

СОГЛАСОВАНО:  
Педагогический совет  
МБДОУ «Детский сад № 54  
«Веснушки»  
Протокол заседания  
от 30.08.2022 г. № 1

УТВЕРЖДЕН:  
Приказом МБДОУ «Детский сад  
№ 54 «Веснушки»  
от 06.09.2022 г. № 72-од

**Рабочая программа  
инструктора по физической культуре  
(плавание)  
(срок реализации 1 год)**

Составители:  
инструктор по плаванию  
Городецкая А.Р.

## Содержание

<b>I.</b>	<b>ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</b>	<b>3</b>
<b>1.1.</b>	Пояснительная записка	3
<b>1.1.1.</b>	Цели и задачи реализации Программы	3
<b>1.1.2.</b>	Принципы и подходы к формированию Программы	3
<b>1.1.3.</b>	Значимые характеристики, необходимые для разработки и реализации Программы	5
<b>1.2.</b>	Планируемые результаты освоения Программы	11
<b>II.</b>	<b>СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>	<b>13</b>
<b>2.1.</b>	Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития ребенка (по образовательным областям)	13
<b>2.2.</b>	Планирование работы с детьми	23
<b>2.3.</b>	Перспективный план непрерывно образовательной деятельности по плаванию	26
<b>2.4.</b>	Способы и направления поддержки детской инициативы	32
<b>2.5.</b>	Особенности взаимодействия с семьями воспитанников	35
<b>III</b>	<b>ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</b>	<b>42</b>
<b>3.1.</b>	Описание материально-технического обеспечения Программы	42
<b>3.2.</b>	Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	43
<b>3.3.</b>	Режим дня	44
<b>3.4.</b>	Особенности традиционных событий и праздников	45
<b>3.5.</b>	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	47
	<b>Краткая презентация</b>	<b>48</b>

# **I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

## **1.1 Пояснительная записка**

Рабочая программа по обучению плаванию разработана на основе основной образовательной программы дошкольного образования МБДОУ «Детский сад № 54 «Веснушки». Программа предназначена для работы с детьми от 3 до 7 лет и рассчитана на один учебный год.

### **1.1.1. Цели и задачи реализации Программы**

**Цель:** совершенствование умений и навыков основных движений, закаливание и укрепление детского организма, создание основы для разностороннего физического развития.

**Задачи программы** соответствуют требованиям ФГОС ДО и направлены на:

- формировать устойчивый интерес к занятиям по плаванию;
- обучать и закреплять у воспитанников знания о правилах поведения на воде, умение преодолевать страх перед новой водной средой;
- укреплять здоровье, способствовать психическому и физическому развитию дошкольников;
- воспитание нравственно-волевых качеств: настойчивости, смелости, выдержки, силы воли;
- создать условия для творческого самовыражения детей в игровых действиях на воде, развивать двигательную активность;
- воспитывать бережное отношение к своему здоровью, представление об оздоровительном воздействии плавания на организм;
- содействовать приобретению двигательного опыта детей по плаванию, повышению уровня ежедневной двигательной активности.

### **1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы**

В соответствии со Стандартом Программа построена на следующих принципах:

- *Поддержка разнообразия детства.* Программа рассматривает разнообразие как ценность, образовательный ресурс и предполагает использование разнообразия для обогащения образовательного процесса. Организация выстраивает образовательную деятельность с учетом региональной специфики, социокультурной ситуации развития каждого ребенка, его возрастных и индивидуальных особенностей, ценностей, мнений и способов их выражения.
- *Позитивная социализация.* Приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.

- *Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия* взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников Организации) и детей.
- *Сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.* Этот принцип предполагает активное участие всех субъектов образовательных отношений – как детей, так и взрослых – в реализации программы.
- *Сотрудничество Организации с семьей.* Сотрудничество, кооперация с семьей, открытость в отношении семьи, уважение семейных ценностей и традиций, их учет в образовательной работе.
- *Сетевое взаимодействие с организациями* социализации, образования, охраны здоровья и другими партнерами, которые могут внести вклад в развитие и образование детей.
- *Индивидуализация дошкольного образования* предполагает такое построение образовательной деятельности, которое открывает возможности для индивидуализации образовательного процесса, появления индивидуальной траектории развития каждого ребенка с характерными для данного ребенка спецификой и скоростью, учитывающей его интересы, мотивы, способности и возрастно-психологические особенности.
- *Возрастная адекватность образования.* Этот принцип предполагает подбор педагогом содержания и методов дошкольного образования в соответствии с возрастными особенностями детей.
- *Развивающее вариативное образование.* Этот принцип предполагает, что образовательное содержание предлагается ребенку через разные виды деятельности с учетом его актуальных и потенциальных возможностей усвоения этого содержания и совершения им тех или иных действий, с учетом его интересов, мотивов и способностей.
- *Полнота содержания и интеграция отдельных образовательных областей.*

Основные подходы к формированию Программы:

- *Системный подход* - относительно самостоятельные компоненты рассматриваются как совокупность взаимосвязанных компонентов: цели образования, субъекты педагогического процесса: педагог и воспитанник, содержание образования, методы, формы, средства педагогического процесса. Задача воспитателя: учет взаимосвязи компонентов.
- *Личностно-ориентированный подход* - личность как цель, субъект, результат и главный критерий эффективности педагогического процесса. Задача воспитателя: создание условий для саморазвития задатков и творческого потенциала личности.

- *Деятельностный подход* - деятельность рассматривается как основа, средство и условие развития личности, это целесообразное преобразование модели окружающей действительности. Задачи воспитателя: выбор и организация деятельности ребенка с позиции субъекта познания труда и общения (активность самого).

- *Индивидуальный подход* - учет индивидуальных особенностей каждого ребенка. Задачи воспитателя: индивидуальный подход необходим каждому ребенку, как «трудному», так и благополучному, т.к. помогает ему осознать свою индивидуальность, научиться управлять своим поведением, эмоциями, адекватно оценивать собственные сильные и слабые стороны.

- *Аксиологический (ценностный) подход* - предусматривает организацию воспитания на основе определенных ценностей, которые, с одной стороны, становятся целью и результатом воспитания, а с другой – его средством.

- *Компетентностный подход* - является основным результатом образовательной деятельности становится формирование основ компетентностей как постоянно развивающейся способности воспитанников самостоятельно действовать при решении актуальных проблем, т.е. быть готовым: решать проблемы в сфере учебной деятельности; объяснять явления действительности, их сущность, причины, ориентироваться в проблемах современной жизни; решать проблемы, связанные с реализацией определенных социальных ролей.

- *Культурологический подход* – это методологическое основание процесса воспитания, предусматривающее опору в обучении и воспитании на национальные традиции народа, его культуру, национальные и этнические особенности.

### 1.1.3. Значимые характеристики, необходимые для разработки и реализации Программы

#### Основные характеристики воспитанников: возрастные и индивидуальные.

Социальная ситуация развития	Ведущая деятельность ребенка
<b>3-7 лет</b>	
На этапе дошкольного возраста социальная ситуация развития характеризуется тем, что ребенок открывает для себя мир человеческих отношений. Главная потребность	Это период наиболее интенсивного освоения смыслов и целей человеческой деятельности, период интенсивной ориентации в них. Главным новообразованием становится новая внутренняя позиция, новый уровень осознания своего места в системе общественных отношений. Если в конце раннего детства ребенок говорит: «Я большой», то к 7 годам он начинает считать себя маленьким. Такое понимание основано на осознании своих возможностей и способностей. Ребенок понимает, что для того, чтобы включиться в мир взрослых, необходимо долго учиться. Конец дошкольного детства знаменует собой стремление занять более взрослую позицию, то есть

<p>ребенка состоит в том, чтобы войти в мир взрослых, быть как они и действовать вместе с ними. Но реально выполнять функции старших ребенок не может. Поэтому складывается противоречие между его потребностью быть как взрослый и ограниченными реальными возможностями. Данная потребность удовлетворяется в новых видах деятельности, которые осваивает дошкольник.</p>	<p>пойти в школу, выполнять более высоко оцениваемую обществом и более значимую для него деятельность - учебную. В дошкольном детстве значительные изменения происходят во всех сферах психического развития ребенка. Как ни в каком другом возрасте, <b>ребенок осваивает широкий круг деятельности: игровую, трудовую, продуктивную, бытовую, общение; формируется как техническая, так и мотивационно-целевая сторона разных видов деятельности.</b></p> <p>Главным итогом развития всех видов деятельности являются, с одной стороны, овладение моделированием как центральной умственной способностью, с другой стороны, формирование произвольного поведения. Дошкольник учится ставить более отдаленные цели, опосредованные представлением, и стремиться к их достижению. В познавательной сфере главным достижением является освоение средств и способов познавательной деятельности. Между познавательными процессами устанавливаются тесные взаимосвязи, они всё более и более интеллектуализируются, осознаются, приобретают произвольный, характер. Складывается первый схематический абрис детского мировоззрения на основе дифференциации природных и общественных явлений, живой и неживой природы, растительного и животного мира. В сфере развития личности возникают первые этические инстанции, складывается соподчинение мотивов, формируется дифференцированная самооценка и личностное сознание.</p>
---	---

### **Младший дошкольный возраст: от 3 до 4**

Четвёртый год жизни ребёнка характеризуется особенностью развития дыхательной системы. К 3–4 годам устанавливается лёгочный тип дыхания, но строение лёгочной ткани не завершено, поэтому лёгочная вентиляция ограничена. Многие движения ребенка резки и угловаты, низка выносливость мышечной системы, а значит статическое напряжение мышц кратковременно, и малыш не может сидеть или стоять не меняя позы. Сила мышц кисти рук увеличивается с 3,5 кг до 4.

Вес–ростовые показатели физического развития между девочками и мальчиками почти одинаковы: рост составляет 92 – 99 см, масса тела 14 – 16 кг.

На четвёртом году жизни ребёнок владеет большим объёмом двигательных навыков, способен совершать достаточно сложные двигательные действия, соблюдая определённую последовательность. Детей характеризует большая осознанность восприятия показа движений и словесного пояснения, что положительно сказывается на качестве выполнения упражнения. Однако, отмечается ещё недостаточная слаженность в работе разнообразных мышечных групп (плечевого пояса, туловища, ног), не сформирована произвольность движений.

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

Пятый год жизни ребёнка характеризуется дисбалансом в развитии дыхательного аппарата: при относительной мощности лёгких пока ещё узок просвет верхних воздухоносных путей (полости носа, гортани) и слабы дыхательные мышцы. Вместе с тем размах грудной клетки при вдохе и выдохе значительно шире, вследствие чего жизненная ёмкость лёгких у пятилетнего ребёнка значительно больше, чем у 3 – 4 летнего. Дыхательные пути сравнительно узки, что вызывает преобладание брюшного типа дыхания, при котором главной дыхательной мышцей является диафрагма. С четырёх лет у детей уже довольно хорошо развиты миндалины, и они легко гипертрофируются. В этом возрасте обычно учащаются ангины, и в миндалинах нередко формируется очаг хронической инфекции. Малыши страдают аденоидами, и дыхание их через нос затруднено.

