Обруч ногами»	Плавающие игрушки. Нудлы.

IV	Освоение движений ногами в технике плавания брасс у опоры	Отработка навыков.	Групповые и индивидуальные игры и упражнения	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Нудлы.
<b>Май</b>				
<b>Неделя</b>	<b>Образовательная деятельность</b>	<b>Цель и задача</b>	<b>Приемы и методы</b>	<b>Пособия</b>
I	Освоение движений ногами в технике плавания брасс у опоры	Обучение правильным движениям ног в технике плавания брасс	Подводящие игры и упражнения: «Лягушата и щуки», «Обруч ногами»	Плавающие игрушки, игрушки, лейки.
II	Повторение освоенных основных навыков: выдох в воду с погружением лица, лежание на груди без опоры, лежание на спине с помощью нудла, приседы под воду с доставанием игрушки, движения ногами в технике плавания кроль и брасс у опоры	Закрепление навыков	Групповые игры; соревнования.	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Обручи.
III	Итоговое тестирование	Оценка освоенных навыков.	Проведение тестирования.	Плавающие игрушки. Нудлы.
IV	Итоговое занятие. Праздник на воде.	Групповые игры; соревнования.	«Весенний старт в бассейне».	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Нудлы.

**2.5. Календарно-тематическое планирование по занятиям физкультурой в бассейне в подготовительной группе**

<b>Сентябрь</b>				
<b>Недел я</b>	<b>Образовательн ая деятельность</b>	<b>Цель и задача</b>	<b>Приемы и методы</b>	<b>Пособия</b>
I	Вводное занятие	Повторить с детьми правила поведения в бассейне; с водой; воспитывать безбоязненное отношение к воде.	На суше: беседа с детьми о правилах поведения и технике безопасности в бассейне; как мыться под душем, где надо раздеваться. В воде: войти в воду с помощью преподавателя, держась за поручни. Ходить вдоль бортика; окунаться в воду. Самостоятельные игры с предметами по желанию ребенка.	Плавающие игрушки, лейки.
II	Повторение ранее освоенного материала: выдох в воду с погружением лица	Формировать правильное дыхание на воде: краткий вдох ртом, продолжительный выдох носом. Усложнять упражнения с погружением лица в воду, с удлинением выдоха в воду		Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Обручи.
III	Повторение ранее освоенного материала: лежание на груди без опоры	Закрепление навыков	Групповые игры; соревнования.	Плавающие игрушки. Нудлы.
IV	Повторение ранее освоенного материала: лежание на спине	Закрепление навыков	Групповые игры; соревнования.	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Нудлы.

<b>Октябрь</b>				
<b>Недел я</b>	<b>Образовательн ая деятельность</b>	<b>Цель и задача</b>	<b>Приемы и методы</b>	<b>Пособия</b>
I	Повторение ранее освоенного материала: приседы под воду (нырния) с доставанием игрушки	Закрепление навыков	Групповые игры; соревнования.	
II	Повторение ранее освоенного материала: выполнение ногами движений в технике плавания кроль	Закрепление навыков	Групповые игры; соревнования.	
III	Повторение ранее освоенного материала: выполнение ногами движений в технике плавания брасс	Закрепление навыков	Групповые игры; соревнования.	
IV	Вводное тестирование	Проведение контроля навыков.	Тестирование.	
<b>Ноябрь</b>				
<b>Недел я</b>	<b>Образовательн ая деятельность</b>	<b>Цель и задача</b>	<b>Приемы и методы</b>	<b>Пособия</b>
I	Горизонтальное положение в воде	Приучать детей принимать горизонтальное положение в воде; держась за бортик, вытягивать прямые ноги назад.	Самостоятельный вход в воду, разойтись по команде встать в пары. Приседание в парах. Стоя лицом к бортику, взять за него руками, ноги вытянуть назад, они должны всплыть. Самостоятельные игры с игрушками.	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды.
II	Погружение лица в воду	Побуждать самостоятельно, передвигаться по	Ходьба по кругу, держась за обруч, по звуковому сигналу –	Плавающие игрушки,

		дну бассейна в различных направлениях. Приступить к упражнениям на погружение лица в воду.	наклониться, опустить лицо в воду. Приседания в воде: окунуться до носа. Игры на снятие страха перед водой (поливания, брызги). Самостоятельные игры в воде.	игрушки, парящие в толще воды. Обручи.
III	Погружение лица в воду	Продолжать приучать погружать лицо в воду, не бояться брызг; развивать координацию движений.	Наклоны вниз, держась за нудл: по звуковому сигналу – наклониться, опустить лицо в воду. Приседания в воде: окунуться до носа. Игры на снятие страха перед водой (поливания, брызги). Самостоятельные игры в воде.	Плавающие игрушки, парящие в толще воды. Нудлы.
IV	Тестирование навыков.	Мониторинг освоенных навыков.	Последовательное выполнение тестовых заданий: персонально, в парах, в группе. Соревнования двух подгрупп.	Нудлы. Плавающие игрушки.

