

# Содержание.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ | |  |
| 1.1 | Пояснительная записка. | 3 |
| 1.2 | Цель, задачи рабочей программы по обучению плаванию. | 5 |
| 1.3 | Принципы и подходы к формированию рабочей программы. | 6 |
| 1.4 | Значимые характеристики особенностей развития детей | 9 |
| 1.5 | Планируемые результаты. | 10 |
| 2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ | |  |
| 2.1 | Программные задачи | 11 |
| 2.2 | Учебный план | 13 |
| 2.3 | Виды занятий | 16 |
| 2.4 | Взаимодействие с семьями воспитанников | 21 |
| 2.5 | Формы работы с педагогами | 23 |
| 3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ | |  |
| 3.1 | Циклограмма организованной образовательной деятельности с детьми | 23 |
| 3.2 | Организация двигательной деятельности детском саду | 23 |
| 3.3 | Материально – технические условия организации занятий плаванием | 25 |
| 3.4 | Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий | 25 |
| 3.5 | Перечень необходимых для осуществления воспитательно-образовательного процесса программ, технологий, методических пособий | 26 |
|  | Приложения |  |

**1.ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

**1.1 Пояснительная записка.**

Рабочая адаптированная образовательная программа дошкольного образования муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 15» города Череповца для детей с ТНР (далее Программа) разработана в соответствии с введением в действие Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации 17 октября 2013 г. № 1155.

Данный документ регулирует деятельность дошкольного учреждения по воспитанию, развитию и образованию детей дошкольного возраста по пяти основным образовательным областям: физическое, познавательное, речевое, социально-коммуникативное и художественно-эстетическое с учетом основных психологических и возрастных этапов и периодов развития ребенка.

Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования.

Программа обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учётом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей и направлена на решение задач (указаны в пункте 1.6 Стандарта):

1) охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;

2) обеспечения равных возможностей для полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);

3) обеспечения преемственности целей, задач и содержания образования, реализуемых в рамках образовательных программ различных уровней (преемственность основных образовательных программ дошкольного и начального общего образования);

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

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

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

7) обеспечения вариативности и разнообразия содержания Программы и организационных форм дошкольного образования, возможности формирования Программ различной направленности с учётом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей;

8) формирования социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;

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

Программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155);

- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. №28).

- Санитарные правила и нормы СанПИН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

- Федеральная адаптированная образовательная программа дошкольного образования.

- Адаптированная образовательная программа дошкольного образования МАДОУ "Детский сад №15" г. Череповца для детей с ТНР.

**Срок реализации рабочей программы:** 2024-2025 учебный год (с октября по май).

**1.2 Цель Программы:**

* создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности;
* создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей;
* построение системы коррекционно-развивающей работы в логопедических группах для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) в возрасте с 3 до 7 лет.

**Задачи программы:**

-реализация содержания АОП ДО;

-коррекция недостатков психофизического развития обучающихся с ОВЗ;

-охрана и укрепление физического и психического здоровья обучающихся с ОВЗ, в том числе их эмоционального благополучия;

-обеспечение равных возможностей для полноценного развития ребенка с ОВЗ в период дошкольного образования независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса;

-создание благоприятных условий развития в соответствии с их возрастными, психофизическими и индивидуальными особенностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка с ОВЗ как субъекта отношений с педагогическим работником, родителями (законными представителями), другими детьми;

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

-формирование общей культуры личности обучающихся с ОВЗ, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирование предпосылок учебной деятельности;

-формирование социокультурной среды, соответствующей психофизическим и индивидуальным особенностям развития обучающихся с ОВЗ;

-обеспечение психолого-педагогической поддержки родителей (законных представителей) и повышение их компетентности в вопросах развития, образования, реабилитации (абилитации), охраны и укрепления здоровья обучающихся с ОВЗ;

-обеспечение преемственности целей, задач и содержания дошкольного и начального общего образования.

**1.3. Принципы формирования программы.**

**(см. 1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы АОП МАДОУ «Детский сад №15» для детей с ТНР)**

1) Поддержка разнообразия детства.

2) Сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека.

3) Позитивная социализация ребенка.

4) Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия педагогических работников и родителей (законных представителей), педагогических и иных работников Организации) и обучающихся.

5) Содействие и сотрудничество обучающихся и педагогических работников, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.

6) Сотрудничество Организации с семьей.

7) Возрастная адекватность образования. Данный принцип предполагает подбор образовательными организациями содержания и методов дошкольного образования в соответствии с возрастными особенностями обучающихся.

Сформулированные свыше принципы безусловно носят здоровьеберегающий характер, обеспечивая полноценное психическое развитие, сохранение эмоциональной сферы, формирование базисных характеристик личности.

**Специфические принципы и подходы к формированию Программы для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи):**

* сетевое взаимодействие с организациями социализации, образования, охраны здоровья и другими партнерами, которые могут способствовать удовлетворению особых образовательных потребностей детей с ОНР, оказанию психолого-педагогической и медицинской поддержки в случае необходимости.
* индивидуализация дошкольного образования детей с ОНР (предполагает такое построение образовательной деятельности, которое открывает возможности для индивидуализации образовательного процесса, появления индивидуальной траектории развития ребенка с характерными для него спецификой и скоростью, учитывающей его интересы и мотивы, способности и психофизические особенности);
* развивающее вариативное образование (предполагает, что образовательное содержание предлагается ребенку через разные виды деятельности с учетом зон актуального и ближайшего развития ребенка (Л.С. Выготский), что способствует развитию, расширению как явных, так и потенциальных возможностей ребенка);
* полнота содержания и интеграция отдельных образовательных областей (предполагает всестороннее социально-коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое и физическое развитие детей посредством различных видов детской активности);
* инвариативность ценностей и целей при вариативности средств реализации и достижения целей Программы;

принципы интеграции усилий специалистов

**1.4 Значимые характеристики особенностей развития детей для разработки и реализации программы**

**Возрастные особенности детей дошкольного возраста** (см.Адаптированная образовательная программа дошкольного образования муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 15» для детей с тяжелыми нарушениями речи)

**Особенности развития детей с ТНР (Физическое развитие)**

Наряду с общей соматической ослабленностью и замедленным развитием локомоторных функций детям с нарушением речи присуще некоторое отставание в развитии двигательной сферы. Оно характеризуется плохой координацией движений, неуверенностью в выполнении дозированных движений, снижением скорости и ловкости выполнения упражнений. Наибольшие трудности выявляются при выполнении движений по словесной инструкции. Дети с общим недоразвитием речи отстают от нормально развивающихся сверстников в воспроизведении двигательного задания по пространственно-временным параметрам, нарушают последовательность элементов действия, пропускают его составные части. Затруднения вызывают такие задания, как, например, перекатывание мяча с руки на руку, передача его с небольшого расстояния, удары об пол с попеременным чередованием, прыжки на правой и левой ноге, ритмические движения под музыку. Отмечается недостаточная координация движений пальцев, кисти руки, недоразвитие мелкой моторики. Обнаруживается замедленность, застревание на одной позе. **У детей с нарушением речи наблюдается отставание психомоторного развития по различным параметрам:**

* + - *По развитию физических качеств.*

Дети с расстройствами речи отличаются от здоровых детей низким уровнем ловкости и быстроты.

