

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 56»

ПРИНЯТО:
на Совете педагогов
протокол № 1
17.08.2023г.

УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий МБДОУ д/с № 56
_____ О.Л.Мурина
Приказ № 54 от 18.08.2023 г.

Рабочая программа
по обучению детей дошкольного возраста плаванию
(образовательная область «Физическое развитие»)
на 2023 - 2024 учебный год

Составитель:
Климантова Людмила Федоровна,
инструктор по физкультуре
на бассейн, высшей
квалификационной категории

г. Глазов, 2023г.

Содержание

№	Наименование
1	Целевой раздел
1.1	Пояснительная записка
1.1.1	Цели и задачи рабочей программы по обучению детей плаванию
1.1.2	Принципы и подходы к формированию рабочей программы
1.2	Планируемые результаты освоения рабочей программы
1.3	Подходы к педагогической диагностике достижения планируемых результатов
2	Содержательный раздел
2.1	Задачи и содержание воспитательно-образовательной деятельности по обучению плаванию детей 3-7(8) лет по возрастным группам, создание воспитывающей среды
2.2	Вариативные формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы
2.3	Особенности организации образовательной деятельности в бассейне
2.4	Способы и направления поддержки детской инициативы
2.5	Особенности взаимодействия инструктора по физкультуре на бассейн с семьями обучающихся
2.6	Направления, задачи и содержание коррекционно-развивающей работы
3	Организационный раздел
3.1	Описание условий реализации рабочей программы:
3.1.1	Психолого-педагогические условия
3.1.2	Особенности организации РППС в бассейне
3.1.3	Материально-техническое обеспечение рабочей программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания
3.1.4	Кадровые условия
3.1.5	Санитарно-гигиенические условия
3.2	Образовательная деятельность в бассейне в режиме и распорядке дня
3.3	Календарный план воспитательной работы в бассейне
4	Краткая презентация рабочей программы
5	Приложения:
-	Список методической литературы
-	Список средств обучения и воспитания

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа по обучению плаванию детей 3-7(8) лет (далее – РП по ОП) разработана в соответствии с Образовательной программой дошкольного образования МБДОУ д/с № 56 (далее ОП ДО МБДОУ) на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования /Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 г. № 1155, с изменениями и дополнениями, внесенными приказами Министерства просвещения РФ от 21.01.2019 г. № 31 и 08.11.2022 г. № 955/ (далее – ФГОС ДО);
- Федеральная образовательная программа дошкольного образования /Приказ Министерства просвещения РФ от 25.11.2022 г. № 1028/ (далее – ФОП ДО);
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утверждённые постановлением 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», утверждённые постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 г. № 2;
- Санитарные правила СП 2.1.3678-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к эксплуатации помещений, зданий, сооружений, оборудования и транспорта, а также условиям деятельности хозяйствующих субъектов, осуществляющих продажу товаров, выполнение работ или оказание услуг» утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 24.12.2020 № 44.

Обучение детей плаванию входит в содержание образовательной области «Физическое развитие» ОП ДО МБДОУ. РП по ОП предусмотрена для проведения занятий в бассейне МБДОУ с обучающимися групп общеразвивающей направленности, однородных по возрастному составу детей.

РП по ОП направлена на реализацию ФОП ДО и определяет содержание и организацию образовательного процесса по обучению плаванию детей 3-7(8) лет с учетом парциальной программы «Обучение плаванию в детском саду» Т.И.Осокиной (далее – программа Т.И.Осокиной).

РП по ОП предусматривает реализацию регионального компонента. В основе регионального компонента лежит долгосрочный образовательный проект МБДОУ «Люби и береги свой край родной», включающий систему работы по ознакомлению детей с родным краем, предусматривающую интеграцию регионального содержания в разные образовательные области ОП ДО МБДОУ, в том числе в образовательную область «Физическое развитие».

РП по ОП может быть изменена и дополнена в связи с календарными событиями и планом реализации коллективных и индивидуально–ориентированных мероприятий, обеспечивающих удовлетворение образовательных потребностей разных категорий детей.

1.1.1. Цели и задачи РП по ОП.

Цели и задачи РП по ОП определены на основе целей и задач ФОП ДО и программы Т.И.Осокиной, одной из базовых программ, в которой представлена система работы по обучению плаванию детей 2-7 лет и раскрыты вопросы, касающиеся организации и методики обучения в различных условиях.

Цель – создание благоприятных условий для оздоровления, закаливания и обеспечения всестороннего физического развития, развития психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями дошкольников.

