

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение
«Детский сад № 54»

Принято:
На Педагогическом совете
Протокол № 1 от 31.08.2023 г.

Утверждено:
Заведующая МБДОУ №54
Т.Б.Ушакова
Приказ № 152-од от 31.08.2023 г

Рабочая программа
по физическому развитию
детей с тяжелыми нарушениями речи
на 2023-2024 учебный год
раздел Плавание

Инструктор по физической
культуре:
Васильева Р. Ю.

г. Глазов, 2023г

Содержание

I. Целевой раздел

1. Пояснительная записка.....2.
2. Цели и задачи реализации программы..... 4-9
3. Принципы и подходы к формированию Программы.....10-12
4. ЗНАЧИМЫЕ ДЛЯ РАЗРАБОТКИ И РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ХАРАКТЕРИСТИК.....13
5. Возрастные и индивидуальные особенности физического развития детей 5 – 7 лет детей с ТНР.....14-16
6. Планируемые результаты освоения Программы17-20

II. Содержательный раздел.....

1. Температурный режим..... 21
3. Перспективный план взаимодействия с родителями..... 22-23

III. Организационный раздел

1. План спортивных мероприятий.....
2. Сетка НОД в неделю..... 23
3. Учебно – тематическое планирование 23-29
4. Календарно – тематическое планирование..... 34
5. Информационно – методическое обеспечение программы.....37
6. Литература.....39

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа инструктора по физической культуре (плавание) разработана в соответствии с ФЗ от 29.12.112 № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», на основе образовательной программы ДОУ, примерной общеобразовательной программой «От рождения до школы» Данная программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Конвенция о правах ребенка (1989 г.).
- Закон РФ «Об образовании».
- Федеральной образовательной программой дошкольного образования утвержденной приказом Минпросвещения России от 25. 11.2022 г № 10 28
- Типовое положение о ДОУ.
- СанПиН 2.4.1.3049-13
- Устав МБДОУ № 54 г.Глазова
- ФГОС ДО.

Содержание рабочей программы отражает реальные возрастные и индивидуальные особенности развития воспитанников.

Реализуемая программа строится на принципе личностно–развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослого с детьми.

Развивающая предметно – пространственная среда плавательного бассейна обеспечивает полноценное физическое развитие детей на фоне их эмоционального благополучия и положительного отношения к миру, к себе и другим людям.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Рабочая программа по обучению плаванию детей дошкольного возраста, разработана в соответствии с адаптированной программой муниципального дошкольного образовательного учреждения детского сада № 54 г. Глазова для обучающихся с нарушениями, которая обеспечивает разностороннее развитие детей в возрасте от 5 до 7 лет с учётом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей. Программа обеспечивает достижение воспитанниками готовности к школе. Рабочая программа определяет содержание работы по обучению плаванию, условия и формы коррекционно-педагогической помощи детям дошкольного возраста с ТНР.

Рабочая программа учитывает:

- 1) индивидуальные потребности ребенка, связанные с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья, определяющие особые условия получения им образования (особые образовательные потребности), индивидуальные потребности отдельных категорий детей, в том числе с ограниченными возможностями здоровья;
 - 2) возможность освоения ребенком рабочей программы на разных этапах ее реализации;
 - 3) возможность освоения рабочей программы детьми .
 - 4)приоритетное направление - использование инновационных подходов в организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста с ТНР,НЗ,ЗПР.
- Данная рабочая программа реализуется на базе муниципального дошкольного образовательного учреждения детского сада № 54 г. Глазова.

Плавание является уникальным видом физических упражнений, превосходным средством для развития и совершенствования физических качеств ребенка дошкольного возраста и оказывает существенное влияние на состояние его здоровья. Это одна из эффективнейших форм закаливания, и профилактика многих заболеваний. Занятия плаванием имеют огромное воспитательное значение. Они создают условия для формирования личности. А также приобщают детей к спортивному плаванию и другим видам спорта, ориентируют на выбор профессии, хобби. Одно из важнейших значений массового обучения плаванию детей дошкольного возраста – это залог безопасности на воде, осознанного безопасного поведения. Умение плавать приобретенное в детстве сохраняется на всю жизнь. И от того насколько будет эффективней процесс обучения, зависит сознательное отношение подрастающего поколения к себе, к своему здоровью. Обеспечение начального обучения плаванию представляет одну из самых важных целей в области физического развития. Обязательная часть рабочей программы по обучению плаванию детей дошкольного возраста, реализуется по образовательной области «Физическое развитие» в соответствии для обучающихся с ТНР детей. Образовательная деятельность осуществляется в процессе организации видов детской деятельности: двигательной, игровой, коммуникативной, трудовой. Вариативная часть формируется на основе программы «Обучение плаванию в детском саду» /под редакцией Т.И. Осокиной, Е.А. Тимофеевой, Комаровой, Васильевой; А так же с учетом рекомендаций, отраженных в таких программах как:

- парциальной программы Е.К. Вороновой «Программа обучения плаванию в детском саду».

- Ю.А. Кириллова «Парциальная программа физического развития в группе компенсирующей направленности для детей с нарушениями речи, с 5 до 7 лет». Срок реализации рабочей программы: 2021 - 2023 учебный год. В ДООУ проводится целенаправленная работа по созданию условий для формирования начальных навыков плавания, включая основные формы:

- занятие по плаванию;
- непосредственно образовательная игровая деятельность в бассейне;
- развлечения, праздники на воде.

Программа ориентирована на поддержание положительного эмоционального отношения детей к занятиям на всех этапах обучения, стремление к тому, чтобы упражнения и игры в воде доставляли удовольствие, радость, побуждали к самостоятельности, а также направлена на формирование ценности здорового образа жизни, бережного отношения к своему здоровью, элементарных правил безопасного поведения на воде.

В рабочей программе по обучению плаванию детей дошкольного возраста с ТНР:

- определены возможности развития дыхательной функции (через водную среду), как одной из основной при постановке речевого дыхания у дошкольников (диафрагмального, продолжительного, сильного, постепенного), согласованность дыхания и движения при плавании;
- представлены методы коррекционной работы программы в повышении уровня здоровья детей с общим недоразвитием речи в условиях бассейна детского сада;
- обоснованы комплекс средств, форм занятий, приемы коррекции и оздоровления, реализации индивидуально - дифференцированного подхода;
- определено влияние серии коррекционно-развивающих и оздоровительных методов, направленных на повышение уровня здоровья детей с общим недоразвитием речи в условиях детского сада, и семей воспитанников. В бассейне детского сада успешно решаются задачи коррекционного характера. Совместная работа психолога, логопеда, музыкального руководителя, инструктора по физической культуре и инструктора по

плаванию делают занятия в бассейне эмоциональными и интересными. Проводятся тематические досуги и спортивные праздники на воде.