### Декабрь

Неделя	Образовательная деятельность	Цель и задача	Приемы и методы	Пособия
I	Формирование дыхания на воде	Приучать детей делать краткий вдох ртом и продолжительный выдох ртом.	Дети активно дуют на плавающие игрушки, продвигая их согласно заданию: игрушка должна плыть только прямо, по кругу, зигзагом и т. д.; чья игрушка быстрее достигнет установленной отметки. Определение победителя будет зависеть от предложенного детям варианта продвижения игрушки. Выдох на льющуюся воду при отказе опускать сразу лицо в воду.	Плавающие игрушки, лейки.
II	Формирование дыхания на воде	Формировать правильное	Играющие образуют круг, в середине	Плавающие

		дыхание на воде: краткий вдох ртом, продолжительный выдох носом. Усложнять упражнения с погружением лица в воду, с удлинением выдоха в воду	которого находится педагог. По сигналу дети погружаются в воду с головой и выполняют сильный выдох, сопровождая его звуком «у-у-у-у», — «гудок паровоза». По окончании выдоха можно сесть на дно (это может быть условием определения победителя).	игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Обручи.
III	Обучение ориентированию в воде	Формировать навык самостоятельного передвижения в толще воды, различать предметы на поверхности воды, в ее толще и на дне; выбирать оптимальную траекторию движения для ловли предмета.	Детям показывают, как передвигаются в воде разные животные: крокодил, рак, краб, лягушка, пингвин, тюлень, дельфин. Затем по сигналу преподавателя дети изображают названных животных.	Плавающие игрушки, фигурки животных.
IV	Обучение лежанию и скольжению с нудлом	Освоение нового способа передвижения – скольжение по воде. В качестве опоры предлагается нудл. Воспитание уверенности на воде, чувства воды.	Играющие распределяются по парам. Первые в парах (по расчету) принимают безопорное положение на груди, а вторые удерживают их за руки и продвигаются спиной вперед — «буксируют». Выигрывает тот, кто первым достигнет установленного ориентира. Затем играющие меняются ролями. По команде или после достижения условной отметки вторые отпускают руки, чтобы первые скользили в безопорном положении. Как вариант игры можно применять «буксировку» одним играющим двоих,	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Нудлы.

			двумя играющими одног о, а также использовать пластмассовую палочку, за которую держится «буксируемый».	
<b>Январь</b>				
<b>Недел я</b>	<b>Образовательн ая деятельность</b>	<b>Цель и задача</b>	<b>Приемы и методы</b>	<b>Пособия</b>
I	Обучение лежанию и скольжению с нудлом	Совершенствован ие навыка скольжения с нудлом. Подготовка к координированно му плаванию на груди.	Упражнения «Торпеда», «Сосиска», «Медуза»	Плавающ ие игрушки, лейки.
II	Обучение выдоху в воду носом	Формировать правильное дыхание на воде: краткий вдох ртом, продолжительны й выдох носом. Усложнять упражнения с погружением лица в воду, с удлинением выдоха в воду	Упражнение «Коровка»	Плавающ ие игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Обручи.
III	Обучение выдоху в воду носом	Формировать правильное дыхание на воде: краткий вдох ртом, продолжительны й выдох носом. Усложнять упражнения с погружением лица в воду, с удлинением выдоха в воду	Игра «Солнце, ветер и Луна»	Плавающ ие игрушки. Нудлы.
IV	Закрепление пройденного материала	Промежуточный мониторинг уровня освоения навыков	Проведение эстафеты с препятствиями	Плавающ ие игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Нудлы.

