

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 задержкой психического развития
на 2023-2024 учебный год
раздел Плавание

Инструктор по физической
культуре:
Васильева Р. Ю.

г. Глазов, 2023г

Содержание

I. Целевой раздел

1. Пояснительная записка.....3-9.
2. Принципы и подходы к формированию Программы.....10-12
3. ЗНАЧИМЫЕ ДЛЯ РАЗРАБОТКИ И РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ХАРАКТЕРИСТИК.....13
4. Возрастные и индивидуальные особенности физического развития детей 3 – 7 лет детей с ЗПР..... 14 -15
5. Планируемые результаты освоения Программы.....16 -17

II. Содержательный раздел.....

1. Температурный режим..... 18
3. Перспективный план взаимодействия с родителями.....18.

III. Организационный раздел

1. План спортивных мероприятий.....21
2. Количество НОД по плаванию.....22
3. Информационно – методическое обеспечение программы.....24
4. Литература.....25

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» под редакцией Т.С. Комаровой и др. Данная программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами: Федеральная образовательная программа дошкольного образования утвержденной приказом Минпросвещения России от 25.11.2022 31028

- Конституция РФ, ст. 43, 72.
- Конвенция о правах ребенка (1989 г.).
- Закон РФ «Об образовании».
- 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 ЗПР в возрасте от 5 до 7 лет с учётом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей. Рабочая программа определяет содержание работы по обучению плаванию, условия и формы коррекционно-педагогической помощи детям дошкольного возраста с ЗПР

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 ЗПР. Данная рабочая программа реализуется 2 года 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» 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 ЗПР (реализации В ДОУ проводится целенаправленная работа по созданию условий для формирования начальных навыков плавания, включая основные формы:

- занятие по плаванию;

- непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию 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 ЗПР:

- 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 ЗПР 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 влияют 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; Федеральной образовательной программой дошкольного образования, утвержденной приказом Минпросвещения России от 25.11.2022 г. № 1028
- 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. 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:

- 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.

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,

} действия с предметами.

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 РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ С ЗПР

У детей с ЗПР наблюдается низкий (по сравнению с нормально развивающимися сверстниками) уровень развития восприятия. Это проявляется в необходимости более длительного периода времени для приема и переработки сенсорной информации; в недостаточности, ограниченности, фрагментарности знаний этих детей об окружающем мире; в затруднениях при узнавании предметов, находящихся в непривычном положении, контурных и схематических изображений. Эти дети не всегда узнают и часто смешивают сходные по начертанию буквы и их отдельные элементы, часто ошибочно воспринимают сочетания букв и т.д. По мнению ряда зарубежных психологов, в частности Г. Спиедек, такое отставание в развитии зрительного восприятия является одной из причин трудностей, испытываемых этими детьми в обучении.

У детей этой группы недостаточно сформированы и пространственные представления: ориентировка в направлениях пространства осуществляется на уровне практических действий, часто возникают трудности при пространственном анализе и синтезе ситуации. Так, ребенок может затрудняться в оценке форм предметов, воспринимаемых им с помощью осязания и зрения, он также испытывает затруднения при воспроизведении ритма, воспринимаемого на слух, графически или моторно.

Развитие и формирование пространственных представлений данного вида у детей с ЗПР также имеет свои особенности. Например, при складывании сложных геометрических фигур и узоров дети с ЗПР часто не могут осуществить полноценный анализ формы, установить симметричность, тождественность частей конструируемых фигур, расположить конструкцию на плоскости, соединить ее в единое целое.

В качестве наиболее характерных для детей с ЗПР особенностей внимания Л.И. Переслени и другими исследователями отмечаются его неустойчивость, рассеянность, низкая концентрация, трудности переключения. Недостатки внимания обуславливаются слабым развитием интеллектуальной активности детей, несовершенством навыков и умений самоконтроля, недостаточным развитием чувства ответственности и интереса к учению. У детей с ЗПР отмечается неравномерность и замедленность развития устойчивости внимания, а также широкий диапазон индивидуальных и возрастных различий этого качества. Характерной особенностью является выраженное нарушение у большинства из них функции активного внимания. Рассеянность внимания, усиливающаяся по мере выполнения задания, свидетельствует о повышенной психической истощенности ребенка. Для многих детей с ЗПР характерен ограниченный объем внимания, его фрагментарность. Ребенок воспринимает лишь отдельные части предъявляемой ему информации. Эти нарушения внимания способствуют задержке процесса формирования понятий.