Всё это позитивно влияет на психическую и эмоциональную сферу детей, обеспечивая высокий уровень усвоения программы, и решается главная задача оздоровления детей в детском саду через обучение плаванию. Данная программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- «Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования». Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155;
- Приказ от 30.08.2013 г. № 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательная программа дошкольного образования»;
- «Концепция дошкольного воспитания» 1989 г.;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15.05. 2013 г. № 26 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13»;
- Конституцией РФ, ст.43, 72.
- Уставом ДОУ;
- Положением о работе городской психолого –медико – педагогической комиссии (ПМПК);
- Положением ПМПК ДОУ.

Цель рабочей программы – обучение детей плаванию, организация мероприятий с детьми познавательного, оздоровительного и развивающего характера, направленных на улучшение состояния здоровья детей, снижение заболеваемости; привлечение родителей к формированию у детей ценностей здорового образа жизни. В программе выделена закономерность поэтапного формирования соответствующих навыков плавания на основе использования системы упражнений и игр. Оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи физического воспитания решаются на основе приобретения нового социального опыта - освоения водной среды обитания, которая предъявляет особые требования к двигательным способностям ребенка.

1. Научить детей уверенно и безбоязненно держаться на воде;
2. Расширить способности координации движений, объединять их с дыханием;
- 3 Максимально использовать все факторы, способствующие укреплению здоровья детей и их физическому развитию;
4. Заложить прочную основу для дальнейшей образовательной деятельности по обучению плаванию, привить интерес, любовь к воде.

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

Задачи:

Оздоровительные задачи:

- Укрепить здоровье ребенка.
- Совершенствовать опорно – двигательный аппарат.
- Формировать правильную осанку.

- Повышать работоспособность организма, приобщать ребенка к здоровому образу жизни.

Образовательные задачи:

- Формировать двигательные умения и навыки.
- Формировать знание о видах и способах плавания и собственном теле.

Воспитательные задачи:

- Воспитывать двигательную культуру.
- Воспитывать нравственно волевые качества: смелость, настойчивость, чувство собственного достоинства, уверенность в себе.
- Воспитывать заботу о своем здоровье.

Данная Программа входит в вариативную часть, формируемую образовательным учреждением. Она предусмотрена для воспитанников второй младшей, средних, старших и подготовительных групп.

1. Охрана и укрепление психического физического здоровья детей;
 2. Укрепить здоровье детей, содействовать их гармоничному психофизическому развитию;
 3. Содействовать расширению адаптивных возможностей детского организма;
 4. Совершенствовать опорно-двигательный аппарат, формирование правильной осанки, повышение работоспособности организма.
 5. Обогащение условий для реализации потребности детей в двигательной активности;
 6. Выявление интересов, склонностей и способностей детей в двигательной деятельности, и реализация их через систему спортивно - оздоровительной работы;
 7. Формировать теоретические и практические основы освоения водного пространства;
 8. Учить плавательным навыкам и умениям.
 9. Расширять спектр двигательных умений и навыков в воде;
 10. Развивать творческое самовыражение в игровых действиях в воде.
 11. Воспитание потребности в здоровом образе жизни: выработка привычки режима, потребность физических упражнениях и играх;
 12. Воспитание физических качеств, необходимых для полноценного развития личности.
 13. Воспитывать нравственно - волевые качества, настойчивость, смелость, выдержку, силу воли;
 14. Формировать устойчивый интерес к занятиям по плаванию, обеспечить, эмоциональное благополучие при выполнении упражнений в водной среде.
- Основное содержание программы составляют физические упражнения и игры, освоение которых помогают детям научиться плавать способами кроль на груди, кроль на спине. В рабочей программе выделена закономерность поэтапного формирования соответствующих навыков плавания на основе использования системы упражнений и игр. Оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи физического воспитания решаются на основе приобретения нового социального опыта - освоения водной среды обитания, которая предъявляет особые требования к двигательным способностям ребенка.

Образовательная деятельность по обучению дошкольников плаванию, как и у здоровых, состоит из трёх частей: вводной, основной и заключительной. Вводная часть проводится на суше и включает в себя объяснение задач, выполнение знакомых общеразвивающих упражнений и ознакомление на берегу с теми элементами техники движений, которые дети будут затем делать в воде. Всё это создает благоприятные условия для функционирования сердечно - сосудистой и дыхательной систем организма и подготавливает детей к выполнению задач основной части занятия. В основной части дети привыкают к воде, овладевают элементами техники новых двигательных действий, изучают технику плавания спортивными способами, выполняют специальные упражнения

для профилактики сколиоза, играют в воде. В заключительной части необходимо снизить физическое и эмоциональное напряжение. В конце занятия дети спокойно плавают, выполняют дыхательные упражнения.

В программе освещаются следующие разделы:

- Раздел 1. Вхождение в воду
- Раздел 2. Передвижение по дну бассейна.
- Раздел 3. Упражнения на всплывание и лежание на груди и на спине.
- Раздел 4. Кроль на груди.
- Раздел 5. Кроль на спине.

Содержание программы направлено на оздоровление и укрепление детского организма в целом, на получение положительно эмоционального заряда. Программа содержит поэтапное усвоение детьми двигательных умений и навыков. Программный материал включает в себя следующие разделы:

Теоретические сведения:

1. правила поведения и безопасности в бассейне и на воде;
2. знания о свойствах воды;
3. правила личной гигиены;
4. значение занятий плаванием для детского организма;
5. знание способов плавания;
6. элементарные знания о своем организме. Теоретическая подготовка проводится в виде коротких сообщений, объяснений, рассказов и бесед в начале занятия или в форме объяснений во время отдыха.

Практические навыки:

1. общеразвивающие и специальные упражнения;
2. упражнения для освоения с водой;
3. упражнения для изучения техники способов плавания;
4. игры на воде.

Содержание программы направлено на оздоровление и укрепление детского организма в целом, на получение положительно эмоционального заряда. Программа содержит поэтапное усвоение детьми двигательных умений и навыков. Программный материал включает в себя следующие разделы: Теоретические сведения:

- } правила поведения и безопасности в бассейне и на воде;
- } знания о свойствах воды;
- } правила личной гигиены;
- } значение занятий плаванием для детского организма;
- } знание способов плавания;
- } элементарные знания о своем организме. Теоретическая подготовка проводится в виде коротких сообщений, объяснений, рассказов и бесед в начале занятия или в форме объяснений во время отдыха.