<b>Февраль</b>				
<b>Недел я</b>	<b>Образовательн ая деятельность</b>	<b>Цель и задача</b>	<b>Приемы и методы</b>	<b>Пособия</b>
I	Обучение ориентированию на воде	Формировать навык самостоятельного передвижения в толще воды, различать предметы на поверхности воды, в ее толще и на дне; не врезаться в других детей при перемещении	Детям показывают, как передвигаются в воде разные животные: крокодил, рак, краб, лягушка, пингвин, тюлень, дельфин. Затем по сигналу преподавателя дети изображают названных животных.	Плавающие игрушки, лейки.
II	Формирование умения принимать правильное горизонтальное положение тела в воде	Приучать детей принимать горизонтальное положение в воде; держась за бортик, вытягивать прямые ноги назад.	Самостоятельный вход в воду, разойтись по команде встать в пары. Приседание в парах. Стоя лицом к бортику, взять за него руками, ноги вытянуть назад, они должны всплыть. Самостоятельные игры с игрушками.	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Обручи.
III	Формирование умения принимать правильное горизонтальное положение тела в воде	Приучать детей принимать горизонтальное положение в воде; держась за бортик, вытягивать прямые ноги назад.	Самостоятельный вход в воду, разойтись по команде встать в пары. Приседание в парах. Стоя лицом к бортику, взять за него руками, ноги вытянуть назад, они должны всплыть. Самостоятельные игры с игрушками.	Плавающие игрушки. Нудлы.
IV	Закрепление пройденного материала	Закрепление навыков	Групповые игры; соревнования.	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Нудлы.
<b>Март</b>				
<b>Недел я</b>	<b>Образовательн ая деятельность</b>	<b>Цель и задача</b>	<b>Приемы и методы</b>	<b>Пособия</b>

I	Обучение скольжению на воде (с нудлом и без него)	Освоение нового способа передвижения – скольжение по воде. В качестве опоры предлагается нудл. Воспитание уверенности на воде, чувства воды.	Играющие распределяются по парам. Первые в парах (по расчету) принимают безопорное положение на груди, а вторые удерживают их за руки и продвигаются спиной вперед — «буксируют». Выигрывает тот, кто первым достигнет установленного ориентира. Затем играющие меняются ролями. По команде или после достижения условной отметки вторые отпускают руки, чтобы первые скользили в безопорном положении. Как вариант игры можно применять «буксировку» одним играющим двоих, двумя играющими одного, а также использовать пластмассовую палочку, за которую держится «буксируемый».	Плавающие игрушки, лейки.
II	Обучение скольжению на воде (с нудлом и без него)	Освоение нового способа передвижения – скольжение по воде. В качестве опоры предлагается нудл. Воспитание уверенности на воде, чувства воды.	Играющие распределяются по парам. Первые в парах (по расчету) принимают безопорное положение на груди, а вторые удерживают их за руки и продвигаются спиной вперед — «буксируют». Выигрывает тот, кто первым достигнет установленного ориентира. Затем играющие меняются ролями. По команде или после достижения условной отметки вторые отпускают руки, чтобы первые скользили в безопорном положении. Как вариант игры можно применять	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Обручи.

			«буксировку» одним играющим двоих, двумя играющими одно, а также использовать пластмассовую палочку, за которую держится «буксируемый».	
III	Освоение движений ног в технике плавания кроль на груди	Обучение правильным движениям прямыми ногами в технике плавания кроль на груди	Подводящие игры и упражнения: «Пальчики здороваются», «Дружба пальчиков на ногах», «В кастрюле закипает вода»	Плавающие игрушки. Нудлы.
IV	Освоение движений ног в технике плавания кроль на груди	Обучение правильным движениям прямыми ногами в технике плавания кроль на груди	Подводящие игры и упражнения: «Пальчики здороваются», «Дружба пальчиков на ногах», «В кастрюле закипает вода»	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Нудлы.
<b>Апрель</b>				
<b>Неделя</b>	<b>Образовательная деятельность</b>	<b>Цель и задача</b>	<b>Приемы и методы</b>	<b>Пособия</b>
I	Закрепление свободного скольжения на груди	Отработка навыка скольжения	Игры и упражнения индивидуальные, в парах.	Плавающие игрушки, лейки.
II	Освоение перемещения в технике плавания кроль на груди с нудлом	Обучение правильным движениям ног в технике плавания брасс	Подводящие игры и упражнения: «Лягушата и щуки», «Обруч ногами»	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Обручи.
III	Освоение движений ногами в технике плавания брасс у опоры	Обучение правильным движениям ног в технике плавания брасс	Подводящие игры и упражнения: «Лягушата и щуки», «Обруч ногами»	Плавающие игрушки. Нудлы.
IV	Освоение движений ногами в технике	Отработка навыков.	Групповые и индивидуальные игры и упражнения	Плавающие игрушки, игрушки,