* + - *По степени сформированности двигательных навыков*.

Дети с нарушениями речи отличаются от здоровых детей отсутствием автоматизации движений и низкой обучаемостью. Эти особенности

сопряжены с низким уровнем развития когнитивных процессов (восприятия, внимания, памяти).

**1.5 Планируемые результаты**

В соответствии со Стандартом специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка с ОВЗ к концу дошкольного образования.

Целевые ориентиры освоения Программы детьми среднего дошкольного возраста с ТНР.

К концу данного возрастного этапа ребенок:

- проявляет мотивацию к занятиям, попытки планировать (с помощью педагогического работника) деятельность для достижения какой-либо (конкретной) цели;

- использует слова в соответствии с коммуникативной ситуацией;

- стремится к самостоятельности, проявляет относительную независимость от педагогического работника;

- проявляет доброжелательное отношение к детям, педагогическим работником, оказывает помощь в процессе деятельности, благодарит за помощь;

- выполняет двигательные цепочки из трех-пяти элементов;

- выполняет общеразвивающие упражнения, ходьбу, бег в заданном темпе;

- описывает по вопросам педагогического работника свое самочувствие, может привлечь его внимание в случае плохого самочувствия, боли;

- самостоятельно умывается, следит за своим внешним видом, одевается и раздевается, ухаживает за вещами личного пользования.

Целевые ориентиры освоения Программы детьми старшего дошкольного возраста с ТНР.

К концу данного возрастного этапа ребенок:

- выполняет основные виды движений и упражнения по словесной инструкции педагогических работников: согласованные движения

- знает и подчиняется правилам подвижных игр,

- ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений

- готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания

-обладает сформированной мотивацией к школьному обучению участвует в коллективном создании замысла в игре и на занятиях

- регулирует свое поведение в соответствии с усвоенными нормами и правилами,

- проявляет кооперативные умения в процессе игры, соблюдая отношения партнерства, взаимопомощи, взаимной поддержки;

- выполняет основные виды движений и упражнения по словесной инструкции педагогических работников: согласованные движения, а также разноименные и разнонаправленные движения;

- осуществляет элементарное двигательное и словесное планирование действий в ходе спортивных упражнений;

- знает и подчиняется правилам подвижных игр, эстафет, игр с элементами спорта;

- владеет элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек).

**2. Содержательный раздел.**

**2.1 Программные задачи**

Основное содержание образовательной деятельности с детьми среднего дошкольного возраста:

* продолжать обогащать двигательный опыт ребенка
* продолжать учить быстро и самостоятельно ориентироваться в пространстве, выполнять движения скоординировано, согласованно, сохранять правильную осанку;
* формировать психофизические качества, координацию движений
* воспитывать волевых качества, произвольность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять творчество и самостоятельность при выполнении физических упражнений;
* воспитывать интерес и положительное отношение к физическим упражнениям, разным формам двигательной деятельности;
* сохранять и укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, иммунитет средствами физического воспитания;
* формировать представления о факторах, влияющих на здоровье;
* воспитывать полезные привычки, осознанное отношение к здоровью;
* учить выполнять плавательные движения ногами, погружаться в воду, открывать глаза в воде, выдоху в воду, кратковременному лежанию и скольжению на воде.

Основное содержание образовательной деятельности с детьми старшего дошкольного возраста:

-Формировать осознанное понимания необходимости здорового образа жизни, интереса и стремления заниматься спортом, желания участвовать в подвижных и спортивных играх

-Развивать ловкость, выносливость, гибкость, координацию движений

-воспитывать организованность, самостоятельность, инициативу

-развивать творческие способности и двигательную креативность

-формировать гигиенические навыки, правила здорового образа жизни, представления об опасных и безопасных для здоровья ситуациях,

-продолжать обучать лежанию на груди и спине, открывать глаза, ориентироваться под водой, выполнять попеременные движения ногами в скольжении на груди.

-учить уверенно держаться на воде, скользить на груди более продолжительное время, выполнять попеременные движения ногами во время скольжения на груди и на спине

**Коррекционно-оздоровительные задачи:**

* развивать динамическую координацию движений, мышечный тонус
* совершенствовать мелкую моторику
* воспитывать произвольное внимание, диафрагмальное и фонационное дыхание
* развивать статическую и динамическую коррекцию движений
* развивать эмоционально-волевую сферу
* развивать сенсомоторную и речедвигательную моторику
* снимать психологическое напряжение
* развивать выносливость, целеустремленность, настойчивость в достижение цели
* укреплять мышцы передней стенки живота и спины
* формировать мышечный корсет
* формировать плавательную осанку и укреплять мышц свода стоп
* учить правилам безопасности на воде
* повышать самооценку ребенка в семье по достигнутым результатам

**Специальные задачи по ОО «Физическое развитие» в группах компенсирующей направленности:**

* 1. Развитие речевого дыхания
  2. Развитие речевого и фонематического слуха
  3. Развитие звукопроизношения
  4. Развитие выразительных движений
  5. Развитие общей и мелкой моторики
  6. Развитие ориентировки в пространстве
  7. Развитие коммуникативных функций
  8. Развитие музыкальных способностей.