Практические навыки:

- } общеразвивающие и специальные упражнения;
- } упражнения для освоения с водой;
- } упражнения для изучения техники способов плавания;
- } игры на воде.

ПРИНЦИПЫ И ПОДХОДЫ К ФОРМИРОВАНИЮ

ПРОГРАММЫ:

Основными принципами формирования программы являются:

- принцип развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- принцип научной обоснованности и практической применимости;
- принцип критерия полноты, необходимости и достаточности;
- принцип единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста; → принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей;
- принцип комплексно-тематического построения образовательного процесса;
- принцип развития ребенка с учетом возрастных закономерностей его психического развития на каждом возрастном этапе;
- принцип реализации качественного, возрастного, культурно-исторического, личностного подходов.

Программа опирается на общие педагогические принципы:

- принцип систематичности - занятия проводятся в определённой системе, регулярные занятия несравненно больший эффект, чем эпизодические;
- 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 (создание у детей полного представления о разучиваемых движениях и способствование лучшему их усвоению);
- принцип доступности - предполагает постепенное возрастание требований, соответствующих психологической, физической, координационной готовности к обучению;
- принцип последовательности – планирование и проведение занятий по плаванию во всех возрастных группах осуществляется в четкой последовательности, преемственности и взаимосвязи;
- принцип повторения – в результате многократных повторений упражнений образуются плавательные навыки;
- 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.

Методы обучения.

- **Словесные:** объяснения, в форме образных выражений и сравнений, рассказ, беседы, команды, распоряжения и указания.
- **Наглядные:** показ изучаемого движения в целостном виде, с разделением на части; анализ его с помощью наглядных пособий, видеосюжетов, жестов.
- **Практические:** предусматривают многократное повторение движений сначала по элементам, а затем полностью; обучение в облегченных или усложненных условиях, изучение движений в игровой и соревновательной деятельности, выполнение контрастных движений.

Содержание программы направлено на оздоровление и укрепление детского организма в целом, на получение положительно эмоционального заряда. Программа содержит поэтапное усвоение детьми двигательных умений и навыков.

Программный материал включает в себя следующие разделы:

теоретические сведения; практические навыки.

Теоретические сведения:

- 1) правила поведения и безопасности в бассейне и на воде;
- 2) знания о свойствах воды;
- 3) правила личной гигиены;
- 4) значение занятий плаванием для детского организма;
- 5) знание способов плавания;
- 6) элементарные знания о своем организме. Теоретическая подготовка проводится в виде коротких сообщений, объяснений, рассказов и бесед в начале занятия или в форме объяснений во время отдыха.

Практические навыки:

- 1) общеразвивающие и специальные упражнения;
- 2) упражнения для освоения с водой;
- 3) упражнения для изучения техники способов плавания;
- 4) игры на воде.

Содержание материала каждого занятия направлено на решение нескольких задач, которые взаимосвязаны и взаимообуславливают друг друга, объединяясь в одну общую.

Содержание занятий строится в порядке возрастающей трудности, постепенного увеличения нагрузки, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей. При повторении упражнений, использовать задания одного типа, но разного содержания.

Упражнения должны опережать имеющийся у детей в данный момент уровень умений и навыков, хотя индивидуальные данные каждого ребёнка могут внести свои коррективы.

В процессе занятий используются различные формы организации детей:

Организованная образовательная деятельность:

- } игровые,
- } сюжетные,
- } тематические,
- } комплексные (с элементами развития речи, математики),
- } контрольно-диагностические,
- } учебно-тренирующего характера;

} игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок; упражнения аквааэробики под музыку.

Образовательная деятельность при проведении режимных моментов:

} физическое развитие: комплексы закаливающих процедур (оздоровительные прогулки, мытье рук прохладной водой перед каждым приемом пищи, воздушные ванны, ходьба босиком по ребристым дорожкам до и после сна,)

} утренняя гимнастика,

} упражнения и подвижные игры во второй половине дня.

Самостоятельная деятельность детей:

} самостоятельно организованные игры на воде,

} спортивные игры (волейбол, баскетбол в воде),

} свободное плавание,

} дыхательные упражнения

ЗНАЧИМЫЕ ДЛЯ РАЗРАБОТКИ И РЕАЛИЗАЦИИ

ПРОГРАММЫ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Данная Программа:

- сформирована на основе требований ФГОС, предъявляемых к структуре образовательной программы дошкольного образования и ее объем;
- определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования;
- обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей;
- сформирована как программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (объем, содержание и планируемые результаты в виде целевых ориентиров дошкольного образования).

Программа направлена на:

} создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности;

} на создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей. В программе учитываются:

- } индивидуальные потребности ребенка, связанные с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья.
- } возможности освоения ребенком Программы на разных этапах ее реализации.

ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ 5 – 7 ЛЕТ С ТНР

Представления о физическом развитии и физической подготовленности детей с нарушениями речи носят противоречивый характер. С.С. Ляпидевский, В.П. Баранова (1969) на основе клинического обследования заикающихся подростков не обнаруживают в их физическом статусе каких-либо отклонений, но отмечают нарушения вегетативной нервной системы у большинства заикающихся (92,2%) по типу вегетодистонии. М.А. Фидирко (1989) считает, что заикание у детей не вызывает значительных отклонений в их физическом развитии.

Значительное отставание заикающихся школьников от здоровых сверстников по показателям, характеризующим внешнее дыхание (ЖЕЛ, МВЛ, пневмотахометрия, сила дыхательной мускулатуры), выявил Ю.А. Штана (1982). Низкие показатели амплитуды грудной клетки у заикающихся, по его мнению, свидетельствуют о слабости дыхательной мускулатуры. Автор отмечает, что с возрастом различия увеличиваются. Выявлено значительное отставание детей-логопатов в уровне развития основных двигательных качеств.