Интенсивно развивается кровеносная система. Сердечно – сосудистая система, при условии соблюдения адекватности нагрузок, сравнительно лучше приспособлена к потребностям растущего организма, чем дыхательная.

В течение пятого года жизни происходит значительный сдвиг в развитии мускулатуры, в том числе - нервно-психической регуляции и её функций, возрастают сила и работоспособность мышц. Мелкие мышцы (пальцев, кистей, стоп) ещё недостаточно развиты в сравнении с крупной мускулатурой, из-за чего детям даются движения всей рукой, а не её мелкими мышечными группами. Кроме того, сила мышц-сгибателей больше силы мышц - разгибателей, что определяет особенности поз ребёнка – голова слегка наклонена вперёд, живот выпячен, ноги согнуты в коленных суставах.

Быстро вырабатываются условные рефлексy, но закрепляются не сразу, поэтому навыки ребёнка, вначале непрочны и легко разрушаются. Процессы возбуждения и торможения в коре головного мозга легко распространяются, поэтому внимание детей неустойчиво, ответные реакции носят эмоциональный характер и дети быстро утомляются. Дошкольникам свойственна большая отвлекаемость внимания, им обычно трудно сконцентрироваться на решении какой – нибудь задачи.

Тем не менее, на пятом году жизни движения ребёнка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает всё более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятие, развивается целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движения, выделять их элементы. У них появляется интерес к результатам движения, потребность выполнять его в соответствии с образом. Всё это позволяет педагогу приступить к обучению техники основных движений, отработке их качества.

### **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 незавершенно (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).

### **Старший дошкольный возраст (от 6 до 7 лет)**

Седьмой год жизни ребёнка характеризуется продолжением активного формирования осанки и свода стопы. Так как костная ткань богата органическими элементами, то скелет старших дошкольников всё ещё эластичен и подвержен деформации. Это может стать причиной травм не только конечностей, но и позвоночника. К семи годам у ребёнка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по – прежнему слабы мелкие мышцы. У детей ярко выражен грудной тип дыхания. Лёгочная ткань имеет большое количество лимфатических сосудов и респираторных бронхиол, поэтому для детей этого возраста характерны болезни, связанные с воспалительными процессами в лёгких.

Резервные возможности сердечно – сосудистой и дыхательной системы у детей достаточно высоки. Динамика нервной системы облегчает освоение детьми движений, физических упражнений, улучшается качество двигательной деятельности дошкольников. Движения ребёнка становятся более координированными и точными. Основой проявления двигательной деятельности является развитие устойчивого равновесия.

В двигательной деятельности формируются навыки самоорганизации, взаимоконтроля. Дети проявляют волевые усилия при выполнении заданий, для



них важен результат. Появляется возможность на основе закладываемой произвольности сформировать у детей потребность заниматься физическими упражнениями, развивать самостоятельность, инициативу в освоении новых видов движений.

### **Дополнительные значимые характеристики, необходимые для разработки и реализации Программы**

Для выявления индивидуальных особенностей воспитанников осуществляется педагогическое сопровождение детей, которое осуществляется на основании данных о состоянии здоровья детей, выявления особенностей развития ребенка. Для неуспевающих детей предусмотрен индивидуальный план работы.

#### **Перспективный план индивидуальной работы с детьми средней группы**

Навыки, требующие дополнительной работы	Упражнения
1. Погружение в воду, передвижение и ориентирование под водой	1.1. Погружение в воду с опорой 1.2. Приседания в воде 1.3. Ходьба по дну руками вперед и назад
2. Передвижение в воде по дну бассейна разными способами.	2.1. Погружение в воду без опоры
3. Выдох в воду	3.1. Выдох на воду 3.2. Погружение в воду с головой.

#### **Перспективный план индивидуальной работы с детьми старшей группы**

Навыки, требующие дополнительной работы	Упражнения
1. Выдох в воду	1.1. Выдох на воду 1.2. Погружение в воду с головой.
2. Лежание на воде. Погружение в воду, передвижение и ориентирование под водой	2.1. Лежание на воде с поддержкой преподавателя 2.2. Погружение в воду с головой, с отрыванием ног от дна
3. Выдох в воду	

#### **Перспективный план индивидуальной работы с детьми подготовительной к школе группы**

Навыки, требующие дополнительной работы	Упражнения
<p>1. Скольжение на груди, спине.</p> <p>2. Работа ногами, как при плавании способом «кроль».</p> <p>3. Работа руками, как при плавании способом «кроль»</p>	<p>1.1. Скольжение на спине с помощью педагога, вспомогательных снарядов</p> <p>1.2. Использование разных отталкиваний: от дна, одной ногой от бортика, двумя ногами</p> <p>2.1. Движение ногами в воде, опираясь на руки</p> <p>2.2. Движения ногами, лёжа на груди с опорой</p> <p>2.3. Движения ногами в скольжении на груди</p> <p>3.1. Движения руками на суше в сочетании с дыханием</p> <p>3.2. Движения руками в воде в опорных положениях в сочетании с дыханием</p>

## 1.2. Планируемые результаты освоения Программы

Целевые ориентиры дошкольного образования, представленные в ФГОС ДО, следует рассматривать как социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка, являются общими для всего образовательного пространства Российской Федерации.

### **Вторая младшая группа**

К 3 годам:

- Погружать лицо и голову в воду
- Ходить вперед и назад (вперед спиной) в воде глубиной до бедер или до груди с помощью рук.
- Бегать вперед и назад (игра «Догони меня», «Бегом за мячом»).
- Выполнять упражнение «Крокодильчик» с работой ног.
- Выполнять вдох над водой и выдох в воду.
- Пытаться выполнять выдох с погружением в воду.
- Прыгать по бассейну с продвижением вперед.
- Выпрыгивать вверх из приседа в воде глубиной до бедер или до груди.
- Пытаться лежать на воде вытянувшись в положении на груди и на спине.
- Пытаться скользить по поверхности воды.

### **Средняя группа**

К пяти годам:

- Скользить на груди, выполнять упражнения в паре «На буксире».
- Выполнять упражнения «Звездочка», «Медуза». К концу года дети могут.
- Погружать лицо и голову в воду, открывать глаза в воде.
- Бегать парами.
- Пытаться проплыть тоннель, подныривать под гимнастическую палку.
- Делать попытку доставать предметы со дна.
- Выполнять вдох над водой и выдох в воду с неподвижной опорой.
- Выполнять упражнение на дыхание «Ветерок».
- Выполнять серию прыжков продвижением вперед, простейший прыжок ногами вперед
- Выпрыгивать вверх из приседа в воде глубиной до бедер или до груди.

### **Старшая группа**

К шести годам:

- Погружать лицо и голову в воду, открывать глаза в воде.
- Бегать парами.

- Нырять в обруч, проплывать тоннель, подныривать под гимнастическую палку.
- Доставать предметы со дна, выполнять игровое упражнение «Ловец».
- Выполнять вдох над водой и выдох в воду с неподвижной опорой.
- Выполнять серии выдохов в воду, упражнение на задержку дыхания «Кто дольше».
- Выполнять прыжок ногами вперед, пытаться соскакать в воду головой вперед.
- Скользить на груди с работой ног, с работой рук.
- Пытаться скользить на спине, лежать с плавательной доской.
- Продвигаться с плавательной доской с работой ног на груди.
- Выполнять упражнения «Звездочка» на груди, на спине.
- Выполнять упражнение «Поплавок».

### **Подготовительная группа**

К семи годам:

- Погружаться в воду, открывать глаза в воде.
- Поднимать со дна предметы с открыванием глаз под водой.
- Нырять в обруч, проплывать тоннель, мост.
- Выполнять вдох над водой и выдох в воду с неподвижной опорой.
- Выполнять серии выдохов в воду, ритмичный вдох - выдох в сочетании с движениями ног, дышать в положении лежа на груди с поворотом головы в сторону с неподвижной опорой
- Выполнять прыжок ногами вперед, головой вперед.
- Скользить на груди и на спине с работой ног, с работой рук.
- Пытаться скользить на спине, лежать с плавательной доской.
- Продвигаться с плавательной доской с работой ног на груди и на спине.
- Выполнять упражнения «Звездочка» на груди, на спине, Упражнение «Медуза» на длительность лежания.
- Плавать на груди с работой рук, с работой ног.
- Пытаться плавать способом на груди и на спине

## II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 2.1. Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития ребенка по образовательным областям

Содержание Программы обеспечивает развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности и охватывает следующие структурные единицы, представляющие определенные направления развития и образования детей – образовательные области.

#### **Дошкольный возраст (3-7 лет)**

##### **Социально-коммуникативное развитие**

В области социально-коммуникативного развития ребенка в условиях информационной социализации основными *задачами* образовательной деятельности являются создание условий для:

- развития положительного отношения ребенка к себе и другим людям;
- развития коммуникативной и социальной компетентности, в том числе информационно-социальной компетентности;
- развития игровой деятельности;
- развития компетентности в виртуальном поиске.

*В сфере развития положительного отношения ребенка к себе и другим людям*

Взрослые создают условия для формирования у ребенка положительного самоощущения – уверенности в своих возможностях, в том, что он хороший, его любят.

Способствуют развитию у ребенка чувства собственного достоинства, осознанию своих прав и свобод (иметь собственное мнение, выбирать друзей, игрушки, виды деятельности, иметь личные вещи, по собственному усмотрению использовать личное время).

Взрослые способствуют развитию положительного отношения ребенка к окружающим его людям: воспитывают уважение и терпимость к другим детям и взрослым, вне зависимости от их социального происхождения, расовой и национальной принадлежности, языка, вероисповедания, пола, возраста, личностного и поведенческого своеобразия; воспитывают уважение к чувству собственного достоинства других людей, их мнениям, желаниям, взглядам.

*В сфере развития коммуникативной и социальной компетентности*

У детей с самого раннего возраста возникает потребность в общении и социальных контактах. Первый социальный опыт дети приобретают в семье, в повседневной жизни, принимая участие в различных семейных событиях. Уклад жизни и ценности семьи оказывают влияние на социально-коммуникативное развитие детей.

Взрослые создают в ДОО различные возможности для приобщения детей к ценностям сотрудничества с другими людьми, прежде всего реализуя принципы личностно-развивающего общения и содействия, предоставляя детям возможность принимать участие в различных событиях, планировать совместную работу. Это способствует развитию у детей чувства личной ответственности, ответственности за другого человека, чувства «общего дела», понимания необходимости согласовывать с партнерами по деятельности мнения и действия. Взрослые помогают детям распознавать эмоциональные переживания и состояния окружающих, выражать собственные переживания. Способствуют формированию у детей представлений о добре и зле, обсуждая с ними различные ситуации из жизни, из рассказов, сказок, обращая внимание на проявления щедрости, жадности, честности, лживости, злости, доброты и др., таким образом создавая условия освоения ребенком этических правил и норм поведения.