**Годовой календарный учебный график**

Годовой календарный учебный график

МАДОУ «Детский сад № 15» на 2024-2025 учебный год

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 | Режим работы | 6.30-18.30 |
| 2 | Продолжительность рабочей недели | 5 дней |
| 3 | Продолжительность учебного года | 02.09.2024- 31.05.2025 |
| 4 | Количество учебных недель в учебном году | 35 недель |
| 5 | Сроки проведения каникул | Осенние – 28.10.2024 – 04.11.2024  Зимние – 23.12.2024 – 08.01.2025  Весенние – 24.03.2025 - 30.03.2025  Летние – 01.06.2025 – 31.08.2025 |
| 6 | Сроки проведения мониторинга | 02.09.2024– 16.09.2024  15.04.2025 – 26.04. 2025 |
| 7 | Праздничные дни | 4 ноября 2024 – День народного единства  1-8 января 2025 г. – Новогодние каникулы  23 февраля 2025 г. – День Защитника Отечества  8 марта 2025 г. – Международный женский день  1 мая 2025 г. – Праздник весны и труда  9 мая 2025 г. – День Победы  12 июня 2025 г. – День России |

В летний период физкультурно-оздоровительная работа организуется на свежем воздухе, согласно плану. В каникулы проводятся игровые и сюжетные физкультурные занятия

*Перспективное планирование непосредственно образовательной деятельности (см. Приложение №1)*

*Перспективный план досугов и развлечений (см. Приложение № 2)*

**2.2 Учебный план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Старшая группа | Подготовительная группа |
| октябрь | 4 | 4 |
| ноябрь | 3 | 3 |
| Декабрь | 4 | 4 |
| январь | 3 | 3 |
| февраль | 4 | 4 |
| март | 4 | 4 |
| апрель | 4 | 4 |
| май | 5 | 3 |
| Всего занятий | 31 | 29 |
| Продолжительность  занятия | 25 мин | 30 мин |
| Всего | 775 | 870 |

**Санитарно-гигиенические условия проведения ОД по плаванию включают следующее:**

* Освещенные и проветриваемые помещения;
* Текущая и генеральная дезинфекция помещений и инвентаря;
* Анализ качества воды и дезинфекции помещений и оборудования (контролируется санэпидстанцией.)

**Обеспечение безопасности занятий по плаванию:**

-не допускать неорганизованного плавания, самовольных прыжков в воду и ныряния;

-не разрешать детям толкать друг друга и погружаться с головой в воду, садиться друг на друга, хватать за руки и за ноги, нырять навстречу друг другу, громко кричать, звать на помощь, когда она не требуется;

-не проводить занятия с группами, превышающими 10-15 человек;

-допускать детей к занятиям только с разрешения врача;

-приучать детей выходить из воды по неотложной необходимости только с разрешения преподавателя;

-проводить поименно перекличку детей до входа в воду и после выхода из нее;

-во время занятий внимательно наблюдать за детьми, видеть всю группу, каждого занимающегося отдельно и быть готовым в случае необходимости быстро оказать помощь ребенку;

-обеспечить обязательное присутствие медсестры на занятии;

-при появлении признаков переохлаждения: озноб, «гусиная кожа», посинение губ, вывести ребенка из воды и дать ему согреться;

-соблюдать методическую последовательность обучения;

-знать индивидуальные данные физического развития, состояние здоровья и плавательную подготовленность каждого ребенка;

-прыжки в воду разрешать детям, умеющим уверенно держаться на поверхности воды;

-не злоупотреблять возможностями ребенка, не форсировать увеличения плавательной дистанции;

-добиваться сознательного выполнения детьми правил обеспечения безопасности занятий.

Каждый воспитанник должен знать и соблюдать следующие правила поведения в бассейне:

- внимательно слушать задание и выполнять его;

- входить в воду только по разрешению инструктора;

- не стоять без движений в воде;

- не мешать друг другу, окунаться;

- не наталкиваться друг на друга;

- не кричать;

- не звать нарочно на помощь;

- не топить друг друга;

- не бегать в помещении бассейна;

- проситься выйти по необходимости;

- выходить быстро по команде инструктора.

**2.3 Виды занятий**

***Занятия по обучению плаванию детей дошкольного возраста с ОВЗ (с ТНР) проходят:***

* + - по традиционной схеме (обучающий характер, смешанный характер, вариативный характер);
    - состоящие из набора подвижных игр большой, средней и малой интенсивности (подвижные игры, игры - эстафеты);
    - тренировки в основных стилях плавания (повторение и закрепление определенного материала, круговая тренировка с использованием вспомогательных плавательных средств (плавательных досок, нудлсов, кругов, ласт и т.п.);
    - построенное на музыкально-ритмических композициях на воде;
    - в сюжетно-игровой форме (может включать различные задачи по развитию речи и ознакомлением с окружающим миром, а также по формированию элементарных математических представлений);
    - по интересам, на выбор детей (с нудлсами, досками, мячами, тонущими и плавающими игрушками и др.).

# Структура проведения занятия по обучению плаванию.

Занятие состоит из 3 частей:

* Подготовительная часть (о.р.у. на суше и в воде)
* Основная (специальные и подготовительные упражнения)
* Заключительная (игры и игровые и упражнения на внимание)

***В подготовительной части:***

* разъясняются задачи занятия;
* выполняются упражнения в ходьбе и беге;
* выполняются прыжковые упражнения;
* выполняются общеразвивающие и подготовительные упражнения.

***В основной*** ***части:***

* закрепление и повторение приобретённых навыков;
* изучение нового с помощью игр, игровых упражнений.

***В заключительной части:***

* снижение эмоциональной и физической нагрузки;
* игры малой подвижности;
* упражнения на расслабление и релаксацию;
* свободное плавание;

 индивидуальная работа;

* подведение итогов занятия.

# Отличительные черты работы с детьми с нарушениями речи:

* большое количество повторений при показе упражнений;
* более продолжительный показ и неоднократное объяснение при показе фотографий, рисунков, схем и т.д.;
* более длительное запоминание расположения в зале зрительных ориентиров;
* часто замедленная реакция на звуковые сигналы;
* более длительные объяснения, описания упражнений и т.д.

# Методы физического развития и воспитания.

**Методы и приемы обучения**

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

***Приемы:***

- объяснение

- показ

- пояснение

- повторение

- подражание

- соревнования (индивидуальные и командные)

- анализ и оценка выполнения движений

- проверка

- вопросы.

В работе с детьми с нарушением речи словесные методы сочетаются и используются вместе с практическими и наглядными. Словесные методы активизируют мышление ребёнка, внимание, память, способствуют созданию более точных зрительных представлений о движении.

**Часть, определяемая участниками образовательных отношений**

Разработанная программа предусматривает включение воспитанников в процессы ознакомления с региональными особенностями Вологодского края через народные подвижные игры, песни, танцы Вологодской области. Основной целью работы является развитие духовно-нравственной культуры ребенка, формирование ценностных ориентаций средствами традиционной народной культуры родного края.