	плавания брасс у опоры			парящие в толще воды. Нудлы.
<b>Май</b>				
<b>Неделя</b>	<b>Образовательная деятельность</b>	<b>Цель и задача</b>	<b>Приемы и методы</b>	<b>Пособия</b>
I	Освоение движений ногами в технике плавания брасс у опоры	Обучение правильным движениям ног в технике плавания брасс	Подводящие игры и упражнения: «Лягушата и щуки», «Обруч ногами»	Плавающие игрушки, лейки.
II	Повторение освоенных основных навыков: выдох в воду с погружением лица, лежание на груди без опоры, лежание на спине с помощью нудла, приседы под воду с доставанием игрушки, движения ногами в технике плавания кроль и брасс у опоры	Закрепление навыков	Групповые игры; соревнования.	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Обручи.
III	Итоговое тестирование	Оценка освоенных навыков.	Проведение тестирования.	Плавающие игрушки. Нудлы.
IV	Итоговое занятие. Праздник на воде.	Групповые игры; соревнования.	«Весенний старт в бассейне».	Плавающие игрушки, игрушки, парящие в толще воды. Нудлы.

## 2.6. Региональный компонент

Основной целью работы является развитие духовно-нравственной культуры ребенка, формирование ценностных ориентаций средствами традиционной народной культуры родного края – Свердловской области. Поскольку МБДОУ – ДС № 348 участвует в пилотном проекте Свердловской области по духовно-нравственному развитию дошкольников, в занятия по физической культуре в бассейне также интегрированы элементы народных игр народов, проживающих на Урале: русские, татары, башкиры, казахи, ханты и манси.

Задачи:

- Познакомить с элементами материальной культуры, включающей в себя народные подвижные игры;
- Прививать интерес к культуре уральских народов через знакомство с обычаями, обрядами, праздниками, традициями, народным творчеством, искусством;
- Способствовать общему развитию ребенка, прививая ему любовь к Родине;
- Научить детей играть со своими сверстниками, развивать коммуникативные качества детей, социализировать их;
- Развивать творческие и познавательные способности детей с учетом их возрастных и психологических особенностей;
- Реализовать идею активного воспитания гражданина России, патриотизма малой Родины;
- Объединять усилия МБДОУ и семьи, создавая единый контекст воспитания и развития на основе общности цели, содержания и педагогических технологий.

Способы направления поддержки детской инициативы

Программа обеспечивает полноценное развитие личности детей во всех основных образовательных областях, а именно: в сферах социально-коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического и физического развития личности детей на фоне их эмоционального благополучия и положительного отношения к миру, к себе и к другим людям.

Указанные требования направлены на создание социальной ситуации развития для участников образовательных отношений, включая создание образовательной среды, которая:

- 1) гарантирует охрану и укрепление физического и психического здоровья детей;
- 2) обеспечивает эмоциональное благополучие детей;
- 3) способствует профессиональному развитию педагогических работников;
- 4) создает условия для развивающего вариативного дошкольного образования;
- 5) обеспечивает открытость дошкольного образования;
- 6) создает условия для участия родителей (законных представителей) в образовательной деятельности.

Психолого-педагогические условия реализации программы:

- 1) уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;

- 2) использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);
- 3) построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
- 4) поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;
- 5) поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;
- 6) возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;
- 7) защита детей от всех форм физического и психического насилия;

Условия, необходимые для создания социальной ситуации развития детей, соответствующей специфике дошкольного возраста, предполагают:

- 1) обеспечение эмоционального благополучия через:
  - непосредственное общение с каждым ребенком;
  - уважительное отношение к каждому ребенку, к его чувствам и потребностям;
- 2) поддержку индивидуальности и инициативы детей через:
  - создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности;
  - создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;
  - недирективную помощь детям, поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности (игровой, исследовательской, проектной, познавательной и т.д.);
- 3) установление правил взаимодействия в разных ситуациях:
  - создание условий для позитивных, доброжелательных отношений между детьми, в том числе принадлежащими к разным национально-культурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также имеющими различные (в том числе ограниченные) возможности здоровья;
  - развитие коммуникативных способностей детей, позволяющих разрешать конфликтные ситуации со сверстниками;
  - развитие умения детей работать в группе сверстников;
- 4) построение вариативного развивающего образования, ориентированного на уровень развития, проявляющийся у ребенка в совместной деятельности со взрослым и более опытными сверстниками, но не актуализирующийся в его индивидуальной деятельности (далее - зона ближайшего развития каждого ребенка), через:
  - создание условий для овладения культурными средствами деятельности;