Задачи:

- формировать у детей интерес и эмоционально положительное отношение к занятиям плаванием, потребности в занятиях плаванием вне детского сада,
- формировать у детей представления о плавании как виде спорта, о роли плавания в укреплении здоровья, совершенствовании опорно-двигательного аппарата и формировании правильной осанки, о воде как закаливающим факторе, о достижениях российских спортсменов-пловцов,
- сформировать теоретические и практические основы освоения водного пространства;
- научить детей уверенно и безбоязненно держаться на воде,
- расширять спектр двигательных умений и навыков в воде, формировать у детей плавательные умения и навыки, способствовать освоению технических элементов плавания, разных стилей и способов плавания (кроль на груди и на спине),
- воспитывать у детей психофизические качества (ловкость, гибкость, быстроту, выносливость, решительность, уверенность в своих силах и др.), развивать координацию движений, ориентировку в водном пространстве,
- способствовать становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
- воспитывать у детей волевые качества, самоконтроль и самостоятельность при выполнении движений и упражнений в воде, дисциплину, организованность, стремление соблюдать правила в подвижных играх на воде (включая игры народов родного края),
- воспитывать инициативность, умение творчески использовать приобретенные навыки в различных сочетаниях и в самых разнообразных упражнениях,
- способствовать усвоению детьми правил безопасного поведения на воде (в бассейне и на открытых водоемах),
- формировать у детей стойкие гигиенические навыки (самостоятельно раздеваться, одеваться, аккуратно складывать одежду, мыться под душем, вытираться, сушить и расчесывать волосы; знать личные вещи).

1.1.2. Принципы и подходы к формированию РП по ОП.

РП по ОП построена на единых принципах дошкольного образования (далее – ДО), установленных ФГОС ДО:

- построение образовательной деятельности по обучению детей плаванию на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), а также педагогических работников (далее вместе — взрослые) в обучении детей плаванию;

- признание ребенка полноценным участником образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в двигательной деятельности на воде;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям данного вида спорта,
- формирование познавательного интереса к плаванию,
- соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития дошкольников.

1.2. Планируемые результаты освоения РП по ОП

Планируемые результаты освоения РП по ОП представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребёнка дошкольного возраста (целевые ориентиры) на разных возрастных этапах и к завершению дошкольного образования. Планируемые результаты определены на основе ФОП ДО и программы Т.И.Осокиной.

Планируемые результаты к четырем годам:

ребёнок демонстрирует положительное отношение к занятиям плаванием, не боится воды;

ребёнок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности в воде, с интересом включается в игровые и физические упражнения на воде, подвижные игры на воде, стремится к выполнению правил в игре;

ребёнок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений на суше и в воде, сохраняет равновесие при ходьбе и прыжках в воде, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в воде в общем для всех темпе, проявляет попытки скольжения на воде на груди с предметом, с движением ног;

ребенок не боится опустить в воду лицо, задержав дыхание,

ребёнок владеет культурно-гигиеническими навыками: раздевание, одевание, обтирание и тому подобное, соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о положительном влиянии на здоровье воды и плавания;

ребёнок владеет элементарными нормами и правилами поведения, связанными с определенными разрешениями и запретами («можно», «нельзя»), демонстрирует стремление к положительным поступкам;

ребёнок проявляет интерес к правилам безопасного поведения на воде; осваивает безопасные способы поведения на воде.

Планируемые результаты к пяти годам:

ребёнок проявляет интерес к разнообразным физическим и игровым упражнениям на воде, действиям с физкультурными пособиями в воде, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности на воде;

ребёнок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений на суше и в воде, сохранение равновесия при ходьбе, беге и прыжках в воде, умение держаться на воде, опускать голову в воду, задерживать кратковременно дыхание, проявляет попытки скольжения на воде на груди без предмета, с движением рук;

ребёнок демонстрирует быстроту, выносливость, гибкость, ловкость,

ребенок активно и с интересом выполняет физические и игровые упражнения на воде и элементы техники плавания, с желанием играет в подвижные игры на воде, ориентируется в

водном пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность на воде;

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

ребёнок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены в бассейне, их правильной организации;

ребёнок познает правила безопасного поведения на воде и стремится их выполнять в повседневной жизни; стремится к одобряемым формам поведения

Планируемые результаты к шести годам:

ребёнок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности на воде, проявляет интерес к новым и знакомым физическим и игровым упражнениям на воде, показывает инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о плавании как виде спорта и форме активного отдыха;

ребёнок проявляет осознанность во время занятий плаванием в бассейне, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявить творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;

ребёнок уверенно и безбоязненно держится на воде, демонстрирует освоение основных видов движений в воде, элементов техники плавания, координацию движений при выполнении упражнений в воде, сохраняет равновесие при ходьбе, беге и прыжках в воде, владеет своим телом на воде и под водой, владеет скольжением на воде на груди и на спине с работой рук и ног;