Еще одним характерным признаком ЗПР являются отклонения в развитии памяти. Это касается всех видов запоминания: произвольного и произвольного, кратковременного и долговременного. Данная особенность распространяется на запоминание как наглядного, так и словесного материала, что сказывается на уровне успеваемости. Отмечаются снижение продуктивности запоминания и его неустойчивость: большая сохранность произвольной памяти по сравнению с произвольной; заметное преобладание наглядной памяти над словесной; низкий уровень самоконтроля в процессе заучивания и воспроизведения; недостаточная познавательная активность и целенаправленность при запоминании и воспроизведении; слабое умение использовать рациональные приемы запоминания; недостаточный объем и точность запоминания; низкий уровень опосредованного запоминания; преобладание механического запоминания над

словеснологическим; нарушение кратковременной памяти; быстрое забывание материала и низкая скорость запоминания (Т.В. Егорова, Н.Г. Поддубная, В.Л. Подобед). Выраженное отставание и своеобразие обнаруживаются и в развитии познавательной деятельности этих детей, начиная с ранних форм мышления - наглядно-действенного и наглядно-образного. У детей этой категории недостаточно сформированы основные мыслительные операции - анализ, синтез, сравнение, обобщение. При анализе предмета или явления они называют лишь поверхностные, несущественные качества с недостаточной полнотой и точностью. В результате дети с ЗПР выделяют в изображении почти вдвое меньше признаков, чем их нормально развивающиеся сверстники. Деятельность детей с задержкой психического развития характеризуется общей неорганизованностью, импульсивностью, недостаточной целенаправленностью, слабостью речевой регуляции; низкой активностью во всех ее видах (Г.И. Жаренкова, С.Г. Шевченко). Приступая к работе, дети часто проявляют нерешительность, задают вопросы, которые, как правило, касаются того, что уже было сказано педагогом или объяснено в учебнике; иногда самостоятельно вообще не могут понять формулировку задания. Дети с ЗПР испытывают трудности при необходимости сосредоточиться для поиска решения проблемы, что связано и со слабым развитием у них эмоционально-волевой сферы. Дети, как правило, отличаются эмоциональной неустойчивостью. В связи с этим у них часты колебания уровня работоспособности и активности, смена «рабочих» и «нерабочих» состояний. У детей с ЗПР снижена потребность в общении как со сверстниками, так и со взрослыми. У большинства из них обнаруживается повышенная тревожность по отношению к взрослым, от которых они зависят. Новый человек привлекает их внимание в значительно меньшей степени, чем новый предмет. В случае затруднений в деятельности такой ребенок скорее склонен прекратить работу, чем обратиться к взрослому за помощью. Дети, почти не стремятся получить от взрослого оценки своих качеств в развернутой форме, обычно их удовлетворяет оценка в виде недифференцированных определений («хороший мальчик», «молодец»), а также непосредственное эмоциональное одобрение (улыбка, поглаживание и т.д.). Одним из диагностических признаков задержки психического развития у детей рассматриваемой группы выступает несформированность игровой деятельности. У детей этой категории оказываются несформированными все компоненты сюжетно-ролевой игры: сюжет игры обычно не выходит за пределы бытовой тематики; содержание игр, отношения (игровые и реальные), способы общения и действия, сами игровые роли бедны, охватывают небольшое игровое общество на короткий временной срок. В играх отчетливо наблюдаются отсутствие творчества и слабость воображения. Усложнение правил игры зачастую приводит к ее фактическому распаду. Самостоятельно дети с ЗПР не проявляют активности в совместной игровой деятельности. Даже если взрослый побуждает детей к игровой деятельности и оговаривает ее тему, они параллельно разворачивают одинаковый или разные сюжеты, не пытаясь вступить друг с другом в общение. Нарушения поведения у детей с ЗПР в значительной степени связаны со слабостью регуляции произвольной деятельности, недостаточной ее целенаправленностью, несформированностью функции самоконтроля. Они, как правило, повышено оживлены, крайне внушаемы и подражательны, эмоции их поверхностны и неустойчивы. Поведение отличается значительным своеобразием.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ЗПР