Взрослые предоставляют детям возможность выражать свои переживания, чувства, взгляды, убеждения и выбирать способы их выражения, исходя из имеющегося у них опыта. Эти возможности свободного самовыражения играют ключевую роль в развитии речи и коммуникативных способностей, расширяют словарный запас и умение логично и связно выражать свои мысли, развивают готовность принятия на себя ответственности в соответствии с уровнем развития.

Интерес и внимание взрослых к многообразным проявлениям ребенка, его интересам и склонностям повышает его доверие к себе, веру в свои силы. Возможность внести свой вклад в общее дело и повлиять на ход событий, например, при участии в планировании, возможность выбора содержания и способов своей деятельности помогает детям со временем приобрести способность и готовность к самостоятельности и участию в жизни общества, что характеризует взрослого человека современного общества, осознающего ответственность за себя и сообщество.

Взрослые способствуют развитию у детей социальных навыков: при возникновении конфликтных ситуаций не вмешиваются, позволяя детям решить конфликт самостоятельно и помогая им только в случае необходимости. В различных социальных ситуациях дети учатся договариваться, соблюдать очередность, устанавливать новые контакты. Взрослые способствуют освоению детьми элементарных правил этикета и безопасного поведения дома, на улице. Создают условия для развития бережного, ответственного отношения ребенка к окружающей природе, рукотворному миру, а также способствуют усвоению детьми правил безопасного поведения, прежде всего на своем собственном

примере и примере других, сопровождая собственные действия и/или действия детей комментариями.

#### *В сфере развития игровой деятельности*

Взрослые создают условия для свободной игры детей, организуют и поощряют участие детей в сюжетно-ролевых, дидактических, развивающих компьютерных играх и других игровых формах; поддерживают творческую импровизацию в игре. Используют дидактические игры и игровые приемы в разных видах деятельности и при выполнении режимных моментов.

#### **Познавательное развитие**

В области познавательного развития ребенка основными **задачами образовательной деятельности** являются создание условий для:

– развития любознательности, познавательной активности, познавательных способностей детей;

– развития представлений в разных сферах знаний об окружающей действительности, в том числе о виртуальной среде, о возможностях и рисках Интернета.

*В сфере развития любознательности, познавательной активности, познавательных способностей*

Взрослые создают насыщенную предметно-пространственную среду, стимулирующую познавательный интерес детей, исследовательскую активность, элементарное экспериментирование с различными веществами, предметами, материалами.

Ребенок с самого раннего возраста проявляет исследовательскую активность и интерес к окружающим предметам и их свойствам, а в возрасте 3-5 лет уже обладает необходимыми предпосылками для того, чтобы открывать явления из естественнонаучной области, устанавливая и понимая простые причинные взаимосвязи «если... то...».

Уже в своей повседневной жизни ребенок приобретает многообразный опыт соприкосновения с объектами природы – воздухом, водой, огнем, землей (почвой), светом, различными объектами живой и неживой природы и т. п. Ему нравится наблюдать природные явления, исследовать их, экспериментировать с ними. Он строит гипотезы и собственные теории, объясняющие явления, знакомится с первичными закономерностями, делает попытки разбираться во взаимосвязях, присущих этой сфере.

Возможность свободных практических действий с разнообразными материалами, участие в элементарных опытах и экспериментах имеет большое значение для умственного и эмоционально-волевого развития ребенка, способствует построению целостной картины мира, оказывает стойкий долговременный эффект. У ребенка формируется понимание, что окружающий

мир полон загадок, тайн, которые еще предстоит разгадать. Таким образом, перед ребенком открывается познавательная перспектива дальнейшего изучения природы, мотивация расширять и углублять свои знания.

Помимо поддержки исследовательской активности, взрослый организует познавательные игры, поощряет интерес детей к различным развивающим играм и занятиям, например, лото, шашкам, шахматам, конструированию и пр.

*В сфере развития представлений в разных сферах знаний об окружающей действительности*

Взрослые создают возможности для развития у детей общих представлений об окружающем мире, о себе, других людях, в том числе общих представлений в естественнонаучной области, математике, экологии. Взрослые читают книги, проводят беседы, экскурсии, организуют просмотр фильмов, иллюстраций познавательного содержания и предоставляют информацию в других формах. Побуждают детей задавать вопросы, рассуждать, строить гипотезы относительно наблюдаемых явлений, событий.

Знакомство с социокультурным окружением предполагает знакомство с названиями улиц, зданий, сооружений, организаций и их назначением, с транспортом, дорожным движением и правилами безопасности, с различными профессиями людей.

Усвоение детьми ценностей, норм и правил, принятых в обществе, лучше всего происходит при непосредственном участии детей в его жизни, в практических ситуациях, предоставляющих поводы и темы для дальнейшего обсуждения.

Широчайшие возможности для познавательного развития предоставляет свободная игра. Следуя интересам и игровым потребностям детей, взрослые создают для нее условия, поддерживают игровые (ролевые) действия, при необходимости предлагают варианты развертывания сюжетов, в том числе связанных с историей и культурой, а также с правилами поведения и ролями людей в социуме.

Участвуя в повседневной жизни, наблюдая за взрослыми, ребенок развивает математические способности и получает первоначальные представления о значении для человека счета, чисел, приобретает знания о формах, размерах, весе окружающих предметов, времени и пространстве, закономерностях и структурах. Испытывая положительные эмоции от обращения с формами, количествами, числами, а также с пространством и временем, ребенок незаметно для себя начинает еще до школы осваивать их математическое содержание.

Благодаря освоению математического содержания окружающего мира в дошкольном возрасте у большинства детей развиваются предпосылки успешного



учения в школе и дальнейшего изучения математики на протяжении всей жизни. Для этого важно, чтобы освоение математического содержания на ранних ступенях образования сопровождалось позитивными эмоциями – радостью и удовольствием.

Предлагая детям математическое содержание, нужно также иметь в виду, что их индивидуальные возможности и предпочтения будут различными и поэтому освоение детьми математического содержания носит сугубо индивидуальный характер. По завершении этапа дошкольного образования между детьми наблюдается большой разброс в знаниях, умениях и навыках, касающихся математического содержания.

В соответствии с принципом интеграции образовательных областей Программа предполагает взаимосвязь математического содержания с другими разделами Программы. Особенно тесно математическое развитие в раннем и дошкольном возрасте связано с социально-коммуникативным и речевым развитием. Развитие математического мышления происходит и совершенствуется через речевую коммуникацию с другими детьми и взрослыми, включенную в контекст взаимодействия в конкретных ситуациях.

Воспитатели систематически используют ситуации повседневной жизни для математического развития, например, классифицируют предметы, явления, выявляют последовательности в процессе действий «сначала это, потом то...» (ход времени, развитие сюжета в сказках и историях, порядок выполнения деятельности и др.), способствуют формированию пространственного восприятия (спереди, сзади, рядом, справа, слева и др.) и т. п., осуществляя при этом речевое сопровождение.

Элементы математики содержатся и могут отрабатываться на занятиях музыкой и танцами, движением и спортом. На музыкальных занятиях при освоении ритма танца, при выполнении физических упражнений дети могут осваивать счет, развивать пространственную координацию. Для этого воспитателем совместно с детьми осуществляется вербализация математических знаний, например, фразами «две ноги и две руки», «встать парами», «рассчитаться на первый и второй», «в команде играем вчетвером»; «выполняем движения под музыку в такт: раз, два, три, раз, два, три»; «встаем в круг» и др.

Математические элементы могут возникать в рисунках детей (фигуры, узоры), при лепке, конструировании и др. видах детской творческой активности. Воспитатели обращают внимание детей на эти элементы, проговаривая их содержание и употребляя соответствующие слова-понятия (круглый, больше, меньше, спираль – о домике улитки, квадратный, треугольный – о рисунке дома с окнами и т. п.).

У детей развивается способность ориентироваться в пространстве (право, лево, вперед, назад и т. п.); сравнивать, обобщать (различать, классифицировать) предметы; понимать последовательности, количества и величины; выявлять различные соотношения (например, больше – меньше, толще – тоньше, длиннее – короче, тяжелее – легче и др.); применять основные понятия, структурирующие время (например, до – после, вчера – сегодня – завтра, названия месяцев и дней); правильно называть дни недели, месяцы, времена года, части суток. Дети получают первичные представления о геометрических формах и признаках предметов и объектов (например, круглый, с углами, с таким-то количеством вершин и граней), о геометрических телах (например, куб, цилиндр, шар).

У детей формируются представления об использовании слов, обозначающих числа. Они начинают считать различные объекты (например, предметы, звуки и т. п.) до 10, 20 и далее, в зависимости от индивидуальных особенностей развития.

Развивается понимание соотношения между количеством предметов и обозначающим это количество числовым символом; понимание того, что число является выражением количества, длины, веса, времени или денежной суммы; понимание назначения цифр как способа кодировки и маркировки числа (например, номер телефона, почтовый индекс, номер маршрута автобуса).

Развивается умение применять такие понятия, как «больше, меньше, равно»; устанавливать соотношения (например, «как часто», «как много», «насколько больше») использовать в речи геометрические понятия (например, «треугольник, прямоугольник, квадрат, круг, куб, шар, цилиндр, точка, сторона, угол, площадь, вершина угла, грань»).

Развивается способность воспринимать «на глаз» небольшие множества до 6–10 объектов (например, при играх с использованием игровых костей или на пальцах рук).

Развивается способность применять математические знания и умения в практических ситуациях в повседневной жизни (например, чтобы положить в чашку с чаем две ложки сахара), в различных видах образовательной деятельности (например, чтобы разделить кубики поровну между участниками игры), в том числе в других образовательных областях.

Развитию математических представлений способствует наличие соответствующих математических материалов, подходящих для счета, сравнения, сортировки, выкладывания последовательностей и т. п.

### **Речевое развитие**

В области речевого развития ребенка основными *задачами образовательной деятельности* является создание условий для:

– формирования основы речевой и языковой культуры, совершенствования разных сторон речи ребенка;

– приобщения детей к культуре чтения художественной литературы.

#### *В сфере совершенствования разных сторон речи ребенка*

Речевое развитие ребенка связано с умением вступать в коммуникацию с другими людьми, умением слушать, воспринимать речь говорящего и реагировать на нее собственным откликом, адекватными эмоциями, то есть тесно связано с социально-коммуникативным развитием. Полноценное речевое развитие помогает дошкольнику устанавливать контакты, делиться впечатлениями. Оно способствует взаимопониманию, разрешению конфликтных ситуаций, регулированию речевых действий. Речь как важнейшее средство общения позволяет каждому ребенку участвовать в беседах, играх, проектах, спектаклях, занятиях и др., проявляя при этом свою индивидуальность. Педагоги должны стимулировать общение, сопровождающее различные виды деятельности детей, например, поддерживать обмен мнениями по поводу детских рисунков, рассказов и т. д.

Овладение речью (диалогической и монологической) не является изолированным процессом, оно происходит естественным образом в процессе коммуникации: во время обсуждения детьми (между собой или со взрослыми) содержания, которое их интересует, действий, в которые они вовлечены. Таким образом, стимулирование речевого развития является сквозным принципом ежедневной педагогической деятельности во всех образовательных областях.