ребёнок демонстрирует освоение техники дыхания при плавании, способность задерживать дыхание;

ребёнок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру на воде;

ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с достижениями российских спортсменов-пловцов;

ребёнок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение на воде и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих;

ребёнок владеет представлениями о безопасном поведении на воде, о спасательных средствах, соблюдает правила безопасного поведения;

ребёнок регулирует свою активность в деятельности на воде, умеет соблюдать очередность и учитывать права других детей, проявляет инициативу в деятельности на воде, слушает и понимает взрослого, действует по правилу или образцу в двигательной деятельности на воде, способен к произвольным действиям.

Планируемые результаты на этапе завершения освоения рабочей программы (к концу дошкольного возраста):

ребёнок проявляет устойчивый интерес к плаванию, любовь к воде;

ребёнок владеет спектром двигательных умений и навыков в воде (передвижения – ходьба, бег, прыжки; погружение – с открытыми, закрытыми глазами; плавание – с предметами, с опорой и без неё; скольжение, лежание на воде), усвоил основные элементы техники плавания

кролем на груди и на спине, результативно выполняет физические упражнения на воде, может контролировать свои движения и управлять ими;

ребёнок ориентируется в водном пространстве, эмоционально и двигательно раскрепощен в воде;

ребёнок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности на воде;

ребёнок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности в воде;

ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе ознакомления с достижениями российских спортсменов-пловцов;

ребёнок имеет представления о правилах безопасного поведения на воде, о спасательных средствах; соблюдает правила безопасного поведения на воде, умеет пользоваться спасательными средствами;

ребёнок имеет начальные представления о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его занятиями плаванием;

ребёнок владеет навыками личной гигиены, чистоплотен, соблюдает элементарные правила личной гигиены при мытье под душем, во время пребывания в воде;

ребёнок соблюдает элементарные социальные нормы и правила поведения в бассейне и на открытом водоеме, регулирует свое поведение и осуществляет выбор социально одобряемых действий в конкретных ситуациях;

ребёнок способен применять накопленный опыт плавания в бассейне для осуществления двигательной деятельности в открытом водоеме; в играх на воде с готовым содержанием и правилами может объяснить содержание и правила игры другим детям, в совместной игре следит за точным выполнением правил всеми участниками, стремится к личной и командной победе.

1.3. Подходы к педагогической диагностике достижения планируемых результатов

Подходы к педагогической диагностике достижения планируемых результатов определены в соответствии с требованиями ФГОС ДО. Педагогическая диагностика достижений планируемых результатов проводится инструктором по физкультуре на бассейн и направлена на изучение деятельностных умений ребёнка.

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

- 1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребёнка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- 2) оптимизации работы с группой детей.

На основе анализа полученных данных выстраивается взаимодействие инструктора по физкультуре на бассейн с детьми, воспитателями, родителями, составляются индивидуальные образовательные маршруты освоения детьми РП по ОП, а также оценивается эффективность педагогических действий и своевременно вносятся изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности по обучению детей плаванию.

Периодичность проведения педагогической диагностики: на начальном этапе освоения ребёнком РП по ОП (стартовая диагностика) и на завершающем этапе освоения РП по ОП его возрастной группой (заключительная диагностика). Сравнение результатов стартовой и заключительной диагностики позволяет выявить индивидуальную динамику формирования у

ребенка навыков плавания.

Педагогическая диагностика формирования у детей навыков плавания проводится на основе разработок Т.С. Казаковцевой, кандидата педагогических наук.

Контрольные упражнения, критерии оценки плавательной подготовленности

4 года

	Контрольные упражнения	Критерии оценки
1.	Передвижение на руках по дну, с опущенным в воду лицом (сек.)	2,8
2.	Скольжение на груди с предметом (м)	1,5
3.	Скольжение на груди с движением ног (м)	2,7
4.	Лежание на груди на мелководье (сек)	3,8

5 лет

	Контрольные упражнения	Критерии оценки
1.	Передвижение на руках по дну, с опущенным в воду лицом (сек.)	5,7
2.	Погружение с выдохом в воду (раз)	4-10
3.	Лежание на груди («Медуза») (сек.)	3,8– 9,1
4.	Скольжение на груди без предмета(м)	1,5– 2,7
5.	Скольжение на груди с движением рук(м)	2,5– 3,8
6.	Скольжение на груди с движением рук и ног(м)	3,0– 4,1