Народные игры, песни, пляски — ценнейшее средство духовно-нравственного воспитания личности ребёнка. Они дают детям возможность прикоснуться к бога­тейшему наследию русской народ­ной культуры, почувствовать радость от этого, ощутить националь­ную принадлежность, постичь сво­еобразие русского национального характера, его прекрасные само­бытные качества. Народные игры, песни, пляски Вологодской области имеют ряд особенностей: они в той или иной мере несут в себе трудовой элемент, имеют коллективный характер; направляют развитие творческого мышления, рассуждения, смекалки; способствуют появлению и развитию организаторских способностей; приучают к общению со сверстниками, взаимопомощи, поддержке; развивают и укрепляют качества дружбы и товарищества. Создание подобного творчества народом представляется истинной педагогической мудростью. Эти игры имеют большое значение в физическом аспекте воспитания. Народная игра, является феноменом традиционной культуры, и служит одним из средств приобщения дошкольников к народным традициям, что в свою очередь представляет важнейший аспект воспитания духовности, патриотических чувств.

**Планирование использования игр, песен, плясок Вологодской области**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Средний возраст** | **Старший возраст** |
| Сентябрь | «Дударь» | Игра «Мельница» |
| Октябрь | Закличка «Осень, осень, в гости просим» | Песня «Говорят у нас вот так!» |
| Ноябрь | Игра «Купи бычка» | Потешка «Иванушка» |
| Декабрь | Игра – танец «Кружева» | Игра «Горшок» |
| Январь | Песня «Как у наших у ворот» | Хоровод «Ой, ты, зимушка, зима» |
| Февраль | Вологодские дразнилки | Игра «Льдинка» |
| Март | Закличка «Приходи, Весна» | Песня «Блины» |
| Апрель | Игра «Царь горох» | Дразнилка «Лентяй, лентяй» |
| Май | Игра «Ворон» | Игра «Коршун» |
| Июнь | Приговорка «Божья коровка» | Пестушка «Мое дитятко в дому» |
| Июль | Игра «Щука и караси» | Игра «Ручеек» |
| Август | Закличка «Дождик, дождик, поливай» | Частушки-веселушки |

**Аттестация промежуточных результатов воспитанников**

Реализация рабочей программы по обучению плаванию, предполагает оценку индивидуального развития детей. Педагогическая диагностика проводится в ходе тестирования детей в специально организованной деятельности - 2 раза в год. В процессе диагностики исследуются уровень подготовленности детей по плаванию путем наблюдений за ребенком. Получаемая в ходе наблюдения информация, является основанием для прогнозирования деятельности, осуществления необходимой коррекции, инструментом оповещения родителей (законных представителей) о состоянии и проблемах, выявленных у ребенка.

Уровень развития основных навыков плавания оценивается с помощью тестирования плавательных умений и навыков детей в каждой возрастной группе. В качестве критериев оценки выбран ряд контрольных упражнений из программного материала. Для проведения контрольных упражнений необходим секундомер, с помощью которого фиксируются временные показатели упражнений с точностью до 0,1секунды, вспомогательные средства обучения, протокол обследования навыков плавания в разных возрастных группах.

**КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ УМЕНИЙ И НАВЫКОВ ДЕТЕЙ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЫ.**

**Вдох и выдох в воду.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Уровни | **Длительность выдоха** | | **Количество вдохов и выдохов** | |
|  | **Мальчики** | **Девочки** | **Мальчики** | **Девочки** |
| **Высокий** | 5,0 сек | 4,5 сек | 8 раз | 7 раз |
| **Средний** | 4,0 сек | 3,5 сек | 7 раз | 6 раз |
| **Низкий** | 2,0 сек | 2,0 сек | 5 раз | 4 раза |

**Методика оценки:** И.П.: стоя в воде, руки на поясе. Сделать вдох, присесть, полностью погружаясь в воду, выдохнуть. Секундомером фиксируется длительность первого по счету выдоха с момента появления пузырьков в воде до окончания выдоха – исчезновения пузырьков. Также отмечается количество выдохов.

Оценка уровней:

* Высокий – активное пускание пузырей.
* Средний - редкие воздушные пузыри
* Низкий – нет воздушных пузырей

**Скольжение на груди и на спине.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Уровни | **Мальчики** | **Девочки** |
| **Высокий** | 4,60 метра | 4,30 метра |
| **Средний** | 3,40 метра | 3,00 метра |
| **Низкий** | 3,00 метра | 2,50 метра |

**Методика оценки:** И.п.: стоя спиной к борту бассейна, руки вытянуты вверх, голова находится между руками. Сделать вдох, наклониться вперед и выполнить толчок обеими ногами от борта.

И.п. при скольжении на спине: стоя лицом к борту, руки вытянуты вверх, голова затылком касается рук. Сделать вдох, присесть, оттолкнуться обеими ногами от борта.

Оба вида скольжения выполняются до полной остановки. Измеряется расстояние от места толчка до кончиков пальцев рук в момент остановки скольжения.

Оценка уровней:

* Высокий – сильный толчок от опоры; голова опущена в воду.
* Средний – подбородок лежит на поверхности воды.
* Низкий – плечи находятся над поверхности воды.

**Скольжение на груди и на спине с движениями ног.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Уровни | **Мальчики** | **Девочки** |
| **Высокий** | 6,00 метров | 5,50 метров |
| **Средний** | 5,00 метров | 4,50 метра |
| **Низкий** | 4,00 метра | 4,20 метра |

**Методика оценки**. И.п.: стоя, спиной (лицом) к борту бассейна, руки вытянуты вверх. Сделать вдох, присесть, оттолкнуться двумя ногами от борта и во время скольжения на груди (спине) выполнить попеременные движения ногами в стиле кроль. Дыхание произвольное. Расстояние измеряется от места отталкивания до места остановки (по кончикам пальцев вытянутых вперед рук).

Оценка уровней:

* Высокий - колени не появляются на поверхности воды, стопы вспенивают воду (на спине). На поверхности воды появляются пятки, вспенивая воду (на груди)
* Средний – на поверхности воды появляются колени, при движении ногами образуются брызги (на спине). На поверхности воды появляется голень при движении ногами образуются брызги (на груди)
* Низкий – на поверхности воды появляется бедро, при движении ногами образуются сильные брызги.

**Плавание способом «Кроль» на груди и на спине.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Уровни | **Мальчики** | **Девочки** |
| **Высокий** | 7,50 метров | 7,00 метров |
| **Средний** | 6,50 метров | 6,00 метров |
| **Низкий** | 5,50 метров | 5,00 метров |

**Методика оценки**. И.п.: стоя спиной (лицом) к борту бассейна, руки вытянуты вверх. Сделать вдох, присесть, оттолкнуться двумя ногами. Проплыть способом «кроль» на груди (спине) без остановок. Расстояние измеряется от места отталкивания до места остановки.