Взрослые создают возможности для формирования и развития звуковой культуры, образной, интонационной и грамматической сторон речи, фонематического слуха, правильного звуко и слово произношения, поощряют разучивание стихотворений, скороговорок, чистоговорок, песен; организуют речевые игры, стимулируют словотворчество.

#### *В сфере приобщения детей к культуре чтения литературных произведений*

Взрослые читают детям книги, стихи, вспоминают содержание и обсуждают вместе с детьми прочитанное, способствуя пониманию, в том числе на слух. Детям, которые хотят читать сами, предоставляется такая возможность.

У детей активно развивается способность к использованию речи в повседневном общении, а также стимулируется использование речи в области познавательно-исследовательского, художественно-эстетического, социально-коммуникативного и других видов развития. Взрослые могут стимулировать использование речи для познавательно-исследовательского развития детей, например, отвечая на вопросы «Почему?..», «Когда?..», обращая внимание детей на последовательность повседневных событий, различия и сходства, причинно-

следственные связи, развивая идеи, высказанные детьми, вербально дополняя их. Например, ребенок говорит: «Посмотрите на это дерево», а педагог отвечает: «Это береза. Посмотри, у нее набухли почки и уже скоро появятся первые листочки».

Детям с низким уровнем речевого развития взрослые позволяют отвечать на вопросы не только словесно, но и с помощью жестикюляции или специальных средств.

Речевому развитию способствуют наличие в развивающей предметно-пространственной среде открытого доступа детей к различным литературным изданиям, предоставление места для рассматривания и чтения детьми соответствующих их возрасту книг, наличие других дополнительных материалов, например, плакатов и картин, рассказов в картинках, аудиозаписей литературных произведений и песен, а также других материалов.

### **Художественно-эстетическое развитие**

В области художественно-эстетического развития ребенка основными *задачами образовательной деятельности* являются создание условий для:

- развития у детей интереса к эстетической стороне действительности, ознакомления с разными видами и жанрами искусства (словесного, музыкального, изобразительного), в том числе народного творчества;

- развития способности к восприятию музыки, художественной литературы, фольклора;

- приобщения к разным видам художественно-эстетической деятельности, развития потребности в творческом самовыражении, инициативности и самостоятельности в воплощении художественного замысла.

*В сфере развития у детей интереса к эстетической стороне действительности, ознакомления с разными видами и жанрами искусства, в том числе народного творчества*

Программа относит к образовательной области художественно-эстетического развития приобщение детей к эстетическому познанию и переживанию мира, к искусству и культуре в широком смысле, а также творческую деятельность детей в изобразительном, пластическом, музыкальном, литературном и др. видах художественно-творческой деятельности.

Эстетическое отношение к миру опирается прежде всего на восприятие действительности разными органами чувств. Взрослые способствуют накоплению у детей сенсорного опыта, обогащению чувственных впечатлений, развитию эмоциональной отзывчивости на красоту природы и рукотворного мира, сопереживания персонажам художественной литературы и фольклора.

Взрослые знакомят детей с классическими произведениями литературы, живописи, музыки, театрального искусства, произведениями народного

творчества, рассматривают иллюстрации в художественных альбомах, организуют экскурсии на природу, в музеи, демонстрируют фильмы соответствующего содержания, обращаются к другим источникам художественно-эстетической информации.

*В сфере приобщения к разным видам художественно-эстетической деятельности, развития потребности в творческом самовыражении, инициативности и самостоятельности в воплощении художественного замысла*

Взрослые создают возможности для творческого самовыражения детей: поддерживают инициативу, стремление к импровизации при самостоятельном воплощении ребенком художественных замыслов; вовлекают детей в разные виды художественно-эстетической деятельности, в сюжетно-ролевые и режиссерские игры, помогают осваивать различные средства, материалы, способы реализации замыслов.

В изобразительной деятельности (рисовании, лепке) и художественном конструировании взрослые предлагают детям экспериментировать с цветом, придумывать и создавать композицию; осваивать различные художественные техники, использовать разнообразные материалы и средства.

В музыкальной деятельности (танцах, пении, игре на детских музыкальных инструментах) – создавать художественные образы с помощью пластических средств, ритма, темпа, высоты и силы звука.

В театрализованной деятельности, сюжетно-ролевой и режиссерской игре – языковыми средствами, средствами мимики, пантомимы, интонации передавать характер, переживания, настроения персонажей.

### **Физическое развитие**

В области физического развития ребенка основными **задачами образовательной деятельности** являются создание условий для:

- становления у детей ценностей здорового образа жизни;
- развития представлений о своем теле и своих физических возможностях;
- приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;
- формирования начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами.

*В сфере становления у детей ценностей здорового образа жизни*

Взрослые способствуют развитию у детей ответственного отношения к своему здоровью. Они рассказывают детям о том, что может быть полезно и что вредно для их организма, помогают детям осознать пользу здорового образа жизни, соблюдения его элементарных норм и правил, в том числе правил здорового питания, закаливания и пр. Взрослые способствуют формированию

полезных навыков и привычек, нацеленных на поддержание собственного здоровья, в том числе формированию гигиенических навыков. Создают возможности для активного участия детей в оздоровительных мероприятиях.

*В сфере совершенствования двигательной активности детей, развития представлений о своем теле и своих физических возможностях, формировании начальных представлений о спорте*

Взрослые уделяют специальное внимание развитию у ребенка представлений о своем теле, произвольности действий и движений ребенка.

Для удовлетворения естественной потребности детей в движении взрослые организуют пространственную среду с соответствующим оборудованием как внутри помещения, так и на внешней территории (горки, качели и т. п.), подвижные игры (как свободные, так и по правилам), занятия, которые способствуют получению детьми положительных эмоций от двигательной активности, развитию ловкости, координации движений, силы, гибкости, правильного формирования опорно-двигательной системы детского организма.

Взрослые поддерживают интерес детей к подвижным играм, занятиям на спортивных снарядах, упражнениям в беге, прыжках, лазании, метании и др.; побуждают детей выполнять физические упражнения, способствующие развитию равновесия, координации движений, ловкости, гибкости, быстроты, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также правильного не наносящего ущерба организму выполнения основных движений.

Взрослые проводят физкультурные занятия, организуют спортивные игры в помещении и на воздухе, спортивные праздники; развивают у детей интерес к различным видам спорта, предоставляют детям возможность кататься на коньках, лыжах, ездить на велосипеде, плавать, заниматься другими видами двигательной активности.

**2.2. Планирование работы с детьми в бассейне**  
**Содержание работы по освоению детьми образовательной области по**  
**физической культуре (плавание)**

От 3 до 4 лет	От 4 до 5 лет	От 5 до 6 лет	От 6 до 7 лет
Упражнения в ходьбе: - держась за борт, по кругу друг за другом	Упражнения в ходьбе: - с высоким подниманием колен	Упражнения в ходьбе: - использовать все виды ходьбы	Упражнения в ходьбе: - использовать все виды
с гребковыми движениями	приставным, с крестным шагом	Упражнения в беге: - с высоким подниманием колен	Упражнения в беге: - использовать все виды с изменением направления
в полуприсяде	с гребковыми движениями: лицом вперед, спиной назад	- со сменой направления	Прыжки: - с погружением
- с высоким подниманием колен	в полуприсяде	Прыжки: - «Кто выше»	спад с борта
Упражнения в беге: - с поддержкой за игрушку	Упражнения в беге: - «Кто быстрее»	выпрыгивание с погружением	Упражнения на дыхание: -«Дышим в стиле кроль»
- без поддержки	Прыжки: - на месте у борта	с продвижением вперед	«Прятки»
Прыжки: - держась за бортик	с продвижением вперед	Погружение под воду: - погружение с доставанием предмета	«Дышим в стиле брасс»
с хлопками по воде	- выпрыгивание с последующим погружением	Умение лежать на воде: - «Поплавок»	Погружение под воду: - ныряние с отрывом ног от дна
с погружением под воду	Погружение под воду: - мыть лицо	«Медуза»	погружение с доставанием предмета
Погружение под воду: - опустить нос в воду, держась за борт; в кругу, держась за руки	с головой под воду с открыванием глаз	«Струнка» на груди и на спине	Скольжение на груди: - «Стрела»
- мыть лицо	- погружение лица в скольжении	«Звезда» на груди и на спине	- «Торпеда»
- лить себе воду на голову, не вытирая лицо руками	погружение с доставанием предмета	-«Поплавок» - «Звезда»	- «Мельница»
- погружение под воду с головой	Упражнения на дыхание: - «Заводим моторчики»	Скольжение на груди: - «Стрела»	«Плаваем кролем»

достать игрушку со дна	- «Подуть на мячик»	- «Торпеда»	«Винт»
Упражнения на дыхание:- присесть (вода до подбородка), дуть на воду	«Прятки»	- «Мельница»	- «Лягушка» ногами брассом
выдох на мячик	«Насос»	- плыть, работая ногами и руками кролем	«Лягушка» руками брассом
«Пускаем пузыри»	Работа ног стилем кроль:	Скольжение на спине: - «Стрела»	«Плаваем брассом»
«Заводим моторчики»	Работа рук в стиле кроль: - положение пальцев в кисти	«Торпеда»	«Дельфин»
Работа ног стилем кроль: -упор лежа на руках, тело горизонтально, ноги вытянуты, подняты вверх	- гребковые движения вперед	«Мельница»	Скольжение на спине: - «Стрела»
- «Крокодил», «Рак», «Краб»	-одновременные, попеременные движения рук в наклоне вперед	плыть, работая ногами и руками	«Торпеда»
- сидя, руки в упоре сзади, работа ног	- круговые движения рук назад	Упражнения на дыхание: - «Прятки»	«Мельница»
«Крокодил» с работой ног	Умение лежать на воде: - «Медуза»	«Подводный вулкан»	«Плаваем кролем»
Работа рук в стиле кроль: - удерживание воды в ладонках	- «Струнка» на груди	«Дышим в стиле кроль»	«Винт»
подбрасывание воды вверх	«Струнка» на спине	Упражнение «Винт»	Умение лежать на воде: «Поплавок»
- гребковые движения	«Звезда» на груди	Упражнение «Буксир»	«Звезда»
	«Звезда» на спине	Повороты	«Медуза»
	Скольжение: - «Стрела» на груди	Работа ног стилем кроль у борта	«Струнка»
	«Торпеда» на груди	Работа рук в стиле кроль: - стоя на месте, наклонив туловище вперед	Повороты
	«Стрела» на спине	в ходьбе	Пионербол на воде: - индивидуальная игра



	«Торпеда» на спине	-стоя, попеременные движения назад	- игра в паре
		в ходьбе	взаимодействие игроков в команде
		Плаваем кролем на груди и на спине	

## **2.3. Перспективный план непрерывно образовательной деятельности по плаванию**

### **Организация НОД по плаванию**

Мониторинг умений и навыков по плаванию проводится 2 раза в год (начальная, итоговая)

Занятия проводятся с 3-ей недели сентября, т.е. с момента начала отопительного сезона в районе приравненного к районам Сибирского округа.