5-6, 6-7 лет

№ п/п	Контрольные упражнения	Результат			
		М 5-6 лет	Д 5-6 лет	М 6-7 лет	Д 6-7 лет
1.	Погружение с выдохом в воду (сек.)	2,8	2,9	4,5	4,3
2.	Количество выдохов	10	10	22	21
3.	Лежание на груди (сек.)	7,6	6,2	12,9	13,3
4.	Лежание на спине (сек.)	7,3	5,1	12,9	10,6
5.	Скольжение на груди (м)	2,7	2,6	4,5	4,5
6.	Скольжение на спине (м)	3,2	2,5	3,7	3,6
7.	Скольжение на груди с движениями ног(м)	3,5	3,3	10,4	10,2
8.	Скольжение на спине с движениями ног(м)	3,4	3,3	10	9,8
9.	Плавание «кроль» на груди (м)	5,3	2,4	33,8	19,8
10.	Плавание на спине (м)	3,9	3,3	32,0	19,1

**Качественная оценка техники выполнения плавательных упражнений
и плавания спортивным способом**

№ п/п	Плавательные движения	Уровень развития		
		Высокий	Средний	Низкий
1.	Скольжение на груди	Без ошибок.	Кисти не соединены. Ноги врозь. Носки не оттянуты.	Чрезмерное Прогибание Туловища (высокий подъем головы и плеч).
2.	Скольжение на спине	Без ошибок.	Кисти рук не соединены. Руки согнуты. Носки не оттянуты	Сгибание туловища в поясничной области

				(скольжение «сидя»). Голова сильно запрокинута назад.
3.	Движение ногами при плавании Кролем на груди, спине.	Практически без ошибок. Имеются нарушения в ритме движения ногами.	Неправильное положение тела на воде.	Сильное сгибание ног, стопы не повернуты во внутрь.
4.	Движение руками при плавании Кролем на груди, спине.	Без ошибок.	Пальцы рук не соединены.	Руки согнуты. Неполный гребок.
5.	Плавание Кролем на груди, спине в полной координации.	Практически без ошибок. Неритмичное дыхание.	Руки и ноги согнуты.	Нет согласования движений рук, ног и дыхания.

Результаты педагогической диагностики фиксируются в карте освоения детьми РП по ОП. Инструктор по физкультуре на бассейн составляет её самостоятельно, отражая показатели плавательной готовности детей и критерии их оценивания.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Задачи и содержание воспитательно-образовательной деятельности по обучению детей плаванию по возрастным группам

Возрастная группа	Задачи и содержание образовательной деятельности
Вторая младшая группа, 3-4 года	ФОП ДО п.22.4.1, Т.И.Осокина с.46- 61, 123-133
Средняя группа, 4-5 лет	ФОП ДО п.22.5.1, Т.И.Осокина с.61-84, 123-133
Старшая группа, 6-й год жизни	ФОП ДО п.22.6.1, Т.И.Осокина с.85-93, 95-101, 133-143
Подготовительная к школе группа, 7-й год жизни	ФОП ДО п.22.7.1, Т.И.Осокина с.93-101, 110-116, 133-154

РП по ОП предусматривает превышение содержания образовательной деятельности по обучению детей плаванию, представленного в ФОП ДО.

Возрастная группа	Содержание образовательной деятельности на воде в ФОП ДО	Содержание образовательной деятельности на воде в РП ОП
Вторая младшая группа, 3-4 года	Погружение в воду, ходьба и бег в воде прямо и по кругу, игры с плавающими игрушками в воде	Погружение лица и головы в воду, ходьба в воде вперед спиной (глубина воды до бедер или до груди) с помощью рук, попытки лежать на воде, делать выдох на границе воды и воздуха, прыжки по бассейну с продвижением вперед, выпрыгивание вверх из приседа в воде глубиной до бедер или до груди, кратковременное

		лежание на воде вытянувшись в положении на груди и на спине, кратковременное скольжение по поверхности воды.
Средняя группа, 4-5 лет	Погружение в воду с головой, попеременные движения ног в воде, держась за бортик, доску, палку, игры с предметами в воде, доставание их со дна, ходьба за предметом в воде.	Открывание глаз в воде, бег парами, попытки кратковременно держаться и скользить на воде, выдох в воду, попытки проплывания тоннеля, подныривания под гимнастическую палку, выполнение серии прыжков с продвижением вперед, простейший прыжок в воду ногами вперед, выпрыгивание вверх из приседа в воде глубиной до бедер или до груди, скольжение на груди, выполнение упражнения в паре «На буксире», упражнений «Звездочка», «Медуза».
Старшая группа, 6-й год жизни	Плавание: с движениями прямыми ногами вверх и вниз, сидя на бортике и лежа в воде, держась за опору; ходьба по дну вперед и назад, приседая, погружаясь в воду до подбородка, до глаз, опуская лицо в воду, приседание под водой, доставая предметы, идя за предметами по прямой в спокойном темпе и на скорость; скольжение на груди, плавание произвольным способом	Бег парами, ныряние в обруч, проплывание тоннеля, подныривание под гимнастическую палку, упражнения на задержку дыхания, прыжок в воду ногами вперед, попытка соскакивания в воду головой вперед, скольжение на спине, выполнение упражнения «Звездочка» на груди и на спине, выполнение упражнения «Поплавок».
Подготовительная к школе группа, 7-й год жизни	Погружение в воду с головой с открытыми глазами, скольжение на груди и спине, двигая ногами (вверх-вниз); проплывание в воротца, с надувной игрушкой или кругом в руках и без; произвольным стилем (от 10-15 м); упражнения комплексов гидроаэробики в воде у бортика и без опоры.	Ныряние в обруч, проплывание тоннеля, прыжок в воду ногами вперед, головой вперед, плавание способом кроля на груди и на спине.

Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной деятельности по обучению детей плаванию направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», а также создание условий для раскрытия детьми других базовых ценностей, таких как «Человек», «Дружба», «Красота» и др.

В процессе образовательной деятельности по обучению детей плаванию решаются задачи по всем направлениям воспитания:

Направление воспитания	Задачи
Патриотическое	Развивать у детей готовность преодолевать трудности, готовность

	стать физически крепким (будущим защитником Отечества)
Духовно-нравственное	Формировать способность к индивидуально-ответственному поведению
Социальное	Формировать у детей нравственные качества и идеалы, способствовать освоению многообразия социальных отношений вместе с опытом поведения (действовать сообща, подчиняться правилам, нести ответственность за свои поступки, действовать в интересах других, помогать друг другу)
Познавательное	Расширять представления о свойствах воды. Развивать познавательный интерес к плаванию. Приобщать к отечественным традициям и праздникам, к истории и достижениям спортсменов-пловцов родной страны
Физическое и оздоровительное	Формировать ценностное отношение детей к здоровому образу жизни, элементарные гигиенические навыки и правила безопасности. Развивать интерес к плаванию, желание научиться хорошо плавать
Трудовое	Формировать способность бережно и уважительно относиться к результатам труда других людей, развивать самостоятельность и уверенность в самообслуживании
Эстетическое	Приобщать к праздничной культуре на воде

Воспитательная работа с детьми основывается на духовно-нравственных и социокультурных ценностях и принятых в обществе правилах и нормах поведения в интересах человека, общества и опирается на следующие принципы:

Принцип гуманизма. Приоритет жизни и здоровья человека, прав и свобод личности; воспитание взаимоуважения, ответственности, бережного отношения к окружающей среде.

Принцип психологической комфортности. Построение взаимоотношений между детьми и взрослыми на основе доброжелательности, поддержки, доверия и конструктивной взаимопомощи.

Принцип следования нравственному примеру. Пример как метод воспитания позволяет расширить нравственный опыт ребенка, побудить его к открытому внутреннему диалогу, пробудить в нем нравственную рефлексию, обеспечить возможность выбора при построении собственной системы ценностных отношений, продемонстрировать ребенку реальную возможность следования идеалу в жизни.

Принципы безопасной жизнедеятельности. Защищенность важных интересов личности от внутренних и внешних угроз, воспитание через призму безопасности и безопасного поведения.

Принцип совместной деятельности ребенка и взрослого. Значимость совместной деятельности взрослого и ребенка на основе приобщения к культурным ценностям и их освоения.

Инструктор по физкультуре на бассейн определяет воспитывающую среду в бассейне, т.к. именно он находится с детьми во время занятий плаванием. Инструктор по физкультуре на бассейн является примером для детей проявления доброты, выдержки, человечности, искренности, приветливости. Особенно важна спокойная манера держаться и разговаривать, умение выбирать приемы, соответствующие настроению ребенка: вовремя пошутить, успокоить, другими словами, создать благоприятную почву для зерна воспитательных ценностей.

Взаимодействие инструктора по физкультуре на бассейн с детьми осуществляется на основе ключевых правил:

- на личном примере формировать у детей нормы общения и поведения;

- проявлять уважение к «голосу» ребенка,
- поощрять стремление детей к взаимодействию;
- содействовать проявлению детьми заботы друг о друге, чуткости к сверстникам;
- насыщать занятия образовательными ситуациями, которые сплачивают и объединяют;
- следовать общим для всех правилам и нормам поведения в бассейне (не кричать и не бегать в помещениях бассейна, не подавать ложные крики о помощи, заходить в воду и выходить из воды по команде инструктора, внимательно слушать инструктора и выполнять его указания, использовать оборудование и инвентарь по назначению и только с разрешения инструктора и др.),
- знать и соблюдать правила безопасного поведения в бассейне и на воде (не толкать друг друга на суше и в воде, в воде не хватать друг друга за руки и за ноги, не садиться друг на друга, не мешать окунаться, не нырять без указания инструктора и др.).