-организацию видов деятельности, способствующих развитию мышления, речи, общения, воображения и детского творчества, личностного, физического и художественно-эстетического развития детей;

-поддержку спонтанной игры детей, ее обогащение, обеспечение игрового времени и пространства;

-оценку индивидуального развития детей;

5) взаимодействие с родителями (законными представителями) по вопросам образования ребенка, непосредственного вовлечения их в образовательную деятельность, в том числе посредством создания образовательных проектов совместно с семьей на основе выявления потребностей и поддержки образовательных инициатив семьи.

### III. Организационный раздел.

#### 3.1. Материально-техническое обеспечение программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания.

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество изделий
<b>Оборудование и инвентарь</b>			
	Нудл	шт	
	Коннектор для нудла	шт	
	Плот	шт	
<b>Дополнительное и вспомогательное оборудование и инвентарь</b>			
	Тонущие игрушки	шт	
	Плавающие игрушки	шт	
	Игрушки-присоски	шт	
	Игрушки-кольца	шт	
	Обруч 60 см	шт	
	Мячи резиновые 15 см	шт	
	Мячики пластиковые	шт	
	Лейки	шт	
	Свисток	шт	

<b>Экипировка (в индивидуальном пользовании) на каждого занимающегося</b>		
Купальник (для девочек)	шт	
Плавки (шорты) (для мальчиков)	шт	
Обувь для бассейна (не промокаемая, с фиксацией на пятке)	шт	
Шапочка для плавания (тканевая)	шт	
Очки для плавания	шт	
Полотенце	шт	
Халат (по усмотрению)	шт	
Принадлежности для душа (мочалка, гель)	шт	

### **Перспективный план физкультурных досугов в бассейне.**

Занятия по ранней профорientации для старших и подготовительных групп – ноябрь, январь.

Весенние игры в бассейне для средних, старших и подготовительных групп – апрель.

### **Перечень информационного обеспечения**

1. Обучение детей плаванию в детском саду./ Воронова Е.К– Москва, издательство ДетствоПресс.
2. Осокина Т.И. , Тимофеева Е.А., Богина Т.Л. «Обучение плаванию в детском саду» книга для воспитателей детского сада и родителей. Москва, «Просвещение», 1991 г.
3. Пищикова Н.Г. «Обучение плаванию детей дошкольного возраста. Занятия, игры, праздники» Москва, Издательство «Скрипторий 2003», 2008 г Сидорова И.В. «Как научить ребенка плавать» практическое пособие. Москва, АЙРИС ПРЕСС, 2011 г.
4. Соколова Н.Г. «Плавание и здоровье малыша». Ростов-на-Дону, Феникс, 2007 г.
5. Степаненкова Э.Я. «Методика физического воспитания». Москва, Издательский дом «Воспитание дошкольника», 2005 г. Галанов А.С. «Оздоровительные игры для дошкольников и младших школьников». СПб, Издательство «Речь», 2007 г.
6. Ткаченко Т.А. «Развиваем мелкую моторику». Москва, ООО Издательство «Эксмо», 2010 г. • Антонов Ю.Е., Кунзецова М.Н., Саулина Т.Ф. «Здоровый дошкольник.
7. Социально-оздоровительная технология 21 века». Москва, 2000 г.
8. Большакова И.А. «Маленький дельфин. Нетрадиционная методика обучения плаванию детей дошкольного возраста». Москва, Арктик, 2005 г. Мартынова Л.В., Попкова Т.Н. «Игры и развлечения на воде», Москва, 2006 г. • Рыбак М.В. «Занятия в бассейне с дошкольниками. Растим детей здоровыми». – Москва, ТЦ Сфера, 2012 г.
9. Чеменева А.А., Столмакова Т.В. «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста». СПб, Детство-пресс, 2011 г. Яблонская С.В., Циклис С.А. «Физкультура и плавание в детском саду». Москва, Тв. центр «Сфера», 2008 г.  
ишкина В.А. Движение + движение: Книга для воспитателей дет. сада. - М.: Просвещение, 1992. - 96 е., ил