В конце каждого занятия проводится свободное плавание и оздоровительные мероприятия – контрастный душ.

### **ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН НОД ПО ОБУЧЕНИЮ ПЛАВАНИЮ ДЕТЕЙ В МЛАДШЕЙ ГРУППЕ**

#### **Задачи обучения плаванию во II младшей группе**

Гигиеническое воспитание: добиваться, чтобы дети самостоятельно, в определённой последовательности раздевались и одевались, аккуратно складывали и вешали одежду; продолжать учить мыться под душем, пользоваться полотенцем, с помощью воспитателя насухо вытираться. Дети должны знать, что надо высушить волосы, растереться, обращаясь за помощью к взрослому.

Развитие двигательных умений и навыков: учить выполнять упражнения у бортика, в игре, стоя свободно. Приучать самостоятельно передвигаться в воде друг за другом, по одному, парами, разными способами. Учить выполнять прыжки, держась и не держась за поручень, с хлопками по воде, передвигаясь вперёд; подпрыгивать в высоту; учить бегать в воде с игрушкой и без неё вдоль бортика, от бортика к бортику, враспынную, не толкая друг друга; бегать, высоко поднимая ноги, с гребками рук.

Работа над дыханием: продолжать учить дуть на игрушки, делая энергичный выдох в воду, опуская лицо в воду и погружаясь до подбородка.

Работа над дыханием: продолжать учить дуть на игрушки, делая энергичный выдох в воду, опуская лицо в воду и погружаясь до подбородка.

Воспитание физических качеств: ловкости, быстроты, силы мышц рук, ног, туловища.

Правила поведения: соблюдать очерёдность при входе в бассейн и выходе из него; выполнять упражнения по указанию воспитателя; не кричать, не бросать игрушки, перед выходом из бассейна все игрушки ставить на своё место.

Распределение видов упражнений в порядке усложнения: ходить, держась за поручень, вдоль бортика; по кругу («Хоровод»), друг за другом («Паровоз»);

держась одной рукой за поручень, другой загребая воду; парами, тройками, с разным положением рук – вытянуты вперёд, заложены за спину. Ходить с высоким подниманием бедра – «Цапли», в положении полуприседа, в положении наклона туловища вперёд, произвольно передвигаться по дну бассейна. Ходить, отгребая воду назад руками (пальцы согнуты, кисть лодочкой).

Бегать, с поддержкой за игрушки, без поддержки, с работой рук гребками с высоким подниманием колен, с высоким подниманием прямых ног, бегать свободно, прыгать, держась за поручень, без поддержки («Воробышки»), вдоль бортика («Зайчики на прогулке»), прыжки с хлопками по воде («Поиграем в ладушки с водичкой»), с брызганьем («Дождик»), приседание с выпрыгиванием («Кто выше?»), держась за поручень.

Погружение в воду: опускать нос в воду («Птички умываются»), держась за поручень, в кругу, держась за руки, в паре. Умывать лицо, лить воду себе на голову и не вытирать лицо руками («Дождик»), опускать лицо в воду быстрым движением, присесть в воду до подбородка и дуть («Пускаем пузыри»), двигать парусные лодочки и кораблики по воде, дую.

## ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН НОД ПО ОБУЧЕНИЮ ПЛАВАНИЮ ДЕТЕЙ В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ

### Задачи обучения плаванию в средней группе

Воспитание гигиенических навыков. Продолжать учить самостоятельно раздеваться и одеваться в определённой последовательности, аккуратно складывать и вешать одежду. Продолжать учить мыться под душем, пользуясь мылом и мочалкой, проявлять при этом самостоятельность, насухо вытираться полотенцем, с незначительной помощью воспитателя сушить волосы.

Развитие двигательных умений и навыков. Продолжать учить самостоятельно передвигаться в воде, выполняя различные задания. Учить ходить по бассейну, загребая воду руками и в положении полуприседа, наклонившись вперёд. Использовать на занятиях все виды бега, указанные в «Программе» для данной возрастной группы. Учить выпрыгивать из воды, прыгать, отрывая ноги ото дна бассейна с продвижением вперёд; выпрыгивать с последующим погружением в воду; учить прыгать с бортика, отталкиваясь двумя ногами. Учить вытягиваться на поверхности воды, расслабив тело («Звезда», «Медуза»); скользить по поверхности воды, оттолкнувшись ото дна или борта («Стрела»).

Погружение. Учить погружаться в воду самостоятельно и поочередно в паре («Насос»); открывать в воде глаза, доставать со дна предметы руками («Водолазы»)

Дыхание. Учить делать выдох в воду, погрузив лицо и всю голову.

Воспитание физических качеств: быстрота, сила, смелость, выносливость.

Распределение видов упражнений в порядке усложнения:

Ходьба: «Цапля», приставной шаг, скрестный шаг; широкий шаг, высоко поднимая колени; широкий шаг, высоко поднимая носок; ходьба по бассейну, загребая воду руками – лицом вперёд, спиной вперёд, в положении полуприседа, помогая себе руками, с наклоном туловища вперёд.

Бег: «Кто быстрее?», «Лошадки».

Прыжки: на месте у бортика («Кто выше?», на обеих ногах, руки на поясе; с продвижением вперёд; от бортика к бортику, отрывая ноги ото дна; выпрыгивание с последующим погружением до подбородка, до глаз, с головой; подпрыгивание с последующим падением в воду.

Погружение в воду: до подбородка, до глаз, с головой. Погружение лица с пусканием пузырей; стоя в положении наклона сделать вдох, опустить лицо в воду – выдох; «Насос», «Водолазы», «Медуза», «Звезда», «Стрела».

Игры: «Цапля», «Караси и карпы», «Кто достанет клад?», «Хоровод», «Смелые ребята», «Лягушата», «Пузыри», «Удочка», «Оса», «Вратарь», «Бегом за мячом», «Дровосек», «Карусели», «Водолазы», «Покажи пятки», «Медуза», «Звезда», «Стрела».

## ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН НОД ПО ОБУЧЕНИЮ ПЛАВАНИЮ ДЕТЕЙ В СТАРШЕЙ ГРУППЕ

### Задачи обучения плаванию детей старшей группы

Гигиеническое воспитание: учить самостоятельно готовиться к занятию (раздеться, приготовить вещи для душа), самостоятельно мыться под душем (пользоваться мочалкой, мылом), помогать друг другу; после занятия растереть полотенцем тело, высушить волосы, аккуратно одеться.

Развитие двигательных умений и навыков: учить свободно передвигаться в воде, использовать все виды ходьбы, бега, прыжков; учить делать руками гребковые движения, (пальцы плотно сжаты), выполнять руками круговые движения вперёд и назад.

Погружение: учить свободно погружаться в воду, открывая при этом глаза и рассматривая предметы на дне, погружаться в воду, обхватывая колени и всплывать.

Скольжение: учить детей ложиться на воду, задерживая дыхание, скользить на груди и спине. Отрабатывать движения ногами, как при плавании способом «Кроль». Учить скольжению с доской, работая ногами в стиле «Кроль», держа лицо на поверхности воды, в воде; выполнять скольжение без предметов на груди, с поворотом туловища.

Дыхание: учить детей делать полный выдох в воду, делать вдох, приподнимая голову над водой так, чтобы рот был чуть выше поверхности воды; делать выдох через рот и нос, а вдох через рот. Учить выдыхать постепенно носом. Начать обучение дыханию с поворотом головы: лицо в сторону – вдох, лицо в воду – выдох.

Развитие и воспитание физических качеств: продолжать развивать силу, быстроту, выносливость; воспитывать смелость, целеустремлённость, выдержку.

Правила поведения: учить быть внимательным при выполнении упражнений, не мешать товарищам; не толкаться в воде и не нырять навстречу друг другу; вовремя убирать игрушки и предметы после использования на своё место.

Распределение упражнений в порядке усложнения:

Упражнения в ходьбе и беге: использовать все виды ходьбы (в т. ч. в виде соревнования), бег с работой рук (делать гребковые движения, пальцы плотно сжаты), бегать спиной вперёд с работой рук круговыми движениями назад.

Упражнения в прыжках: «Кто выше?» - выпрыгивание из воды с последующим погружением с головой, руки на поясе; «Кто быстрее?» - прыжки на двух ногах до противоположного борта.

Упражнения на погружение под воду и дыхание: «Водолазы» - ныряние с доставанием предметов со дна бассейна, выдох делать в воду; «Насос» - стоя друг против друга и держась за руки, попеременно глубоко погружаться, делая выдох в воду; «Сосчитай пальцы» - дети ныряют, открывают глаза под водой и считают пальцы на руках товарища; «Достань дно руками» - погружение с доставанием дна руками, «Покажи пятки» - погружение с отрыванием ног от дна; «Поплавок» - погрузиться в воду, обхватить руками колени, прижать их к груди, оторвать ноги от дна и подождать, пока вода не поднимет тело к поверхности.

Упражнения на скольжение: встать лицом к бортику, отойти на 3-4 шага назад и постараться допрыгнуть до бортика, вытянув вперёд руки, с минимальным скольжением; «Стрела» - сделать глубокий вдох, одной ногой опереться в бортик, и, оттолкнувшись, проскользнуть по поверхности воды, опустив лицо в воду, вытянув прямые руки и ноги (то же, но лёжа на спине); «Медуза» - ноги и руки на ширине плеч, плавно лечь на воду, опустить лицо в воду, спокойно лежать, расслабив тело; «Звезда» - то же, что и «Медуза», только руки и ноги не «висят» в расслабленном виде, а натянуты, как лучики звезды; «Звезда» на спине – то же, только лёжа на спине «Торпеда» - сначала выполнять упражнение на месте: взяться руками за поручень, лечь на воду, опустив лицо, и работать ногами, как при плавании способом «Кроль» на груди, затем выполнять то же, не держась руками за поручень, а вытянув прямые руки в сторону

противоположного борта; «Торпеда» на спине – сначала отработать движения ногами: сесть на дно на глубине 40 см, руки в упоре сзади, приподнять ноги и работать ими, как при плавании способом «Кроль» на спине, затем выполнять упражнение, лёжа на спине с доской в вытянутых над головой руках, затем без доски; «Винт» - выполняя упражнение «Стрела» перевернуться с груди на спину и снова на грудь.

Игры: «Футбол» («Вратарь»), «Буксир», «Плавающие стрелы», «Дружные ребята», «Вода кипит» («Общее дыхание»), «Медузы», «Рекорд» («Кто выше?»), «Кто быстрее?»), «Торпеды», «Поезд в туннель», «Передай предмет под водой», «Водолазы», «Насос», «Спасатели», «Винт».

## ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН НОД ПО ОБУЧЕНИЮ ПЛАВАНИЮ ДЕТЕЙ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЕ

Задачи обучения плаванию детей подготовительной к школе группы  
Гигиеническое воспитание: продолжать учить чётко выполнять все правила личной гигиены: принимать душ перед занятием – мыть тело быстро и тщательно, пользуясь мочалкой и мылом, после занятия растереться полотенцем, быстро одеваться, высушивать волосы.