С правилами поведения в помещениях бассейна и на воде инструктор по физкультуре на бассейн знакомит заранее, до начала организации занятий, всех участников образовательных отношений: детей, воспитателей и родителей обучающихся.

2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации РП по ОП

Формы, способы, методы и средства реализации РП по ОП инструктор по физкультуре на бассейн определяет самостоятельно в соответствии с задачами воспитания и обучения, возрастными и индивидуальными особенностями детей, с учетом данных мониторинга оценки результативности форм, методов, средств образовательной деятельности применительно к конкретной возрастной группе детей.

Для решения образовательных задач РП по ОП используются разнообразные методы обучения:

- игровые (игровые упражнения, подвижные игры и др.),
- словесные (объяснения, образные выражения и сравнения, рассказ, беседы, команды, распоряжения и указания),
- наглядные (показ изучаемого движения в целостном виде, с разделением на части; анализ его с помощью наглядных пособий, видеосюжетов, жестов),
- практические (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),
- проблемные и другие методы обучения,
- а также образовательную технологию «Ситуация». В основе технологии «Ситуация» лежат различные ситуации, с которыми дети сталкиваются, находясь в воде. В ситуации могут участвовать как один ребенок, так и все дети, находящиеся в бассейне, или подгруппа детей.

Для решения задач обучения и воспитания инструктор по физкультуре на бассейн использует **комплекс методов**. Осуществляя выбор методов обучения и воспитания, он учитывает возрастные и личностные особенности детей, педагогический потенциал каждого метода, условия его применения.

Навыки плавания формируются у детей, закрепляются и совершенствуются при использовании различных средств обучения плаванию:

1. Общеразвивающие и специальные упражнения «суша»:

- комплекс подводящих упражнений;
- элементы «сухого плавания».

2. Подготовительные упражнения на воде, упражнения, знакомящие детей с водой и ее свойствами:
 - передвижение по дну и простейшие действия в воде;
 - погружение в воду, в том числе с головой;
 - упражнение на дыхание;
 - открывание глаз в воде;
 - всплытие и лежание на поверхности воды;
 - скольжение по поверхности воды.
3. Упражнения для разучивания техники плавания «с опорой и без»:
 - движение рук и ног;
 - дыхание пловца;
 - согласование движений рук, ног, дыхания;
 - плавание в координации движений.
4. Простейшие спады и прыжки в воду:
 - спады;
 - прыжки на месте и с продвижением;
 - прыжки в воду ногами вперед;
 - прыжки в воду головой вперед.
5. Игры и игровые упражнения способствующие:
 - развитию умения передвигаться в воде;
 - овладению навыком погружения и открывания глаз;
 - овладению выдохам в воду;
 - развитию умения всплывать;
 - овладению лежанием;
 - овладению скольжением;
 - развитию умения выполнять прыжки в воду;
 - развитию физического качества.

Инструктор по физкультуре на бассейн самостоятельно определяет средства воспитания и обучения, оборудование и инвентарь, необходимые для реализации РП по ОП. Выбор инструктором по физкультуре на бассейн педагогически обоснованных форм, методов, средств реализации РП по ОП, адекватных образовательным потребностям детей, их соотношение и интеграция при решении задач воспитания и обучения обеспечивает их вариативность.

2.3. Особенности организации образовательной деятельности в бассейне

Образовательная деятельность по обучению детей плаванию осуществляется в следующих формах:

- занятия в бассейне,
- развлечения и праздники на воде (в бассейне).

Занятие может проводиться в традиционной форме, в виде образовательных ситуаций, игровых ситуаций, тематических событий и другое.

Традиционное занятие состоит из 3 частей:

I часть: подготовительная. Включает в себя построение, приветствие, сообщение задач занятия, теоретический материал, подготовительные упражнения на суше. В этой части помимо организационной функции решается задача подготовки организма ребенка к предстоящей физической нагрузке.

II часть: основная. Решается основная задача занятия, изучается новый материал, закрепляются приобретенные на предыдущих занятиях навыки и умения.

III часть: заключительная. Решает задачу восстановления функциональных систем организма ребенка после нагрузки. В ней используются упражнения на расслабление, игры малой интенсивности. В заключительной части занятия проводится подведение итогов и оценка деятельности занимающихся.