Нарушение речи является распространенной патологией у современных детей. Речевые расстройства напрямую связаны с психофизическим развитием. Проблема взаимообусловленности нарушений двигательной сферы и речевой недостаточности взаимосвязаны. У детей с диагнозом «Дизартрия», нарушения двигательной сферы сводятся либо к гипотонусу, либо к гипертонусу мускулатуры не только речевого аппарата, но и мышц всего тела. У детей нарушена произвольная общая, тонкая и 13 артикуляционная моторика, нарушена координация движений, а также плохая память, быстрая утомляемость, неловкость, боязливость. Эффективным средством и методами развития речи, применяемыми на занятиях по физическому развитию детей логопатов, являются следующие: ОРУ, плавание, игры, массаж – способствуют общему стимулированию ЦНС. Дыхательная гимнастика, туризм, лыжи, коньки – трофическое воздействие. Звуколидирование (подсчет, хлопки, бубен); звукоподражание (театр зверей, звуки машин); звуковые акценты в движениях (сигнал при толчке после разбега). Музыкалотерапия или звуковая окраска движений, игры с речитативом, артикуляционная гимнастика, задания на общее моторно-речевое расслабление. Исходя из этого, целевые ориентиры остаются в старшем дошкольном возрасте для таких групп те же, но на каждом занятии включаются задания на мелкую моторику, пальчиковая гимнастика, самомассаж рук, речь с движением, игры с речитативом, ритмопластика, релаксирующие упражнения. Основные формы физического воспитания детей с общим нарушениями речи в ДОУ те

же, но также и вне ДОО родители должны помогать своим малышам массажем, лечебной физкультурой и заниматься физической культурой в домашних условиях, водить в секции, кружки и приучать к учебно – трудовой деятельности. Старший дошкольный возраст (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 не завершено (скелет, суставно – связочный аппарат, мускулатура). 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. У ребёнка преобладает тонус мышц – разгибателей, что не даёт возможности при длинном статическом положении долго удерживать спину прямой. Сердечно – сосудистая система ещё не достигает полного развития. Общее физическое развитие и динамика функциональной зрелости системы дыхания идёт неравномерно. У детей возрастает осознанность освоения более сложных основных движений. Это позволяет повысить требования к качеству их выполнения, больше внимания уделять развитию физических и морально – волевых качеств (быстрота, ловкость, выносливость, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений (умение приходить на помощь товарищу, сопереживать его успехам и неудачам, быть заботливым и внимательным друг к другу).

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 закладываемой произвольности сформировать у детей потребность заниматься физическими упражнениями, развивать самостоятельность, инициативу в освоении новых видов движений. Особенности психоречевого развития детей с ОНР. Речь и мышление тесно связаны и с точки зрения психологии представляют собой единый речемыслительный комплекс. Речь является инструментом мышления, вне языковой деятельности мысли не существует. Любая мыслительная операция в той или иной мере опосредована речью. В первую очередь дефекты речевой функции приводят к нарушенному или задержанному развитию высших психических функций, опосредованных речью: вербальной памяти, смыслового запоминания, слухового внимания, словесно-логического мышления. Это отражается как на продуктивности мыслительных операций, так и на темпе развития познавательной деятельности. Кроме того, речевой дефект накладывает определенный отпечаток на формирование личности ребенка, затрудняет его общение с взрослыми и сверстниками. Данные факторы тормозят становление игровой деятельности ребенка, имеющей, как и в норме, ведущее значение в

плане общего психического развития, и затрудняют переход к более организованной учебной деятельности. Недоразвитие речи, особенно лексико-грамматической ее стороны, значительным образом сказывается на процессе становления ведущей деятельности ребенка. С расширением знаково-смысловой функции речи 15 радикально меняется весь процесс игры: игра, из процессуальной становится предметной, смысловой. Именно этот процесс перехода игры на новый уровень и затруднен у детей с ТНР. В логопедической группе особое внимание уделяется организации физического развития детей с различными нарушениями, в том числе с ТНР. Формирование полноценных двигательных навыков у детей с ТНР, активная деятельность, игра – необходимые звенья в общей системе их коррекционного обучения. Дети с речевой патологией, имеющие органическую природу нарушений, обычно различаются по состоянию двигательной сферы на возбудимых (они легко отвлекаются, нетерпеливы) и заторможенных. Среди детей с ОНР не редкость дети, имеющие двигательную неловкость, малый объем движений, недостаточный их темпу и переключаемости. Таким образом, нарушение речевой деятельности у детей с ТНР носит многоаспектный характер, требующий выработки единой стратегии, методической и организационной преемственности в решении воспитательно-коррекционных задач. Старшая группа компенсирующей направленности детей с ТНР (возраст 5 - 6 лет) В старшей группе с нарушениями речи осваиваются умения и навыки определенных способов плавания, разучивается их техника. Создаются условия для овладения элементарными навыками плавания (кроль на груди и на спине). В играх и упражнениях воспитывается самостоятельность, сдержанность, организованность и умение использовать приобретённые навыки. Упражнения в воде и игры выполняются без поддержки взрослого. В старшей группе с нарушением речи продолжается совершенствование скольжения с задержкой дыхания, совершенствование упражнений «Стрела», «Медуза», «Поплавок», «Звезда», знакомство со спортивными способами плавания. Особое внимание уделяется работе рук при плавании разными способами, согласование работы рук с дыханием, мелкой моторике и упражнениям с речитативом. Последовательность выполнения упражнений для создания условий для освоения плавания сохраняется в работе с детьми всех возрастных групп. Процесс обучения старших дошкольников уплотняется, интенсивнее становится формирование навыков подготовительных к плаванию движений. Подготовительная группа компенсирующей направленности детей с ТНР (возраст 6 – 7 лет). В подготовительной группе завершается обучение элементарным навыкам плавания в детском саду. Но это не означает, что дети полностью овладели правильной техникой способов плавания. Большинство детей осваивает плавание кролем на груди и на спине в общих чертах. В подготовительных группах осваиваются умения и навыки определенных способов плавания, разучивается их техника. Если ребенок продолжает занятия, перейдя из старшей группы в подготовительную, то в порядок их проведения остается прежним, но увеличивается количество упражнений и интенсивность их выполнения. Процесс обучения старших дошкольников уплотняется, интенсивнее становится формирование навыков подготовительных упражнений. Использование игр – эстафет и включение элементов соревнований с установкой на лучшее качество выполнения позволяет создать эмоциональные отношения ребенка к выполняемому заданию. Основным показателем успешной реализации программы является устойчивое позитивно – эмоциональное отношение ребенка к воде (наблюдение за ребенком), позитивное восприятие совместной деятельности по плаванию, а также сформированные двигательные навыки (выполнение диагностических заданий).