Развитие двигательных умений и навыков: продолжать учить свободно передвигаться в воде, сочетая разновидности ходьбы, бега, прыжков, усложняя их, увеличивая нагрузку.

Учить скользить по воде без помощи ног на спине и на груди с задержкой дыхания, с работой ног на груди и на спине; учить скользить на груди и на спине, вытянув одну руку над головой, другую прижав к туловищу, обе руки прижав к туловищу, обе руки вытянув над головой; учить скользить на спине, вытянув руки над головой и из этого положения переворачиваться на грудь.

Учить согласованно работать руками и ногами, плавать с задержкой дыхания; учить плавать способом «Кроль» на груди и спине, отрабатывать ритмичное дыхание при плавании на груди: короткий энергичный вдох, повернув лицо в сторону и приподняв над поверхностью воды, и более длительный полный выдох.

Воспитание физических качеств: развивать силу, выносливость, ловкость; воспитывать смелость, настойчивость, решительность.

Распределение видов упражнений (в порядке усложнения):

Передвижение в воде: все виды ходьбы, бега, прыжков с введением элементов соревнования.

Скольжение: на груди и на спине, вытянув тело (упражнение «Стрела»); скольжение на груди – одна рука вытянута над головой, другая прижата к

туловищу, обе руки вытянуты над головой; скольжение на спине, аналогично скольжению на груди; переворот во время скольжения с груди на спину и наоборот, вправо и влево.

Отработка дыхания: ходьба по бассейну в наклонном положении, работая руками и выдыхая в воду; держась за поручень руками, работать ногами, как при плавании способом «Кроль» на груди, опуская при этом лицо в воду и делая медленный полный выдох и поднимая его над водой – вдох; держась прямыми руками за поручень, работать ногами, как при плавании способом «Кроль» на груди, при этом держа голову в воде и для вдоха поворачивая её вправо (влево); держась одной рукой за поручень, прижав другую к туловищу, голову для вдоха поворачивать в сторону прижатой руки, затем поменять положение рук.

Выполнение вдоха и выдоха с различным положением рук: одна рука вытянута над головой, другая прижата к туловищу, обе руки прижаты к туловищу, ноги работают, как при плавании способом «Кроль» на груди.

Выполнение вдоха и выдоха при скольжении на спине с различным положением рук (аналогично скольжению на груди), ноги при этом работают в стиле «Кроль».

Скольжение на груди с задержкой дыхания: одна рука вытянута над головой, другая выполняет гребковые движения; скольжение на груди с выполнением вдоха-выдоха, работая одной рукой и ногам в стиле «Кроль».

Плавание: ходьба с наклоном вперёд, правая (левая) рука на колене, левая (правая) над головой, сделать вдох, опустить голову в воду и сделать выдох, одновременно происходит смена рук гребковыми движениями.

Скольжение на спине, руки прижаты к туловищу, затем, подняв их вверх, опустить на уровне плеч в воду и выполнить гребок; то же с работой ног.

Плавание способом «Кроль» на груди с задержкой дыхания, плавание способом «Кроль» на груди, ритмично дыша; плавание способом «Кроль» на спине, ритмично дыша.

Игры и игровые упражнения: «Насос», «Буксир», «Перестрелка», «Плавучие стрелы», «Большая морская звезда», «Тюльпан», «Неваляшка», «С письмом вплавь», «Торпеды», «Водолазы», «Ручеёк», «Лабиринты» (большая часть игр проводится с элементами соревнования).

## **2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы**

Инициативность определяется как качество личности ребенка, его усилия, направленные на удовлетворение познавательных интересов и потребностей.

### **3-4 года**

Приоритетной сферой проявления детской инициативы является игровая и продуктивная деятельность. Для поддержания инициативы ребенка 3-4 лет взрослым необходимо:

- создавать условия для реализации собственных планов и замыслов каждого ребенка;
- рассказывать детям о реальных, а также возможных в будущем достижениях;
- отмечать и публично поддерживать любые успехи детей;
- всемерно поощрять самостоятельность детей и расширять её сферу;
- помогать ребенку, найти способ реализации собственных поставленных целей;
- способствовать стремлению научиться делать что-то и поддерживать радостное ощущение возрастающей умелости;
- в ходе занятий и в повседневной жизни терпимо относиться к затруднениям ребенка, позволять действовать ему в своем темпе;
- не критиковать результаты деятельности детей, а также их самих. Ограничить критику исключительно результатами продуктивной деятельности, используя в качестве субъекта критики игровые персонажи;
- учитывать индивидуальные особенности детей, стремиться найти подход к застенчивым, нерешительным, конфликтным, непопулярным детям;
- уважать и ценить каждого ребенка независимо от его достижений, достоинств и недостатков;
- создавать в группе положительный психологический микроклимат, в равной мере проявлять любовь ко всем детям: выражать радость при встрече, использовать ласку и теплые слова для выражения своего отношения к каждому ребенку, проявлять деликатность и терпимость;
- всегда предоставлять детям возможность для реализации замыслов в творческой игровой и продуктивной деятельности.

### **4-5- лет**

Приоритетной сферой проявления детской инициативы в данном возрасте является познавательная деятельность, расширение информационного кругозора, игровая деятельность со сверстниками. Для поддержки детской инициативы взрослым необходимо:



- способствовать стремлению детей делать собственные умозаключения, относиться к их попыткам внимательно, с уважением;
- обеспечивать для детей возможности осуществления их желания переодеваться и наряжаться, примеривать на себя разные роли. Иметь в группе набор атрибутов и элементов костюмов для переодевания, а также технические средства, обеспечивающие стремление детей петь, двигаться, танцевать под музыку;
- создавать условия, обеспечивающие детям возможность конструировать из различных материалов себе "дом", укрытие для сюжетных игр;
- при необходимости осуждать негативный поступок ребенка с глаз на глаз, но не допускать критики его личности, его качеств;
- не допускать диктата, навязывания в выборе сюжетов игр;
- обязательно участвовать в играх детей по их приглашению (или при их добровольном согласии) в качестве партнера, равноправного участника, но не руководителя игры. Руководство игрой проводить опосредованно (прием телефона, введения второстепенного героя, объединения двух игр);
- привлекать детей к украшению группы к различным мероприятиям, обсуждая разные возможности и предложения;
- побуждать детей формировать и выражать собственную эстетическую оценку воспринимаемого, не навязывая им мнение взрослого;
- привлекать детей к планированию жизни группы на день, опираться на их желание во время занятий;
- читать и рассказывать детям по их просьбе, включать музыку.

### **5-6 лет**

Приоритетной сферой проявления детской инициативы в старшем дошкольном возрасте является вне ситуативно – личностное общение со взрослыми и сверстниками, а также информационно познавательная инициатива.

Для поддержки детской инициативы взрослым необходимо:

- создавать в группе положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям: выражать радость при встрече, использовать ласку и теплое слово для выражения своего отношения к ребенку;
- уважать индивидуальные вкусы и привычки детей;
- поощрять желание создавать что-либо по собственному замыслу; обращать внимание детей на полезность будущего продукта для других или ту радость, которую он доставит кому-то (маме, бабушке, папе, другу)

- создавать условия для разнообразной самостоятельной творческой деятельности детей;
- при необходимости помогать детям в решении проблем организации игры;
- привлекать детей к планированию жизни группы на день и на более отдаленную перспективу. Обсуждать совместные проекты;
- создавать условия и выделять время для самостоятельной творческой, познавательной деятельности детей по интересам.

### **6-7 лет**

Приоритетной сферой проявления детской инициативы в данном возрасте является научение, расширение сфер собственной компетентности в различных областях практической предметности, в том числе орудийной деятельности, а также информационная познавательная деятельность. Для поддержки детской инициативы взрослым необходимо:

- вводить адекватную оценку результата деятельности ребенка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования продукта деятельности;
- спокойно реагировать на неуспех ребенка и предлагать несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, доделывание, совершенствование деталей. Рассказывать детям о своих трудностях, которые испытывали при обучении новым видам деятельности;
- создавать ситуации, позволяющие ребенку реализовать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников;
- обращаться к детям, с просьбой продемонстрировать свои достижения и научить его добиваться таких же результатов сверстников;
- поддерживать чувство гордости за свой труд и удовлетворение его результатами;
- создавать условия для различной самостоятельной творческой деятельности детей по их интересам и запросам, предоставлять детям на данный вид деятельности определенное время;
- при необходимости помогать детям решать проблемы при организации игры;
- проводить планирование жизни группы на день, неделю, месяц с учетом интересов детей, стараться реализовывать их пожелания и предложения;
- презентовать продукты детского творчества другим детям, родителям, педагогам (концерты, выставки и др.)

## 2.5. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников

Ведущая цель — создание необходимых условий для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности родителей (способности разрешать разные типы социально-педагогических ситуаций, связанных с воспитанием ребенка), обеспечивающих целостное развитие личности дошкольника, повышение компетентности родителей в области воспитания.

Основные задачи взаимодействия детского сада с семьей:

- изучить отношения педагогов и родителей к различным вопросам воспитания, обучения, развития детей, условий организации разнообразной деятельности в детском саду и семье;
- информировать друг друга об актуальных задачах воспитания и обучения детей и о возможностях детского сада и семьи в решении данных задач;
- создать в детском саду условия для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагогов и родителей с детьми;
- привлечь семьи воспитанников к участию в совместных с педагогами мероприятиях, организуемых в районе (городе, области);
- заинтересовать родителей и вовлечь их в создание единого культурно-образовательного пространства «детский сад-семья».

Работа с родителями должна иметь дифференцированный подход, учитывать социальный статус и микроклимат семьи, а также родительские запросы и степень заинтересованности родителей деятельностью ДОО, повышать культуру педагогической грамотности семьи.

Анализируя формы работы с родителями можно условно сформулировать 4 основных направления работы с родителями в условиях реализации ФГОС ДО: познавательное, информационно-аналитическое, наглядно-информационное, досуговое.

**I. Познавательное направление.** *Цель:* направлено на ознакомление родителей с возрастными и психологическими особенностями детей дошкольного возраста, формирование у родителей практических навыков воспитания детей.

Это направление включает:

- общие, групповые собрания;
- консультации и индивидуальные беседы;
- выставки детских работ, поделок, изготовленные вместе с родителями;
- участие родителей в подготовке и проведении праздников, развлечений, досугов;

- совместные экскурсии;
- проведение открытой НОД;
- совместное создание предметно-развивающей среды;
- телефон доверия (номер заведующей, воспитателей есть у всех родителей);
- утренние приветствия;
- почта доверия;
- семейные проекты.

**Информационно-аналитическое направление.** *Цель:* направлено на выявление интересов, потребностей, запросов родителей, уровня их педагогической грамотности, установление эмоционального контакта между педагогами, родителями и детьми.