Занятия проводятся с подгруппой младший дошкольный возраст (5-8 человек) в старшем дошкольном возрасте (8-12 человек). На занятиях используются фронтальные, групповые и индивидуальные формы организации обучения, в зависимости от задач и степени усвоения детьми программного материала. Занятия предусматривают совместную деятельность инструктора по физкультуре на бассейн и детей и самостоятельную деятельность детей.

В зависимости от решаемых образовательных задач, образовательных потребностей детей, инструктор по физкультуре на бассейн (далее – инструктор) может выбрать один или несколько вариантов совместной деятельности:

- 1) совместная деятельность инструктора с ребёнком, где, взаимодействуя с ребёнком, он обучает его;
- 2) совместная деятельность ребёнка с инструктором, при которой ребёнок и инструктор – равноправные партнеры;
- 3) совместная деятельность группы детей под руководством инструктора, который направляет совместную деятельность группы детей;
- 4) совместная деятельность детей со сверстниками без участия инструктора, но по его заданию. Инструктор в этой ситуации не является участником деятельности, но выступает в роли её организатора, ставящего задачу группе детей, тем самым, актуализируя лидерские ресурсы самих детей;
- 5) самостоятельная совместная деятельность детей без участия инструктора (свободное плавание).

Рациональная методика обучения плаванию базируется на общих **педагогических принципах:**

принцип сознательности и активности – предполагает устойчивый интерес и активное участие в занятиях плаванием;

принцип наглядности – предполагает использование наглядных пособий, ориентиров, образных выражений, заданий предметного характера, которые создают условия более четкого ощущения, воспитания, представления движений в воде и их совершенствование;

принцип доступности – предполагает постепенное возрастание требований, соответствующих психологической, физической, координационной готовности к обучению;

принцип индивидуального подхода – обеспечивает учет индивидуальных способностей и возможностей ребенка в процессе обучения;

принцип постепенности в повышении требований – предполагает определенную методическую последовательность в освоении навыка плавания – от легкого к трудному, от простого к сложному; применение широкого круга упражнений, движений и использование игрового метода для разнообразия процесса обучения;

принцип систематичности – занятия проводятся в определённой системе.

Последовательность постановки задач, подбора упражнений и приемов обучения такова:

- разучивание движений ног;
- разучивание движений рук;

- разучивание способа плавания в целом;
- совершенствование плавания в полной координации.

Каждый элемент техники изучается в следующем порядке:

- ознакомление с движением на суше;
- изучение движений с неподвижной опорой;
- изучение движений с подвижной опорой;
- изучение движений в воде без опоры

При повторении упражнений используются задания одного типа, но разного содержания. Упражнения должны опережать имеющийся у детей в данный момент уровень умений и навыков, хотя индивидуальные данные каждого ребёнка могут внести свои коррективы

В процессе образовательной деятельности инструктор по физкультуре на бассейн создает условия для свободного выбора детьми оборудования, участников совместной деятельности, принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей, поддерживает детскую инициативу и самостоятельность, устанавливает правила взаимодействия детей в воде.

Время проведения занятий, их продолжительность, суммарная образовательная нагрузка для детей дошкольного возраста соответствуют СанПиН 1.2.3685-21:

количество занятий в неделю – 2 раза,

длительность занятия: младшая группа – 15 мин., средняя группа – 20 мин., старшая группа – 25 мин., подготовительная к школе группа – 25 мин.

Развлечения на воде проводятся 1 раз в год в младшей группе – 15 мин. и в средней группе – 20 мин., а два раза в год в старшей группе – 25 мин. и подготовительной группе – 30 мин. Праздники на воде проводятся 1 раз в год длительностью 60 мин. (Т.И.Осокина с.154-157).

Праздники и развлечения позволяют реализовывать региональный компонент ОП ДО МБДОУ («В гостях у Вумурта»), приобщать детей к календарным датам и праздникам согласно ФОП ДО: «Новый год на воде», «Космическая одиссея» и др.

2.4.Способы и направления поддержки детской инициативы

В процессе занятий по плаванию инструктор по физкультуре на бассейн поддерживает детскую инициативность и самостоятельность. С этой целью он:

- уделяет внимание развитию детского интереса к плаванию, поощряя познавательные вопросы;
- организывает ситуации, способствующие активизации личного опыта ребёнка в двигательной деятельности на воде, побуждающие детей к применению полученных знаний и умений;
- расширяет и усложняет в соответствии с возможностями и особенностями развития детей область задач, которые ребёнок способен решить самостоятельно, уделяет внимание таким задачам, которые способствуют активизации у ребёнка сообразительности, находчивости, креативности;
- поощряет проявление детской инициативы в ходе занятий плаванием, используя приемы поддержки, одобрения, похвалы;
- создаёт условия для развития произвольности в деятельности, используют игры и упражнения, направленные на тренировку волевых усилий, поддержку готовности и желания ребенка преодолевать трудности,
- поощряет и поддерживает желание детей получить качественный результат в плавании, подсказывает ребенку, как можно его добиться,

- внимательно наблюдает за процессом самостоятельной деятельности детей в воде, в случае необходимости оказывают детям помощь,
- поддерживает у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивает достижения каждого ребёнка.