Оценка уровней:

* Высокий – попеременная работа рук, непрерывные движения ногами, вдох выполняется в конце гребка с поворотом головы в сторону.
* Средний – на каждый цикл работы обеих рук ноги не делают 4х движений снизу вверх. Дыхание сбивается.
* Низкий – на каждый цикл работы обеих рук ноги не делают движений снизу вверх, дыхание не сочетается с работой рук.

**2.4**  **Взаимодействие с семьями воспитанников**

Задачи:

* Способствовать повышению компетентности родителей (законных представителей) в вопросах охраны и укрепления их физического и психического здоровья, развития их индивидуальных способностей.
* Вовлекать родителей и других членов семей воспитанников в совместно- образовательную деятельность с детьми.
* Расширять кругозор родителей об обучении навыкам плавания.
* Поддерживать интерес семей к физической культуре, спорту.
* Повышать значения плавания в закаливании и оздоровлении детей.

**Перспективный план работы с родителями**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Форма работы | Тема | Сроки |
| 1.Наглядная информация:   * Фото стенд * Группа «Вконтакте» | «Учимся плавать»  «Что должны знать родители перед первым посещением бассейна»  «Безопасность –это важно!»  «Плыть или не плыть? Вот в чем вопрос» | Раз в 2 месяца  Ежемесячно  Сентябрь-март |
|  | «Ознакомление с результатами диагностики уровня плавательных навыков» | Октябрь, май |
| «Система работы по обучению детей плаванию с ТНР» | Ноябрь |
| «Готовим принадлежности в бассейн правильно» | Сентябрь |
| 3. Выступление на родительских собраниях | «Особенности организации занятий по плаванию для детей с ТНР» | В течении года по приглашению |
| 4.Агитация и сопровождение семей участников в городских массовых стартах | «Кросс Нации»  «Лыжня России»  «Всероссийский День Здоровья» | Сентябрь  Февраль  Апрель |
| 7.Посещения занятий по плаванию | «День открытых дверей» | По плану Доу |

**2.5 Формы работы с педагогами**

**Задачи:**

* Повысить компетентность педагогов в вопросах физического развития детей
* Формировать у педагогов умение осуществлять индивидуально-дифференцированный подход к воспитанникам в процессе ФОР.

**Перспективный план работы с педагогами**

|  |  |
| --- | --- |
| Форма работы | Сроки |
| 1.Знакомство с результатами диагностики уровня плавательных навыков | Октябрь, май |
| 2 .Участие в праздниках | Согласно годовому плану |
| 3 .Индивидуальные консультации | По запросу |
| 4.Итоговый педсовет «Отчет по физкультурно-оздоровительной работе за год» | Май |

1. **Организационный раздел**

**3.1 Циклограмма организованной образовательной деятельности с детьми.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| День недели | Время | Группа |
| Четверг | 11.00-11.30  11.40-12.10 | Группа № 2  Группа № 4 |
| Среда | 11.30-12.00 | Группа № 7 |
| Пятница | 11.15-12.45 | Группа № 3 |

**3.2 Организация двигательной деятельности детском саду.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Виды занятий** | **Особенности организации** | |
| **Шестой год жизни** | **Седьмой год жизни** |
| Самостоятельная двига­тельная деятельность | Ежедневно, характер и продолжительность зависят от индивиду­альных данных и потребностей детей | |
| Занятия по физической культуре, плаванию | 2—3 раза в неделю (25 мин), в помещении, на участке. 1 занятие в неделю (25 мин) группами не более 10—12 чел.- плавание. | 2—3 раза в неделю (30 мин) в помещении, на участке. 1 занятие в неделю (30 мин) группами не более 10—12 чел. - плавание. |
| Утренняя гимнастика | Ежедневно (8—10 мин) | Ежедневно (10—12 мин) |
| Двигательная разминка, воздушные процедуры после дневного сна | Ежедневно, по мере пробужде­ния и подъема детей (8— 10 мин) | Ежедневно, по мере пробужде­ния и подъема детей (10— 12 мин) |
| Подвижные игры и физи­ческие упражнения на открытом воздухе | Ежедневно, не менее 2 раз в день (15—20 мин) | Ежедневно, не менее 2 раз в день (15—20 мин) |
| Физкультминутка | По мере необходимости, в зави­симости от вида и содержания занятий (2—3 мин) | По мере необходимости, в зави­симости от вида и содержания занятий (3—5 мин) |
| Физкультурный досуг | 1 раз в месяц (25—30 мин) | 1 раз в месяц (30—35 мин) |
| Физкультурные праздни­ки, в том числе на воде | 2—3 раза в год (60—90 мин) | 2—4 раза в год (60—90 мин) |
| Неделя спорта | 1 раз в год | 1 раз в год |
| Участие родителей в за­нятиях, физкультурно-массовых мероприятиях детского сада | В течение года | В течение года |

**3.3 Материально – технические условия организации занятий плаванием детей дошкольного возраста:**

**Технические средства обучения**

* Музыкальный центр;
* CD и МР3 материал,
* Ноутбук, проектор.

**Наглядно – образный материал**

* Фото, иллюстрации и репродукции (спортсмены, виды спорта);
* Наглядно - дидактический материал
* Картотеки (подвижных игр, ОРУ, дыхательных упражнений и мн. другие).

Развивающая предметно-пространственная среда должна быть содержательно-насыщенной, трансформируемой, вариативной, доступной и безопасной.

Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды в бассейне детского сада в том, что среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание совершенствоваться в приобретённых навыках плавания, познавать, побуждать применять в играх своё умение. В ходе игр, в том числе игровых упражнений, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Водная среда должна предоставлять условия для игрового обучения плаванию и развития моторных функций и координации ребёнка.

Водное пространство должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и предоставлять достаточно места для двигательной активности).

**Спортивное оборудование:**

* Тонущие и плавающие игрушки
* Доски для плавания
* Круги
* Нарукавники
* Очки для плавания
* Нудолсы
* Резиновые мячи разных размеров
* Надувные игрушки

**3.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий.**

Программа предусматривает организацию культурно-досуговой деятельности воспитанников, задачами которой являются:

- организация культурного отдыха детей, их эмоциональной разрядки;

- развитие детского творчества в двигательной деятельности;

- создание условий для двигательного взаимодействия детей и взрослых;

- обогащение двигательного опыта детей разнообразными действиями;

- формирование у детей представлений об активных формах культурного отдыха, воспитание потребности в их самостоятельной организации.