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПО ОБУЧЕНИЮ ПЛАВАНИЮ НА ЭТАПЕ ЗАВЕРШЕНИЯ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ детей ТНР

Дети старшей группы (5-6 лет):

- | передвигаются в воде разными способами с различным положением рук и ног;
- | погружаются в воду с головой с задержкой дыхания;
- | выполняют погружение в воду с длительным выдохом;
- | лежат на воде с задержкой дыхания «звездочка», «медуза»;
- | открывают глаза в воде и достают предметы со дна;
- | скользят на груди и спине с опорой и без нее;
- | выполняют движения ногами как при плавании способом кроль, держась за поручень с задержкой дыхания, с дыханием;
- | плавают на груди и спине с движениями ног как при плавании способом кроль;
- | плавают произвольным способом;
- | участвуют в играх.

Дети подготовительной группы (6 - 7 лет):

- | выполняют вдох, затем выдох в воду от 3 до 10 раз подряд;
- | находятся некоторое время под водой без дыхания;
- | открывают глаза в воде и поднимают предметы со дна;
- | лежат на груди и на спине «звездочка», «стрелка»;
- | скользят по воде после толчка от бортика бассейна;
- | плавают при помощи работы ног кролем на груди и кролем спине;
- | плавают кролем на груди в полной координации;
- | плавают кролем на спине в полной координации;
- | умеют использовать элементы прикладного плавания.

Образовательная область «Физическое развитие». Плавание для детского организма является адекватной физической нагрузкой, поскольку в цикле плавательных движений напряжение и расслабление мышечных групп последовательно чередуются. Занятия плаванием благотворно влияют на важнейшие системы жизнеобеспечения ребёнка. Ребенок старшего дошкольного возраста физически развивается, его двигательный опыт богат, (объем освоенных основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений). В двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость. В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании. Проявляет высокий, стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений. Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения. Ребёнок способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений. Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку. Стремиться к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. Воспитанник способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру. В самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками, проявляя познавательную и деловую активность, эмоциональную отзывчивость. Шестой год жизни. 18 В старшей группе начинается новый этап в

обучении: осваиваются умения и навыки определённых способов плавания, разучивается их техника. Желательно чтобы дети овладели техникой плавания кролем на груди и на спине, а также ознакомились с плаванием способами брасс и дельфин. В играх и упражнениях воспитывается самостоятельность, сдержанность, организованность и умение использовать приобретённые навыки. У детей старшей группы идёт совершенствование умений и навыков, приобретённых на занятиях в средней группе. Упражнения на воде и игры выполняются без поддержки взрослого. В старшей группе продолжается совершенствование скольжения с задержкой дыхания, совершенствование упражнений «Стрела», «Медуза», «Поплавок», знакомство со спортивными видами плавания. Особое внимание обращается на работу рук при плавании разными способами, согласование работы рук с дыханием. На каждом занятии прорабатываются все плавательные движения, которые разучивались в средней группе. Последовательность выполнения упражнений для обучения плаванию сохраняется в работе с детьми всех возрастных групп. Процесс обучения старших дошкольников уплотняется, интенсивнее становится формирование навыков подготовительных к плаванию движений. В подвижных играх дети осваивают новые правила, варианты их изменения, выбора ведущих. Получают представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма, расширят представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон; солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья). Получают представления о правилах ухода за больным, умения характеризовать свое самочувствие. Знакомятся с доступными сведениями из истории олимпийского движения, с основами техники безопасности и правилами поведения в помещениях бассейна. Восьмой год жизни. В подготовительной к школе группе завершается обучение плаванию в детском саду. Но это не означает, что они полностью овладели правильной техникой плавания. Большинство детей осваивают плавание кролем на груди и на спине в общих чертах. В группах детей подготовительного возраста осваиваются умения и навыки определённых способов плавания, разучивается их техника. Желательно, чтобы дети овладели техникой плавания кролем на груди, на спине, а также ознакомились с плаванием способами брасс и дельфин. Если ребёнок продолжает занятия, перейдя из старшей группы в подготовительную группу, то порядок их проведения остаётся прежним, но увеличивается количество упражнений и интенсивность их выполнения. В играх и упражнениях воспитывается самостоятельность, сдержанность, организованность, умение использовать приобретённые навыки. Процесс обучения старших дошкольников уплотняется, интенсивнее становится формирование навыков подготовительных упражнений. 19 Использование игр – эстафет и включение элементов соревнования с установкой на лучшее качество выполнения позволяет создать эмоциональное отношение ребёнка к выполняемому заданию. Основным показателем успешной реализации программы является устойчивое позитивно-эмоциональное отношение к воде, (наблюдение за ребёнком), позитивное восприятие занятий по плаванию, а также сформированные двигательные навыки (выполнение диагностических заданий). Дети получают сведения о рационе питания (объём пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим). Сформируют представления о значении двигательной активности в жизни человека, об активном отдыхе, о пользе закалывающих процедур; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем; расширят представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Исходя из этого, целевые ориентиры остаются в старшем возрасте для групп компенсирующей направленности те же, но на каждом занятии включаются:

- упражнения на регуляцию мышечного тонуса;

- упражнения на регуляцию статической и динамической коррекции движений;
- упражнения на развитие мелкой и мимической моторики переключаемости движений;
- упражнения на воспитания чувства ритма;
- упражнения на развитие дыхания и силы голоса;
- упражнения на обогащение и активизацию словаря;
- модифицированные, коррекционные упражнения на развитие памяти, внимания, воображения;
- на развитие координации;
- задания на мелкую моторику;
- пальчиковая гимнастика;
- самомассаж рук;
- речь с движением;
- игры с речитативом;
- звукоolidирование (подсчёт, хлопки, бубен);
- звукоподражание (театр зверей, звуки машин);
- звуковые акценты в движениях (сигнал при толчке от бортика);
- артикуляционная гимнастика;
- ритмопластика;
- задания на общее моторно-речевое расслабление;
- релаксирующие упражнения.

СПОСОБЫ ОПРЕДЕЛЕНИЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ:

Итогом реализации программы является диагностика показателей двигательной подготовленности детей в образовательной области «Физическое развитие» (плавание) проводится два раза в течение учебного года: в первые две недели декабря и последние две недели мая. Программное содержание предусматривает формирование знаний, умений, навыков. Уровень формирования и развития определяется по трем критериям: высокий, средний, низкий.