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

К концу года дети могут:

1. Ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
2. Подниматься и скатываться с горки без помощи инструктора.
3. Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.
4. Знать и.п., последовательность выполнения общеразвивающих упражнений, понимать их оздоровительное значение.
5. Скользить по воде, выполняя задание.
6. Плавать при помощи круга и доски произвольно.
7. Участвовать в упражнениях с элементами спортивных игр.
8. Выполнять элементы гидро - аэробики, фанк - аэробики; самостоятельно организовывать знакомые п/и, придумывать с помощью инструктора игры на заданные сюжеты.
9. Продолжать развивать творчество в двигательной деятельности, формировать умение варьировать упражнения и игры, придумывать и выполнять имитационные и не имитационные упражнения, демонстрируя осознанность, красоту, грациозность, выразительность, пластичность движений.

Подготовительная группа (от 6 до 7 лет)

К концу года дети могут:

1. Выполнять правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье, ныряния).
2. Выполнять упражнения из разных и.п. четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.
3. Сохранять правильную осанку.
4. Ходить в воде переменным скользящим шагом, подниматься на горку и скатываться с неё.
10. Активно участвовать в играх с элементами спорта.
11. Плавать произвольно используя доски и круги.
12. Выполнять разнообразные комплексы фанк - аэробики.
13. Проявлять дисциплинированность, выдержку, самостоятельность и творчество в двигательной деятельности, демонстрировать красоту, грациозность, выразительность движений.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Возрастная группа	Температура воды (0С)	Температура воздуха (0С)	Глубина (м)
Старшая	+ 27... +280С	+24... +28 0С	0,8
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	гр. род. собрание

	повышения двигательной активности детей»	
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

-

.Учебный план

Возрастная группа	Количество ООД			
	в неделю	в месяц	в год	в неделю
Старшая	1	4	33	50мин
Подготовительная к школе	1	4	33	1 час

Продолжительность нахождения в бассейне в зависимости от возраста детей должна составлять: в старшей группе - 25 - 30 мин., в подготовительной группе - 25 – 30мин.

Прогулку детей после плавания в бассейне организуют не менее чем через 50 минут, в целях предупреждения переохлаждения детей.

План спортивных развлечений и праздников.

Возрастная группа	Количество проведения		Продолжительность проведения	
	развлечение	праздник	развлечение	праздник
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!

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

Возрастная группа	Количество занятий		Количество часов
	в неделю	в год	в неделю
Старшая	1	33	30мин
Подготовительная	1	33	35мин

Протокол обследования навыков плавания детей с ЗПР

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, всплытие, поднырявание, 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 правильно выполнении упражнения. Ребенок выполняет с помощью.

-Низкий уровень – указывает на неправильное выполнение движения. Ребенок не выполняет упражнение.

3.2 Организация развивающей предметно-пространственной среды в бассейне

длина бассейна – 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.
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. Бассейн расположен в основном здании учреждения на первом этаже.

Перечень оборудования для обеспечения доступности среды для детей с ОВЗ

№ 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	4 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. Булатова М.М., Сахновский К.П. Плавание для здоровья.- Киев: Здоровье, 1988.
6. Кубышкин В.И. Учите школьников плавать: книга для учителя.- М.: Просвещение, 1988.
7. Осокина Т.И. Как научить детей плавать: пособие для воспитателей детского сада.- М.: Просвещение, 1985.
8. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Богина Т.Л. Обучение плаванию в детском саду. – М.: Просвещение, 1991.
9. Пищикова Н.Г.Обучение плаванию детей дошкольного возраста.- М.: Издательство «Скрипторий 2003»,-2008.
10. Погадаев Г.И.: Пособие «Физкульт –Ура!».-М.: Школьная пресса, 2003.
11. Фирсов З.П. Плавать раньше, чем ходить.- М.: Физкультура и спорт, 1998.