Помогает лучше ориентироваться в педагогических потребностях каждой семьи и учесть индивидуальные особенности.

По данному направлению можно проводить:

- анкетирование;
- тестирование.

Из анализа сведений о семьях детей можно увидеть, что воспитанники ДОО из семей различного социального статуса, имеющие разный уровень образования. Данные сведения используются при планировании организационно-педагогической работы с родителями для привлечения родителей к оказанию помощи учреждению, для определения перспектив развития детского сада.

**Наглядно-информационное направление.** *Цель:* даёт возможность донести до родителей любую информацию в доступной форме, напомнить тактично о родительских обязанностях и ответственности.

Данное направление включает:

- родительский уголок: включающий различную информацию (помещается на стенде практический материал, дающий понять, чем занимается ребёнок в детском саду, конкретные игры, советы, задания);
- нормативные документы;
- объявления и рекламы;
- продуктивная деятельность детей (рисунки, поделки);
- папка-передвижка.

Форма работы через родительские уголки, нормативные документы, объявления и рекламы, продуктивную деятельность, папки-передвижки является традиционной, но она необходима для работы с родителями, потому что часто у педагога нет возможности подойти и побеседовать с родителями на актуальную

тему по воспитанию детей. Новая, красиво оформленная информация привлекает внимание родителей и даёт свой положительный результат:

- фотовыставки;
- выпуск газет.

**Досуговое направление.** *Цель:* призвано устанавливать теплые доверительные отношения, эмоциональный контакт между педагогами и родителями, между родителями и детьми.

Это направление самое привлекательное, востребованное, полезное, но и самое трудное. Это объясняется тем, что любое совместное мероприятие позволяет родителям увидеть изнутри проблемы своего ребёнка, трудности во взаимоотношениях, посмотреть, как общаются другие дети, т. е. приобрести опыт взаимодействия не только со своим ребёнком, но и с родительской общественностью в целом.

По данному направлению можно организовать:

- праздники, которые можно закончить чаепитием;
- развлечения;
- знакомство с профессиями родителей;
- празднование дней рождения;
- выставка семейной коллекции;
- акции;
- дни добрых дел.

Содержание работы с родителями реализуется через разнообразные формы. Главное донести до родителей знания, побудить их стать активными участниками образовательного процесса.

Существуют традиционные и нетрадиционные формы сотрудничества педагогов с родителями дошкольников. Традиционные формы подразделяются на коллективные, индивидуальные и наглядно-информационные.

## Традиционные формы работы с родителями

Коллективные	Индивидуальные	Наглядно-информационные
1. Родительское собрание в форме: <ul style="list-style-type: none"> <li>– КВН;</li> <li>– викторины;</li> <li>– развлекательных программ;</li> <li>– «Посиделок»</li> <li>– «Круглого стола»</li> <li>– Конференции;</li> <li>– «За чашкой чая»</li> </ul>	1. Консультации в форме: <ul style="list-style-type: none"> <li>– доклада;</li> <li>– беседы;</li> <li>– вопроса – ответа</li> </ul>	1. Библиотечка для родителей
2. Практические семинары: <ul style="list-style-type: none"> <li>– «Учимся вместе с детьми»;</li> <li>– «Готовимся в школу»;</li> <li>– «Закаливаем детей дома»;</li> <li>– «Изучаем звуки»</li> </ul>	2. Посещение НОД	2. Родительские уголки
3. Лекторий для родителей с привлечением специалистов	3. Индивидуальные консультации	3. Размещение консультаций, ответов по запросу на официальном сайте учреждения
4. «Педагогическая гостиная» межсемейные проекты		4. Выпуск бюллетеней, информационных листов
5. Экскурсии и походы		5. Стенды различного содержания
6. Совместное проведение праздников: <ul style="list-style-type: none"> <li>– «Папа, мама, я – дружная семья»</li> <li>– «Праздник звуков»</li> <li>– «День рождения»</li> <li>– «Праздник книги»</li> </ul>		6. Размещение консультаций, ответов по запросу на официальном сайте учреждения
7. День открытых дверей		7. Почтовый ящик

## Нетрадиционные формы организации взаимодействия педагогов и родителей

Форма мероприятия	Цель проведения
1. Диагностические срезы, опросы, анкетирование, «Почтовый ящик»	Выявление интересов, потребностей, запросов родителей, уровня их педагогической грамотности и удовлетворенности услугами ДОО.
2. Совместные праздники, досуги, НОД: – Ток-шоу – встречи – дискуссии – «День семьи» – «Недели вежливости» – «Праздник красивой речи» – «День рождения группы» – НОД с ребенком для родителей – Фронтальная НОД с детьми и родителями – Участие детей и родителей в выставках, соревнованиях, олимпиадах	Построение, функционирование и развитие детско-взрослого сообщества, которое предполагает наличие: – правил сотрудничества; – заповедей, которые объединяют и стимулируют всех на выполнение общей цели; – традиций.
3. Поощрение родителей за любой вид участия: – «Похвальный лист» – Благодарность в письменной и устной формах	Обеспечить право родителей на инициативу и успешность.
4. «Педагогическая азбука» - постоянно действующий факультатив для родителей и педагогов	Повышение социально-психологической культуры педагогов и родителей через: – освоение новых технологий взаимодействия с опорой на знания семьи ребенка, осознанного понимания того, что ДОО «служит» семье, а семья «следует» советам специалистов и педагогов ДОО; – изучение профессиональных затруднений педагогов в общении с родителями и родителей в общении с педагогами.
5. Игры с педагогическим содержанием	
6. «Информационные корзины»	Согласование работы всех служб и родителей ДОО.
7. Использование видеозаписи: – наблюдений за ребенком в процессе его деятельности и проигрывание в условиях ДОО и представление родителем для просмотра в условиях семьи с последующим выходом на беседу	Повысить уровень мотивации родителей на сотрудничество.
8. Информационные стенды альбомы, папки для родителей, которые не могут принять участие в очных формах сотрудничества:	

<ul style="list-style-type: none"> <li>– «Рекомендации в копилку семьи (Ивановых)»,</li> <li>– «Шпаргалка для семьи (Петровых)»</li> </ul>	
9. Разработка индивидуальных программ сопровождения семьи	Привлечение к сотрудничеству семей группы риска. Обозначить ключевые позиции взаимодействия, меру ответственности сторон.

### Содержание направлений работы с семьей по образовательной области

Образовательная область	Содержание работы с семьей
<b>«Физическое развитие»</b>	<p>Объяснять родителям, как образ жизни семьи воздействует на здоровье ребенка.</p> <p>Информировать родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка (спокойное общение, питание, закаливание, движения). Рассказывать о действии негативных факторов (переохлаждение, перегревание, перекармливание и др.), наносящих непоправимый вред здоровью малыша. Помогать родителям сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье ребенка.</p> <p>Ориентировать родителей на совместное с ребенком чтение литературы, посвященной сохранению и укреплению здоровья, просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.</p> <p>Знакомить родителей с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в детском саду. Разъяснять важность посещения детьми секций, студий, ориентированных на оздоровление дошкольников. Совместно с родителями и при участии медико-психологической службы детского сада создавать индивидуальные программы оздоровления детей и поддерживать семью в их реализации.</p> <p>Разъяснять родителям (через оформление соответствующего раздела в «уголке для родителей», на родительских собраниях, в личных беседах, рекомендуя соответствующую литературу) необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка.</p> <p>Ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту; привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику (это лучше всего делать на личном примере или через совместную утреннюю зарядку); стимулирование двигательной активности ребенка совместными спортивными занятиями (лыжи, коньки, фитнес), совместными подвижными играми, длительными прогулками в парк или лес; создание дома спортивного уголка; покупка ребенку спортивного инвентаря (мячик, скакалка, лыжи, коньки, велосипед, самокат и т.д.); совместное чтение литературы, посвященной спорту; просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.</p>



	<p>Информировать родителей об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях детского сада в решении данных задач.</p>
--	---

Знакомить с лучшим опытом физического воспитания дошкольников в семье и детском саду, демонстрирующим средства, формы и методы развития важных физических качеств, воспитания потребности в двигательной деятельности.

Создавать в детском саду условия для совместных с родителями занятий физической культурой и спортом, открывая разнообразные секции и клубы (любителей туризма, плавания и пр.). Привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду (а также районе, городе).

### **III. Организационный раздел**

#### **3.1. Материально-техническое обеспечение Программы**

1. Магнитофон – 1 шт.
2. Колонка – 1 шт.
3. Плавательные доски – 25шт.
4. Надувные круги разных размеров – 20 шт.
5. Нарукавники – 6 шт.
6. Очки для плавания – 16 шт.
7. Разделительная дорожка – 1 шт.
8. Массажные дорожки – 3 шт.
9. Гимнастические палки – 10 шт.
10. Обручи разных размеров – 10 шт.
11. Игрушки плавающие – 45 шт.
12. Игрушки тонущие – 45 шт.
13. Гимнастические скамейки – 3 шт.
14. Корзинки для инвентаря – 4 шт.
15. Нестандартное оборудование для ОРУ и игр в воде.

### **3.2. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания**

1. Булгакова Н.Ж. Плавание: Пособие для инструктора – общественника / Булгакова Н.Ж.- М.: Физкультура и спорт, 2014.-160 с.
2. Волошина Л.Н. .Воспитание двигательной культуры дошкольников: Учебно-методическое пособие/ Волошина Л.В. – М.:АРКТИ, 2013.-108 с. (Развитие и воспитание).
3. Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультуры в дошкольном образовательном учреждении / Голицина Н.С..- М.:, 2009.-143с.
4. Глазырина Л.Д. Физическая культура - дошкольникам: программа и программные требования: Пособие для педагогов дошкольных учреждений Глазырина Л.Г..- М.: Изд
5. Программа воспитания и обучения в детском саду. / Под ред. М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С.Комаровой. – М.: Мозаика-Синтез. Центр ВЛАДОС,2004.- 143 с.
6. Козлов А.В. Плавание: Учебная программа/ Козлов А,В. - М.: Просвещение, 1993
7. Левин Г. Плавание для малышей / Пер. с нем. Л.Е. Микулин. – М.: Физкультура и спорт,1974.-95 с.- ( Азбука спорта ).
8. Макаренко Л.П. Юный пловец./Макаренко Л.П. - М.:Физкультура и спорт, 1983.- 288с.
9. Осокина Т.И. Как учить детей плавать: Пособие для воспитателя детского сада / Осокина Т.И.. - М.: Просвещение, 1985.-80 с.
10. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Богина Т.Л. Обучение плаванию в детском саду: Книга для воспитателей детского сада и родителей/Осокина Т.И. Тимофеева Е.А., Богина Т.И.. - М.: Просвещение, 1991.-158 с.
11. Плавание-крепость здоровья Журнал Дошкольное воспитание. -2001.- № 6, 7.
12. Сажина И.Т. Составление рабочих учебных программ для ДОУ: Методические рекомендации /Сажина С.Д. – М.: ТЦ Сфера, 2008.- 112 с.- (Библиотека руководителя ДОУ).
13. Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ / Т.А. Тарасова. - М.:ТЦ Сфера, 2005.-176 с.- (Приложение к журналу «Управление ДОУ»).
14. Маханева М.Д., Баранова Г.В. Фигурное плавание в детском саду. Методическое пособие. - М.: ТЦ Сфера, 2009. – 64 с. – (Синяя птица).
15. Петрова Н.Л., Баранов В. А. Плавание. Техника обучения детей с раннего возраста / Н.Л. Петрова, В.А. Баранов. – М.: «Издательство ФАИР», 2008.-120 с.