Старшая группа

№	Фамилия имя ребёнка	Количество посещённых занятий	Погружение в воду с задержкой дыхания (5-10 с)	Выдох в воду	«звезда», «поплавок» в комбинации	Скольжение на груди без доски (2 - 4м)	Плавание на груди с работой ног с предметом	Скольжение на спине с доской
---	---------------------	-------------------------------	--	--------------	-----------------------------------	--	---	------------------------------

Подготовительная группа

№	Фамилия имя ребёнка	Количество посещённых занятий	Передвижение с погружением, всплывание, подныривание, преодоление препятствий	«звезда», «поплавок», в комбинации	Вдох – выдох до 10 раз, многократно	Скольжение на груди и спине без предмета (4м)	Погружение в воду с задержкой дыхания (8-15с)	Плавание на груди и спине с работой ног, руки стрелочкой	Свободное плавание в полной координации
---	---------------------	-------------------------------	---	------------------------------------	-------------------------------------	---	---	--	---

При оценке двигательных навыков детей, вводятся следующие обозначения.
-Высокий уровень – означает правильное выполнение, т. е. навык сформирован, автоматизирован. Ребенок сам выполняет упражнение.
-Средний уровень – говорит о промежуточном положении, т.е. недостаточно правильном выполнении упражнения. Ребенок выполняет с помощью.
-Низкий уровень – указывает на неправильное выполнение движения. Ребенок не выполняет упражнение.

II.Содержательный раздел

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

Возрастная группа	Температура воды(°С)	Температура воздуха(°С)	Глубина ба
старшая	+30...+32°С	+25...+27°С	0,7-0,8м
Подготовительная к школе группа	+ 27... +280С	+24... +28 0С	0,8

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С РОДИТЕЛЯМИ

месяц	старшая группа	Форма проведения
сентябрь	«Учите детей плавать»	Открытое занятие
октябрь	«Роль родителей в воспитании здорового ребёнка»	Папка-передвижка
ноябрь	«Физические упражнения, как средство профилактики нарушений осанки»	Папка-передвижка
декабрь	«В здоровом теле-здоровый дух»	Инд. консультация
январь	«Влияние двигательной активности на физическое развитие и здоровье детей дошкольного возраста»	Папка-передвижка
февраль	«Физическое воспитание в семье»	Папка-передвижка
март	«За здоровьем - босиком!»	Инд. консультация
апрель	«Плавание – средство воспитания дошкольников»	Открытое занятие
май	«Техника безопасности при плавании в открытых водоёмах»	Общее род. собрание

месяц	подготовительная к школе группа	Форма проведения

сентябрь	«Влияние двигательной активности на физическое развитие и здоровье детей дошкольного возраста»	Папка-передвижка
октябрь	«Плавание, как средство повышения двигательной активности детей»	гр. род. собрание
ноябрь	«Роль родителей в воспитании здорового ребёнка»	Инд. консультация
декабрь	«Плавание – средство воспитания дошкольников»	Открытое занятие
январь	«Физические упражнения, как средство профилактики нарушений осанки»	Папка-передвижка
февраль	«За здоровьем - босиком!»	Папка-передвижка
март	«Физическое воспитание в семье»	Открытое занятие
апрель	«В здоровом теле-здоровый дух»	Папка-передвижка
май	«Техника безопасности при плавании в открытых водоёмах»	Общее род. собрание

III. Организационный раздел

Годовой план развлечений и праздников

Старшая	1 раз в месяц	2 раза в год	30 - 35 мин	до 1 часа
Подготовительная	1 раз в месяц	2 раза в год	40 мин	до 1 часа

Перспективный план развлечений и праздников

Месяц	Название
октябрь	День Нептуна
ноябрь	В гостях у черепахи Тортилы
декабрь	В поисках новогодней ёлочки
январь	Праздник Нептуна
февраль	Ратный праздник

март	Происшествие на болоте
апрель	Состязание индейских племён. Лови волну!

Сетка НОД (непосредственной образовательной деятельности) в неделю.

Возрастная группа	Количество подгрупп	Число детей в подгруппе	Длительность занятия	
			в одной подгруппе	в группе
Старшая	1	8	25	
подготовительная	1	8	30	

Распределение количества НОД по плаванию в разных возрастных группах на год обучения

Возрастная группа	Количество занятий в неделю		Количество часов	
	неделю	год	неделю	месяц
Старшая	1	33	25 мин	1 час 40 мин
Подготовительная к школе группа	1	33	30 мин	2 часа

Обеспечение безопасности НОД по плаванию

До начала организации плавания в бассейне детей надо ознакомить с правилами поведения в помещении бассейна и на воде. Все взрослые должны знать меры по оказанию помощи на воде и в любую минуту быть готовыми помочь детям. В безопасности при организации плавания с детьми дошкольного возраста включает следующие правила:

- непосредственно образовательную деятельность по плаванию проводить в местах, полностью отвечающих всем требованиям безопасности и гигиены.
- не допускать неорганизованного плавания, самовольных прыжков в воду и ныряния.
- не разрешать детям толкать друг друга и погружать с головой в воду, садиться друг на друга, хватать за руки и за ноги, нырять навстречу друг другу, громко кричать, звать на помощь, когда она не требуется.
- не проводить непосредственно образовательную деятельность по плаванию с группами, превышающими 10-12 человек.
- допускать детей к непосредственно образовательной деятельности только с разрешения врача.
- приучать детей выходить из воды по неотложной необходимости только с разрешения преподавателя.
- проводить поименно переключку детей до входа в воду и после выхода из нее.
- научить детей пользоваться спасательными средствами.
- во время непосредственно образовательной деятельности внимательно наблюдать за детьми, видеть всю группу, каждого воспитанника отдельно и быть готовым в случае необходимости быстро оказать помощь ребенку.
- обеспечить обязательное присутствие медсестры при проведении непосредственно образовательной деятельности по плаванию.
- не проводить непосредственно образовательную деятельность раньше, чем через 40 минут после еды.
- 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.
- прыжки в воду разрешать детям, умеющим уверенно держаться на поверхности воды.
- не злоупотреблять возможностями ребенка, не форсировать увеличения плавательной дистанции.
- добиваться сознательного выполнения детьми правил обеспечения безопасности непосредственно образовательной деятельности по плаванию.

В результате освоения программного материала по плаванию:

Занимающиеся должны **знать**:

- правила поведения в бассейне. Технику безопасности;
- краткий обзор развития плавания;
- краткие сведения о строении и функциях организма;
- влияние плавания на организм, занимающихся;
- правила ухода за собой и своим телом, оказание первой помощи при проблемах на воде;
- о назначении оборудования и инвентаря;
- внимательно слушать задание и выполнять его;
- входить в воду только по разрешению преподавателя;
- спускаться по лестнице спиной к воде;
- не стоять без движений в воде;
- не мешать друг другу, окунаться;
- не наталкиваться друг на друга;
- не кричать;
- не подавать ложные крики о помощи;
- не топить друг друга;
- не бегать в помещении бассейна;
- проситься выйти по необходимости;
- выходить быстро по команде инструктора.