Цикличность организации досуговых мероприятий предполагает еженедельное их проведение (от 10 до 30 минут, в зависимости от возраста) во второй половине дня, спортивные праздники 1 раз в месяц.

Содержание досуговых мероприятий планируется в зависимости от текущих программных задач, времени года, возрастными особенностями детей, интересов и потребностей дошкольников. Для организации и проведения детских досугов возможно привлечение родителей и других членов семей воспитанников, бывших выпускников детского сада, учащихся музыкальных и спортивных школ, специалистов системы дополнительного образования, учреждений социума и пр.

Тематический принцип построения образовательного процесса позволил ввести региональные и культурные компоненты, учитывать приоритет дошкольного учреждения.

Формы организации досуговых мероприятий:

- праздники и развлечения различной тематики;

- выставки детского творчества, совместного творчества детей, педагогов и родителей, фотовыставки;

- спортивные и познавательные досуги, в т.ч. проводимые совместно с родителями (другими членами семей воспитанников);

- творческие проекты, мастерские, мастер-классы и пр.

Воспитательный план работы:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Форма работы | Тема | Сроки |
| Праздник | «День знаний» | Сентябрь |
| Презентация | «Спортивный Череповец» | Ноябрь |
| Беседа | «Безопасность на льду» | Декабрь |
| Проектная деятельность | «От богатырей до защитников отечества» | Февраль |
| Беседа | «Всемирный день здоровья»» | Март |
| Проект | «Тайны вселенной» | Апрель |
| Презентация | «Безопасность на воде» | Май |
| Праздник | «День защиты детей» | июнь |

**3.5. Перечень необходимых для осуществления воспитательно-образовательного процесса программ, технологий, методических пособий**

1. Алиева Т.И., Антонова Т.В., Парамонова Л.А. и др. – Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования. – 4-е изд., перерад. и доп. / Под ред. Л.А. Парамоновой. – М.: ТЦ Сфера, 2011. 320 с.
2. Алиева Т.И., Арушанова А.Г., Васюкова Н.Е., Иванкова Р.А., Кондратьева Н.Л., Лыкова И. А., Парамонова Л.А., Протасова Е.Ю., Родина Н.М., Рубан Т.Г., Рычагова Е.С., Тарунтаева Т.В. Развивающие занятия с детьми 3-4 лет / Под ред. Парамоновой Л.А. – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2008. – 1002 с.
3. Алиева Т.И., Арушанова А.Г., Васюкова Н.Е., Иванкова Р.А., Кондратьева Н.Л., Лыкова И. А., Парамонова Л.А., Протасова Е.Ю., Родина Н.М., Рубан Т.Г., Рычагова Е.С., Тарунтаева Т.В. Развивающие занятия с детьми 4-5 лет / Под ред. Парамоновой Л.А. – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2008. – 1002 с.
4. Алиева Т.И., Арушанова А.Г., Васюкова Н.Е., Иванкова Р.А., Кондратьева Н.Л., Лыкова И. А., Парамонова Л.А., Протасова Е.Ю., Родина Н.М., Рубан Т.Г., Рычагова Е.С., Тарунтаева Т.В. Развивающие занятия с детьми 5-6 лет / Под ред. Парамоновой Л.А. – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2007. – 782 с.
5. Алиева Т.И., Арушанова А.Г., Васюкова Н.Е., Иванкова Р.А., Кондратьева Н.Л., Лыкова И. А., Парамонова Л.А., Протасова Е.Ю., Родина Н.М., Рубан Т.Г., Рычагова Е.С., Тарунтаева Т.В. Развивающие занятия с детьми 6-7 лет / Под ред. Парамоновой Л.А. – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2008. – 1002 с.
6. Алиева Т.И., Парамонова Л.А., Трифонова Е.В. и др. Мониторинг достижения детьми планируемых результатов освоения программы. – М.: ТЦ Сфера, 2013. – 128с.
7. Железнова Е.Р. Оздоровительная гимнастика и подвижные игры для старших дошкольников. – СПб.: ООО «Издательство «Детство-пресс», 2013. – 80 с.
8. Желобкович Е.Ф 150 эстафет для детей дошкольного возраста Москва: Скрипторий 2003
9. Зимонина В.Н. Расту здоровым. Программно-методическое пособие для детского сада: В 2 ч. – М.: ТЦ Сфера, 2013.
10. Нищева Н.В. Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики. Изд. 2-е, дополненное. – СПб.: ООО «Издательство «Детство-пресс», 2013. – 80 с.
11. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. Москва: Просвещение, 1973.
12. Соченова Е.А. Комплексы утренней гимнастики для детей 4-5 лет. – СПб.: ООО Издательство «Детство - пресс», 2010.
13. Степаненкова Э.Я. «Физическое воспитание в детском саду». М.: Мозаика – Синтез, 2005г,
14. Рунова М.А. Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 5-7 лет. М.: Просвещение, 2007 г
15. Умные карточки. Настольно-печатная игра. Спорт. - М.: ЗАО «РОСМЭН», 2014.
16. «Раз, два, три, плыви» М. Рыбак, Г. Глушкова, Г.Поташова. Методическое пособие для дошкольных образовательных учреждений. Москва, обруч, 2010г.
17. «Как научить ребенка плавать» И.В.Сидорова (практическое пособие) М., 2011г.
18. «Обучение плаванию в детском саду» Т.И.Осокина, Е.А.Тимофеева, Т.Л.Богина. -М.: Просвещение, 1991.
19. «Обучение плаванию в детском саду» под ред.Т.И.Осокиной, Е.А.Тимофеева, Т.Л.Богина.
20. «Программа обучению детей плаванию в детском саду» Е. К. Воронова С-П., 2010г.

Перечень методическихпособий[http://gemchuginka-35.ru/](https://vk.com/away.php?to=http%3A%2F%2Fgemchuginka-35.ru%2F&cc_key=) Ссылка на сайт учреждения.