### 3.3. Режим дня

Правильный, соответствующий возрастным возможностям ребёнка режим укрепляет здоровье, обеспечивает работоспособность, успешное осуществление разнообразной деятельности, предохраняет от переутомления. Степень морфологической зрелости организма определяет содержание режима дня и длительность его *элементов, среди которых выделяют:*

- сон;
- пребывание на открытом воздухе (прогулки);
- приёмы пищи;
- периоды бодрствования, в течение которых организуется самостоятельная деятельность дошкольников (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена), совместная деятельность с педагогом, в том числе НОД.

Ежедневная организация жизни и деятельности детей осуществляется с учетом:

- климатических условий региона;
- санитарно-эпидемиологических требований;
- особенностей реализуемой Программы.

#### Длительность НОД по плаванию в разных возрастных группах в течение года

Возрастная группа	Количество подгрупп	Число детей в подгруппе	Длительность занятий, мин.	
			в одной подгруппе	во всей группе
Вторая младшая	2	8-10	от 10-15 до 20	от 20-30 до 40-60
Средняя	2	10-12	от 15-20 до 25-30	от 30-40 до 50-60
Старшая	2	10-12	от 20-25 до 30	от 40 до 60
Подготовительная к школе	2	10-12	От 30 до 35	От 50 до 60

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

Возрастная группа	Количество занятий		Количество часов		
	в неделю	в год	в неделю	в месяц	в год
Вторая младшая	1	36	15мин	1ч	9ч
Средняя	1	36	20 мин	1ч20мин	12ч
Старшая	1	36	25 мин	1ч40 мин	15ч
Подготовительная	1	36	30мин	2ч	18ч

### 3.4. Особенности традиционных событий и праздников

#### Формы проведения досуговой деятельности:

Праздники и развлечения	Выставки	Спортивные досуги	Познавательные	Творческие
<i>Проводятся совместно с родителями</i>				
- Обрядовые - Различной тематики календаря праздников	- Детского творчества - Совместного творчества взрослых и детей	- Соревнования - Весёлые страты - Олимпиады - Парады - Праздники на воде	- Флешмобы - Акции - Путешествия - Походы - Сюжетно-игровые	- Проекты - Площадки - Мастерские - Клубы

#### **Праздники внутри регионального и городского значения:**

25 июня - День рождения города Междуреченска.

26 января – День рождения Кемеровской области.

Последнее воскресенье августа – День Шахтёра.

Культурно-досуговая деятельность с детьми	I младшая группа	II младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
Сентябрь	Праздник: «Волшебный колокольчик знаний!»				
	Тематическое развлечение: «Осенняя ярмарка».				
	Выставка «Осенний калейдоскоп» (с участием родителей воспитанников).				
	Флешмоб к празднику День дошкольного работника.				
Октябрь	Акция ко Дню пожилого человека: «Дорогою добра».				
	Спортивное развлечение: «Малые Олимпийские игры».				
Ноябрь	Календарно - фольклорный праздник «Кузьминки».				
	Концерт, посвященный празднику День матери: «Мама – солнышко моё!».				
	Выставка поделок ко Дню матери «Мая мама – мастерица!» (с участием родителей воспитанников).				
Декабрь	Викторина «Мы любим мультики!».				
	Новогодние утренники «Новогодняя сказка»				
	Выставка поделок «Новогоднее чудо» (с участием родителей воспитанников).				
Январь	Фольклорный праздник «Волшебный праздник – Рождество!»				

				Квест-игра: «Дошколята в мире профессий».
				Спортивный досуг: «Ах, как весело зимой!».
Февраль		Музыкально-спортивный праздник, посвященный Дню защитника Отечества «Наши папы лучше всех!»		
				Познавательное развлечение: «Приключения Незнайки» (по ранней профориентации).
			Фольклорный праздник «Зиму провожаем, Масленицу встречаем».	
Март	Праздник к Международному женскому дню «От солнышка тепло, от мамочки - добро!»			
		Выставка поделок к Международному женскому дню «Подарок для любимой мамочки».		
				Познавательно-игровая викторина «Весна, весной, о весне...»
Апрель			Развлечение «Добрым смехом смеются дети!»	
		Экологическая акция «Мир похож на цветной луг, если ты природе друг!»		
			Фестиваль «Созвездие талантов».	
Май	Флешмоб: «Парад победы».			
				Военно-спортивная игра «Зарница».
				Выпускной бал.
Июнь	Развлечение ко Дню защиты детей: «Праздник мыльных пузырей».			
			Спортивное развлечение «Весёлое лето - здоровые дети!»	
	Конкурс рисунков на асфальте «Этот разноцветный мир!»			

### **3.5. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды**

**Цель:** Создание условий необходимых для полноценного развития личности детей во всех образовательных областях

**Задачи:**

- Создавать атмосферу эмоционального комфорта
- Создавать условия для физического развития
- Создавать условия для творческого самовыражения
- Создавать условия для проявления познавательной активности детей
- Создавать благоприятные условия для восприятия и созерцания, обращать внимание детей на красоту природы, живописи, предметов декоративно-прикладного искусства, книжных иллюстраций, музыки
- Создавать условия для участия родителей в жизни группы

**Принципы организации предметно-развивающей среды (ППС):**

- соответствие требованиям ФГОС ДО.
- соответствие возрастным особенностям и интересам детей
- соответствие требованиям СанПиН.
- эстетичность ППС
- комфортность ППС

Предметно-пространственная развивающая среда бассейна оформлена и укомплектована таким образом, чтобы вызвать у воспитанников радость, заинтересованность. Бассейн оснащён необходимым оборудованием и инвентарём, что позволяет решать задачи на освоение основных навыков плавания, воспитание психофизических качеств, воспитание привычки и любви к пользованию водой, потребности в дальнейших занятиях плаванием, формирование стойких гигиенических навыков.

## Краткая презентация

Рабочая программа по обучению плаванию разработана на основе основной образовательной программы дошкольного образования МБДОУ «Детский сад № 54 «Веснушки». Программа предназначена для работы с детьми от 3 до 7 лет и рассчитана на один учебный год.

Программа состоит из 3 разделов: целевого, содержательного и организационного.

В *целевом разделе* содержится следующая информация: пояснительная записка, цель и задачи реализации Программы, принципы и подходы к формированию Программы, значимые характеристики, необходимые для разработки и реализации Программы, планируемые результаты освоения Программы.

В *содержательном разделе* дается описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка представленными в пяти образовательных областях, планирование работы с детьми, перспективное планирование непрерывно образовательной деятельности по плаванию, способов и направлений поддержки детской инициативы, особенности взаимодействия с семьями воспитанников и иные характеристики Программы.

В *организационном разделе* представлено материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами средствами обучения и воспитания, режим дня, особенности традиционных событий, праздников, мероприятий, особенности организации развивающей предметно-пространственной среды бассейна.

Целью Программы является развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных особенностей.

Содержание Программы обеспечивает развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности и охватывает следующие структурные единицы, представляющие определенные направления развития и образования детей (далее – образовательные области):

### **Социально - коммуникативное развитие (СК)**

1. Усвоение норм и ценностей, принятых в обществе, включая моральные и нравственные ценности.

2. Развитие общения и взаимодействия ребенка с взрослыми и сверстниками.

3. Становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий.



4. Развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками, формирование уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье и к сообществу детей и взрослых в ДОО.

5. Формирование позитивных установок к различным видам труда и творчества.

6. Формирование основ безопасного поведения в быту, социуме, природе.

### **Познавательное развитие (П)**

1. Развитие интересов детей, их любознательности и познавательной мотивации.

2. Формирование познавательных действий, становление сознания.

3. Развитие воображения и творческой активности.

4. Формирование первичных представлений о себе, других людях, объектах окружающего мира, о свойствах и отношениях объектов окружающего мира (форме, цвете, размере, материале, звучании, ритме, темпе, количестве, числе, части и целом, пространстве и времени, движении и покое, причинах и следствиях, и др.).

5. Формирование первичных представлений о малой родине и Отечестве, представлений о социокультурных ценностях нашего народа, об отечественных традициях и праздниках.

6. Формирование первичных представлений о планете Земля как общем доме людей, об особенностях ее природы, многообразии стран и народов мира

### **Речевое развитие (Р)**

1. Владение речью как средством общения и культуры.

2. Обогащение активного словаря.

3. Развитие связной, грамматически правильной диалогической и монологической речи.

4. Развитие речевого творчества.

5. Развитие звуковой и интонационной культуры речи, фонематического слуха.

6. Знакомство с книжной культурой, детской литературой, понимание на слух текстов различных жанров детской литературы.

7. Формирование звуковой аналитико-синтетической активности как предпосылки обучения грамоте

### **Художественно - эстетическое развитие (ХЭ)**

1. Развитие предпосылок ценностно-смыслового восприятия и понимания произведений искусства (словесного, музыкального, изобразительного), мира природы.

2. Становление эстетического отношения к окружающему миру.

3. Формирование элементарных представлений о видах искусства; восприятие музыки, художественной литературы, фольклора.

4. Стимулирование сопереживания персонажам художественных произведений.

5. Реализация самостоятельной творческой деятельности детей (изобразительной, конструктивно - модельной, музыкальной и др.)

### **Физическое развитие (Ф)**

1. Приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в т. ч. связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость.

2. Правильное формирование опорно - двигательной системы организма, развитие равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, с правильным, не наносящим ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны).

3. Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами.

4. Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.

5. Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

Содержание образовательных областей зависит от возрастных и индивидуальных особенностей детей, определяется целями и задачами Программы и реализуется в различных видах деятельности.

Для наибольшего эффекта реализации целей и задач развития детей, мы используем дополнительные общеразвивающие программы по всем направлениям детской деятельности для детей от 2-7 лет.

Взаимодействие с родителями мы рассматриваем как социальное партнерство, что позволяет добиваться результатов в воспитании и обучении детей, подготовке к обучению в школе.

*Характеристика взаимодействия педагогического коллектива с семьями детей*

Рабочей программой предусмотрено многообразие форм партнерского взаимодействия с родителями:

- анализ конкретных ситуаций,
- проведение дискуссий и круглых столов по актуальным вопросам,
- мастер-класс,
- мозговой штурм,

- совместные проекты,
- беседы с родителями,
- день открытых дверей для родителей,
- консультация для родителей,
- тематические встречи с родителями,
- семейная гостиная,
- публичный доклад,
- общение с родителями по электронной почте и др.