уметь:

- правильно выполнять упражнения общей и специальной физической подготовки;
- правильно выполнять технику плавания способом кроль на груди и спине, брасс, дельфин;
- выполнять диагностические задания не ниже среднего уровня;
- участвовать в спортивных праздниках;
- самостоятельно проводить подвижную игру.

Организация и санитарно – гигиенических условий

Успешность обучения дошкольников практическим навыкам плавания и степень его оздоровительного влияния зависят от того, насколько четко и правильно соблюдаются все основные требования к его организации, обеспечиваются меры безопасности, выполняются необходимые

санитарно – гигиенические правила. Обучение навыкам плавания по данной рабочей программе проходит в крытом бассейне в здании учреждения

Режим дня, включающий непосредственно образовательную деятельность по плаванию предусматривает достаточное пребывание детей на воздухе, полноценное проведение общеобразовательной деятельности, приёма пищи, сна, всех других форм, физ.культ. – оздоровительной и воспитательной работы. Обязательно учитывается время приёма пищи. Непосредственно образовательная деятельность по плаванию должна проходить не ранее, чем через 40 минут после еды. Занятия проходят по установленному расписанию, группы делятся на подгруппы в зависимости от возраста детей и от конкретных условий .

Обучение плаванию проводятся 1 раз в неделю, длительность НОД:

Старшая группа - 25 минут;

Подготовительная группа - 30 минут.

Санитарно-гигиенические условия проведения НОД по плаванию включают следующее:

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

**Учебно-тематический план
1-й год обучения (старшая группа)**

№	Тема занятия	Кол-во час	
		Теоретические	Пр
1	Ознакомление с правилами поведения в бассейне.	0,5	
2	Краткий обзор развития плавания.	0,5	
3	Краткие сведения о строении и функциях организма. Влияние плавания на организм, занимающихся	0,5	
4	Ознакомление с правилами ухода за собой и своим телом, оказание первой помощи при проблемах на воде.	0,5	
5	Основы техники плавания (кроль, кроль на спине, брасс, дельфин).	0,5	
6	Оборудование и инвентарь.	0,5	
7	Общая физическая подготовка.		2
8	Специальная физическая подготовка		4
9	Обучение координационным возможностям в воде, научить движениям руками в плавании на груди и спине.		3
10	Развитие и совершенствование координационных возможностей в воде: обучение сочетаниям движений руками и ногами на задержке дыхания и с выдохом в воду.		2
11	Учить погружаться в воду, открывать в ней глаза, передвигаться и ориентироваться под водой.		3
12	Обучение выдоху в воду.		4
13	Обучение лежать на воде на груди и спине.		3

14	Обучение скольжению в воде на груди и спине.		3
15	Научить передвигаться в воде по дну бассейна разными способами на различной глубине.		3
16	Выполнение контрольных упражнений .		3
17	Подвижные игры.		3
18	итого	3	33

**Учебно-тематический план
2-й год обучения (подготовительная к школе группа)**

№	Тема занятия	Кол-во часов	
		Теоретические	Практические
1.	Ознакомление с правилами поведения в бассейне.	0,5	
2.	Краткий обзор развития плавания.	0,5	
3.	Краткие сведения о строении и функциях организма. Влияние плавания на организм, занимающихся	0,5	
4.	Ознакомление с правилами ухода за собой и своим телом, оказание первой помощи при проблемах на воде.	0,5	
5.	Основы техники плавания (кроль, кроль на спине, брасс, дельфин).	0,5	
6.	Оборудование и инвентарь.	0,5	
7.	Общая физическая подготовка.		2

8.	Специальная физическая подготовка		4
9.	Обучение координационным возможностям в воде, научить движениям руками в плавании на груди и спине.		3
10.	Развитие и совершенствование координационных возможностей в воде: обучение сочетаниям движений руками и ногами на задержке дыхания и с выдохом в воду.		2
11	Учить погружаться в воду, открывать в ней глаза, передвигаться и ориентироваться под водой.		3
12	Обучение выдоху в воду.		4
13	Обучение лежать на воде на груди и спине.		3
14	Обучение скольжению в воде на груди и спине		3
15	Обучение облегченным способом плавания.		3
16	Выполнение контрольных упражнений .		3
17	Подвижные игры.		3
18	Итого:	3	33

Календарно – тематическое планирование на 1 –й год обучения

Учебный	Занятия в минутах
---------	-------------------

материал	1- 2	3- 4	5- 6	7- 8	9- 10	11- 12	13- 14	15- 16	17- 18	19- 20	21- 22	23- 24
<i>ТЕОРИЯ</i> 1. Организация занятий и ознакомление с правилами поведения в бассейне. Техника безопасности	10	5										
2. Краткий обзор развития плавания. Влияние плавания на организм занимающихся	10	5										
3. Ознакомление с правилами ухода за собой и своим телом (гигиена), оказание первой помощи при проблемах на воде.	5	5	1	1	1	1	1					
<i>ПРАКТИКА НА СУШЕ</i> 4. Организационные мероприятия		4	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1
5. Ходьба, бег, ОРУ, спец. упражнения, игры, эстафеты		4	5	2	2	2	2	3	3	3	2	2
6. Подготовка к занятиям, построение, расчет		2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1
<i>ПРАКТИКА НА ВОДЕ</i> 7 а) передвижение по дну разными способами			5	5	5							
б) погружение в воду, открывать в			5	5	5	5	5				5	5

ней глаза													
в) «поплавок»										5			
г) «звездочка»											5		
д) «стрелочка»										5			
е) паровозик (ту-ту) выдох в воду				5	5	5	5	5		5	5	5	
ё) тюлень (на (груди, на спине)										5	5		
ж) скольжение на груди и на спине с помощью восп- ля и самостоят.									5				5
з) скольжение на груди и на спине с поперемен. движением ног													
и) скольжение на груди с помощью пен- ной доски											1	1	1
к) скольжение на груди спине с толчком от борта «торпеда»													
8. свободное плавание, подвижные игры			5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
9. выполнение контрольных и зачетных требований										15			

Календарно – тематическое планирование на 2 – й год

обучения

Учебный материал	Занятия в минутах												
	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	11-12	13-14	15-16	17-18	19-20	21-22	23-24	25-26
<i>ТЕОРИЯ</i> 1. Организация занятий и ознакомление с	10	10											