Приложение №1

Перспективное планирование непосредственно образовательной деятельности

Старшая группа

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **I неделя** | **II неделя** | **III неделя** | **IV неделя** |
| **ОКТЯБРЬ** | **Ходьба парами, группой, держась за руки**  **упражнение «Полоскание белья»**  **умыться, полить воду на лицо**  **погружаться до подбородка**  **игра «Цапли», «Карусели»**  **Индивидуальная работа**  **Диагностика плавательных навыков** | **Ходьба с гребковыми движениями рук, руки за спину**  **упражнение «Волны на море»**  **поливать воду на голову**  **погружаться до уровня носа**  **игра «Дровосек в воде», «Дождик лей»**  **Индивидуальная работа**  **Диагностика плавательных навыков** | **Вбежать в воду, окунувшись**  **ходьба спиной вперед**  **прыжки из воды**  **передвигаться по дну различными способами**  **упражнение «Нос утонул»**  **игра «Мы веселые ребята»**  **Индивидуальная работа** | **Бег по дну бассейна в различных направлениях**  **ходьба спиной вперед с гребковыми движениями рук**  **упражнение «Кто выше»**  **передвигаться – «Крокодилы»**  **игра «Футбол в воде»**  **Индивидуальная работа** |
| **НОЯБРЬ** | **Вбегать в воду, падая на нее**  **передвижение по дну назад**  **класть лицо в воду в ладоши**  **брызгать друг друга**  **движения ног**  **кроль на груди**  **игра «Волны на море»**  **Индивидуальная работа** | **Падать на воду**  **передвижение по дну боком**  **класть лицо в воду, задержав дыхание**  **ходить парами**  **движение ног**  **кроль на груди**  **игра «Фонтан»**  **рни «Салочки в два круга»**  **Индивидуальная работа** | **Продвигаться в воде, прыгая «Как зайчики»**  **выдох в воду по сигналу**  **работа ног на спине упор о дно бассейна**  **упражнение «Остуди чай»**  **игра «Бегом за мячом», «Коробочка»**  **Индивидуальная работа** | **Брызгаться, окунаясь в воду**  **по сигналу задерживать дыхание**  **движения ног с опорой**  **погружение с головой**  **игра «Карасик и щука»**  **рни «Салочки в два круга»**  **свободное купание**  **Индивидуальная работа** |
| **ДЕКАБРЬ** | **Вход парами**  **погружение вводу с выдохом парами**  **погружение с открыванием глаз**  **движение ног с опорой**  **упражнение «У кого больше пузырей»**  **игра «Переправа»**  **Индивидуальная работа** | **Самостоятельно входить в воду**  **упражнение «Насос»**  **упражнение «Достань игрушку»**  **лежание на груди с выдохом**  **выдохи в воду**  **игра «Байдарки», «Хоровод»**  **Индивидуальная работа** | **Вбегать и окунаться**  **выдохи в воду с погружением парами**  **движения ног с опорой**  **поиск предметов в воде, открывая глаза**  **игра «Покажи пятки», «Невод», рни «Веревочка»**  **Индивидуальная работа** | **Окунаться самостоятельно**  **упражнение «Насос» с поворотом головы**  **работа ног с опорой и без**  **подныривание в обруч**  **игра «Пролезь в круг», «Карусели»**  **Индивидуальная работа** |
| **ЯНВАРЬ** | **Ходьба и бег, с гребковыми движениями рук**  **упражнение «Покажи пятки»**  **попытка упражнения «Поплавок», «Медуза»**  **игра «Поезд в туннель»**  **Индивидуальная работа** | **Прыжки с продвижением вперед**  **работа ног без опоры на спине**  **выдохи в воду при погружении и лежании на груди**  **игра «Коробочка», «Караси и щука»**  **рни «Салочки в два круга»**  **Индивидуальная работа** | **Свободное купание и плавание**  **игры «Карусели», «Фонтан», «Смелые ребята»**  **рни «Салочки в два круга»**  **Индивидуальная работа** | **Упражнение «Поплавок»**  **погружение с головой с выдохом**  **приседать с выдохом в воду**  **ходьба на руках**  **игра «Тюлени», «На буксире»**  **Индивидуальная работа** |
| **ФЕВРАЛЬ** | **Приседать, погружаясь в воду**  **стоя, движения руками «Мельница»**  **выполнять движения ног с помощью**  **упражнение «Поплавок»**  **упражнение «Стрела»**  **игра «Невод»**  **Индивидуальная работа** | **Выдохи в воду, приседая**  **упражнение «Поплавок»**  **упражнение «Стрела»**  **лежание на спине**  **движения гребковые руками на спине**  **игра «Кто как плавает»**  **Индивидуальная работа** | **Упражнение «Поплавок»**  **упражнение «Звезда»**  **лежание на спине**  **скольжение на груди**  **скольжение на спине**  **игра «Охотники и утка»**  **рни «Салочки в два круга»**  **Индивидуальная работа** | **Лежание на спине без опоры**  **движения ног с опорой**  **выдохи в воду с поворотом головы**  **скольжение на груди**  **свободное плавание**  **Индивидуальная работа** |
| **МАРТ** | **Скольжение на груди**  **скольжение на спине**  **выдохи в воду**  **сочетать движения ног с дыханием**  **игра «Караси и карпы»**  **Индивидуальная работа** | **Плавание на груди с опорой**  **плавание на спине с опорой**  **движения ног в координации с дыханием**  **игра «Удочка», «Пятнашки»**  **Индивидуальная работа** | **Скольжение на груди и на спине**  **движения ног с опорой**  **выдохи в воду с поворотом головы в лежании на груди**  **в наклоне вперед работа рук кролем**  **игра «Качели», «Торпеда», рни «Караси ищука»**  **Индивидуальная работа** | **Плавание на груди и на спине с работой ног с опорой**  **выдохи в воду**  **скольжение на груди и на спине с работой ног в координации с дыханием**  **Свободное плавание**  **Индивидуальная работа** |
| **АПРЕЛЬ** | **Скольжение на груди с выдохом**  **скольжение на спине с движениями ног**  **выдохи в воду**  **плавание на груди в координации дыхания**  **игра «Хоровод», «Морской бой»**  **Индивидуальная работа** | **Плавание на груди и на спине при помощи ног с опорой**  **скольжение на груди с опорой с гребковыми движениями рук**  **игра «Щука», рни «Ворон»**  **Индивидуальная работа** | **Стоя, работа рук на груди, на спине**  **плавание с задержкой дыхания**  **скольжение на груди и на спине с движениями рук**  **игра «Пятнашки»**  **Индивидуальная работа** | **Плавание с задержкой дыхания**  **работа рук стоя, в скольжении на груди, на спине**  **выдохи в воду**  **игра «Кто кого?»**  **Индивидуальная работа** |
| **МАЙ** | **Скольжение на груди с постепенным выдохом**  **скольжение на спине с движениями ног**  **выдохи в воду**  **игра «Винт», «Кувырок в воде»**  **Индивидуальная работа**  **Диагностика плавательных навыков** | **Плавать с полной координацией движений рук и ног с чередованием плавания на задержке дыхания**  **игра «Невод», «Караси и карпы»**  **Индивидуальная работа**  **Диагностика плавательных навыков** | **Плавание на груди и на спине на дальность и скорость**  **свободное плавание**  **Индивидуальная работа** | **Свободное плавание**  **игры по выбору**  **Индивидуальная работа** |