правилами поведения в бассейне. Техника безопасности.													
2. Краткий обзор развития плавания. Влияние плавания на организм занимающихся	10	5											
3. Ознакомление с правилами ухода за собой и своим телом (гигиена), оказание первой помощи при проблемах на воде.	10	5	1	1	1	1	1						
<i>ПРАКТИКА НА СУШЕ</i> 4. Организационные мероприятия	4	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
5. Ходьба, бег, ОРУ, спец. упражнения, игры, эстафеты		4	5	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2
6. Подготовка к занятиям, построение, расчет		2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
<i>ПРАКТИКА НА ВОДЕ</i> 7 а) передвижение по дну разными			5	5	5								

(ту-ту) ВЫДОХ В ВОДУ													
ё) тюлень (на груди, на спине)						5	5						
ж) скольжение на груди и на спине с помощью всплывающей и самостоятельной								5			5		5
з) скольжение на груди и на спине с попеременным движением ног									5		5		
и) скольжение на груди с помощью пенопластовой доски									5	5			
к) скольжение на груди и спине с толчком от бортика «торпеда»											5		5
8. свободное плавание, подвижные игры			5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
9. выполнение контрольных и зачетных требований								20					

3.2 Организация развивающей предметно-пространственной среды в бассейне

Бассейн расположен в основном здании учреждения на первом этаже. Внутренние помещения бассейна спроектированы в соответствии с принципом поточности: раздевалка - душ - зал с чашей бассейна. Имеется туалет.

Чаша бассейна:

Бассейн расположен в основном здании учреждения на первом этаже. Внутренние помещения бассейна спроектированы в соответствии с принципом поточности: раздевалка - душ - зал с чашей бассейна. Имеется туалет.

Чаша бассейна: длина – 12м, ширина – 8м 10см, глубокое место – 1.5м. Площадь зеркала воды 54 м2. Чтобы занятия были безопасными для здоровья и жизни детей, необходимо иметь соответствующий инвентарь и оборудование:

1. длинный шест-2,5 метра, две душевые туалет. Одна ножная ванна с проточной водой. В помещении бассейна есть чаша бассейна, скамейки, шкаф для инвентаря, полки, вентиляция для искусственного проветривания.
2. плавательные доски,

3. надувные игрушки (резиновые круги, мячи и др.),
 4. обручи для упражнений на погружение в воду, и другое оборудование.
 Применять вспомогательные средства нужно целенаправленно методически правильно, в противном случае их использование не ведет к положительным результатам.

Перечень оборудования для обеспечения доступности среды

№ п/п	Наименование оборудования	Количество
1.	Поручни на лестничных проемах в бассейн	4шт.
2.	Поручни в чаше бассейна	4 шт.

Перечень материально-технического оборудования (помещение бассейна)

№п/п	Наименование оборудования	Количество
Оборудование раздевального помещения		
1.	Скамейки	2 шт.
2.	Шкаф для хранения индивидуальных принадлежностей детей	12 шт.
Оборудование бассейна		
6.	Спуском в чашу	шт.
Инвентарь		
8.	Нудлс	5шт.
9.	Доска для плавания	10 шт.
10.	Надувные круги	5 шт.
11.	Надувные игрушки	10 шт.
12.	Игровые комплексы	3 шт.
14.	Резиновые кольца	10шт.
15.	Нарукавники	20 шт.
16.	Обручи	3 шт.
17.	Разные мячи	10 шт

Перечень оборудования для обеспечения доступности среды для детей с ОВЗ

№ п/п	Наименование оборудования	Количество
1.	Поручни на лестничных проемах в бассейн	2шт.
2.	Поручни в чаше бассейна	4 шт.

Перечень материально-технического оборудования (помещение бассейна)

№п/п	Наименование оборудования	Количество
Оборудование раздевального помещения		

1.	Скамейки	2 шт.
2.	Шкаф для хранения индивидуальных принадлежностей детей	10 шт.
Оборудование бассейна		
6.	Чаша для бассейна со спуском	1 шт.
Инвентарь		
8.	Нудлс	5шт.
9.	Доска для плавания	10 шт.
10.	Надувные круги	5 шт.
11.	Надувные игрушки	10 шт.
12.	Игровые комплексы	3 шт.
14.	Резиновые кольца	10шт.
15.	Нарукавники	20 шт.
16.	Обручи	3 шт.

ИНФОРМАЦИОННО - МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Оборудование и инвентарь для зала «сухого» плавания:

1. Гимнастические скамейки разной высоты.
2. Складные маты.
3. «Дорожки здоровья» из разнообразных ковриков с шипами, реечками, «следами» и т.д.
4. Теннисные шарики, листочки, ватные шарики для обучения выдоху.
5. Гимнастические палка
6. Обруч.
7. Резиновые мячи разного размера.
8. Наглядные пособия, карточки-схемы.
9. Часы

Оборудование, постоянные ориентиры и инвентарь для бассейна:

1. Калабашки
2. Съёмная пластмассовая горка.
3. Мячи - ежики
4. Судейский свисток.
- 5 Корзины для мячей, игрушек.
- 6 Флажки
7. Плавательные доски разных размеров и форм.
8. Резиновые надувные круги.
9. Надувные манжеты или нарукавники.
10. Надувной матрас
11. Очки.
12. Гантели

13. Плавающие надувные и резиновые игрушки, отражающие принадлежность к жизни на воде (обитатели и т. д.)
14. Тонущие игрушки, предметы (шайбы, кольца).
15. Надувные, резиновые мячи разных размеров.
16. Наглядные пособия, карточки с подвижными играми

Литература

1. Э.Я. Степаненкова «Теория и методика физического развития ребенка» Москва, 2001
2. Н.В. Нищева Рабочая программа педагога ДОО. ООО Издательство «Детство - пресс» 2015г.
3. Воронова Е.К. Программа обучения плаванию в детском саду. - Спб.: «Детство пресс», 2003
4. Детство: Программа развития и воспитания детей в детском саду/ В.И. Логинова, Т.И. Бабаева, Н.А. Ноткина и др.; Под ред. Т.И. Бабаевой. З.А. Михайловой, Л.М. Гурович. – СПб.: Детство-Пресс, 2010.
5. Осокина Т.И. Как научить детей плавать: пособие для воспитателей детского сада.- М.: Просвещение, 1985.
6. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Богина Т.Л. Обучение плаванию в детском саду. – М.: Просвещение, 1991.