**Подготовительная группа**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **I неделя** | **II неделя** | **III неделя** | **IV неделя** |
| ОКТЯБРЬ | Лежать на спине  лежать на груди  упражнение на дыхание  прыжок в воду с бортика  игра «Поплавок», «Море волнуется»  Индивидуальная работа  **Диагностика плавательных навыков** | Лежание на груди  скольжение на спине  упражнение на дыхание «Дровосек в воде»  свободное плавание  Индивидуальная работа  **Диагностика плавательных навыков** | Лежание на груди  скольжение на спине  упражнение на дыхание  прыжок в воду с бортика (страховка)  игра «Тюлени», «Покажи пятки»  Индивидуальная работа | Лежание на груди  Скольжение на спине с различным положением рук  Скольжение на груди  Упражнение на дыхание  Игра «Водолазы» |
| НОЯБРЬ | Скольжение на груди  работа ногами на груди и спине у бортика  упражнение на дыхание  прыжки в воду с бортика  игра «Волны на море» | Скольжение на груди  упражнение на дыхание  свободное плавание  игры (по желанию)  рни «Салочки в два круга»  Индивидуальная работа | Скольжение на спине с различным положением рук  упражнение на дыхание  работа ног у бортика  игра «Смелые ребята»  Индивидуальная работа | Скольжение на груди  прыжки в воду с бортика  упражнение на дыхание  игра «Сердитая рыбка»  Индивидуальная работа |
| ДЕКАБРЬ | Работа ног на спине с опорой и без  упражнение на дыхание  спад в воду  игра «Поймай воду»  свободное плавание  Индивидуальная работа | Работа ног на груди с опорой и без  скольжение на груди с работой рук в разных положениях  лежание на спине с опорой и без  игра «Водолазы»  Рни «Ворон»  Индивидуальная работа | Лежание на спине  упражнение «Медуза»  плавание на спине, координируя движения упражнение на дыхание  спад в воду  Игра «Фонтан»  Рни «Ворон»  Индивидуальная работа | Лежание на спине без опоры  плавание на сине, координируя движения  игра «Караси и щука»  свободное плавание  Индивидуальная работа |
| ЯНВАРЬ | Упражнение «Медуза»  упражнение «Звездочка»  плавание на спине в координации движения  упражнение на дыхание  игра «Коробочка» | Лежание на груди  скольжение на спине  игра «Мы ребята смелые»  свободные игры с мячом  Индивидуальная работа | Лежание на груди  скольжение на спине  работа ног на груди  плавание на спине  упражнение на дыхание  свободное плавание | Лежание на груди с опорой и без  скольжение на спине с опорой и без  скольжение на груди с опорой и без  игра «Веселые подводники»  Индивидуальная работа |
| ФЕВРАЛЬ | Работа ног на спине без опоры  скольжение на груди без опоры  упражнение на дыхание  игра «Карусели», «Сердитая рыбка»  Индивидуальная работа | Работа ног на груди без опоры  упражнение «Медуза»  движение рук на спине  прыжок в воду с бортика  игра «Футбол на воде» | Работа ног в скольжении на груди  упражнение «Поплавок», «Медуза», «Звезда»  прыжок вниз головой  игра «Море волнуется»  Индивидуальная работа | Плавание на груди с движениями рук  упражнение на дыхание  работа ног с опорой и без  свободные игры с мячом  Индивидуальная работа |
| МАРТ | Плавание на груди с различными положениями рук  упражнение на дыхание  движение ног  прыжки в воду  игра «Футбол на воде» | Плавание на спине с различным положением рук  упражнение на дыхание  движение ног  прыжки в воду  игра «Водное поле» | Упражнение «Медуза», «Звезда», «Поплавок»  скольжение на груди и на спине с работой ног  свободное плавание  Индивидуальная работа | Обучение  игры «Водное поло»  свободные передвижения  Индивидуальная работа |
| АПРЕЛЬ | Скольжение на спине с работой рук  прыжки в воду  упражнение на дыхание  игра «Водолазы» | Скольжение на спине с работой ног  прыжки в воду  упражнение на дыхание  игра «Мы ребята смелые» | Скольжение на груди и на спине на дальность проплывания  свободные передвижения в воде  Индивидуальная работа | Плавание на груди в координации  упражнение на дыхание  прыжки в воду  игра «Море волнуется» |
| МАЙ | Плавание на спине в координации  упражнение на дыхание  прыжки в воду  игра Водное поло»  **Диагностика плавательных навыков** | Упражнение на дыхание  прыжки в воду  плавание, координируя движения  свободное плавание  **Диагностика плавательных навыков** | Плавание на груди  плавание на спине (контрольные нормативы)  игры с мячом  Индивидуальная работа | Свободные игры по выбору  Индивидуальная работа |

Приложение № 2

Перспективный план досугов и развлечений

в группах № 2, № 4, № 7, № 3

|  |  |
| --- | --- |
| Месяц | Название |
| октябрь | На старт, Внимание, Марш! |
| ноябрь | Прогулки по воде |
| декабрь | Новый год встречаем |
| январь | Купайся с удовольствием |
| февраль | Морские сражения |
| март | Букварь здоровья |
| апрель | Вселенная зовет! |
| май | Не шути с водой! |

План работы с детьми на 2024-2025 учебный год

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Срок** | **Мероприятие/тема** | **Возраст детей** |
| Сентябрь | Городская спортивно-туристическая игра «с-Тигра» | Подготовительные группы |
| Сентябрь | Диагностика уровня физической подготовленности детей | Подготовительные группы |
| Сентябрь | Всероссийский день бега – «Кросс Нации 2024». | Старшие и подготовительные группы |
| Октябрь | Подготовка детей с соревнованиям по прыжкам на скакалке «Роупскрипинг» | Подготовительные группы |
| Ноябрь | Соревнования по плаванию «День пловца» | Старшие и подготовительные группы |
| Февраль | Всероссийская массовая лыжная гонка «Лыжня России 2025». | Старшие и подготовительные группы |
| Апрель | Участие в городском проекте  «ГТО без границ» | Подготовительные группы |
| Март | Зимний спортивный праздник посвященный Дню здоровья | Подготовительные группы |
| Февраль-апрель | Подготовка детей к фестивалю по детской аэробике и утренней гимнастики | Подготовительные группы |
| Апрель | Городской фестиваль современной хореографии «Движение» | Подготовительные группы |
| Апрель | Участие в городских соревнованиях по флорболу | Старшие, подготовительные группы |