2.5. Особенности взаимодействия инструктора по физкультуре с семьями обучающихся

Главные цели и задачи взаимодействия инструктора по физкультуре на бассейн с семьями обучающихся соответствуют ФОП ДО:

Цель – обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах обучения детей плаванию.

Задачи:

- 1) информировать родителей (законных представителей) о РП по ОП, о содержании воспитательно-образовательной деятельности с детьми в бассейне, об успехах и достижениях детей в формировании плавательных навыков;
- 2) просвещать родителей (законных представителей), повышать их психолого-педагогическую компетентность в вопросах охраны и укрепления здоровья, обучения детей плаванию;
- 3) способствовать развитию ответственного и осознанного родительства;
- 4) выстраивать взаимодействие в форме сотрудничества и установления партнерских отношений с родителями детей для решения задач РП по ОП;
- 5) вовлекать родителей (законных представителей) в образовательную деятельность по обучению детей плаванию.

Заложенные в основу взаимодействия инструктора по физкультуре на бассейн с родителями (законными представителями) принципы соответствуют ФОП ДО:

- приоритет семьи в воспитании, обучении и развитии ребенка;
- открытость: для родителей (законных представителей) доступна актуальная информация об особенностях пребывания ребенка в бассейне, между инструктором по физкультуре на бассейн и родителями (законными представителями) происходит обмен информацией об особенностях овладения ребенком навыками плавания;
- взаимное доверие, уважение и доброжелательность во взаимоотношениях инструктора по физкультуре на бассейн и родителей: соблюдение этики и культурных правил общения, позитивный настрой на взаимное общение и сотрудничество, взаимопонимание, этичное и разумное использование полученной информации как со стороны инструктора по физкультуре на бассейн, так и со стороны родителей (законных представителей) в интересах детей;
- индивидуально-дифференцированный подход к каждой семье: учет особенностей семейного воспитания, потребностей родителей (законных представителей) в отношении образования ребенка, отношения к инструктору по физкультуре на бассейн и МБДОУ, проводимым мероприятиям, возможности включения родителей (законных представителей) в совместное решение образовательных задач.

В соответствии с ФОП ДО взаимодействие с родителями воспитанников строится по следующим направлениям работы:

- диагностико-аналитическое направление (получение и анализ данных о физическом развитии детей, об уровне психолого-педагогической компетентности родителей по вопросам обучения детей плаванию и другое),
- просветительское направление (просвещение родителей по вопросам здоровьесбережения ребенка, о значении плавания для развития ребенка, выбора эффективных методов обучения плаванию детей определенного возраста и другое);
- консультационное направление (консультирование родителей по вопросам преодоления возникающих проблем обучения детей плаванию и другое).

Диагностико-аналитическое направление реализуется через опросы, социологические срезы, анкетирование, «почтовый ящик», педагогические беседы с родителями (законными представителями).

Просветительское и консультационное направления реализуются через участие в групповых родительских собраниях, консультации, информационные проспекты, стенды, ширмы, папки-передвижки для родителей (законных представителей), социальные группы в сети Интернет; тематические досуги и другое.

Незаменимой формой установления доверительного делового контакта между инструктором по физкультуре на бассейн и семьей является диалог. Диалог позволяет совместно анализировать проблемы ребёнка в освоении навыков плавания, выяснять причины проблем и искать подходящие возможности, ресурсы семьи и пути их решения. В диалоге проходит просвещение родителей (законных представителей), их консультирование по вопросам выбора оптимального образовательного маршрута по формированию плавательных навыков для конкретного ребёнка, а также согласование совместных действий для разрешения возможных проблем и трудностей ребёнка в освоении РП по ОП.

Для вовлечения родителей (законных представителей) в образовательную деятельность родители привлекаются к непосредственному участию в досугах и праздниках на воде, предлагаются исследовательские и творческие семейные проекты по теме «Плавание». 1 раз в год проводятся совместные мероприятия (семейные забавы на воде) длительностью 40 мин.

2.6. Направления, задачи и содержание коррекционно-развивающей работы (КРР)

РП по ОП предусмотрена для обучающихся групп общеразвивающей направленности.

КРР организуется:

- по обоснованному запросу педагогов и родителей (законных представителей);
- на основании результатов психолого-педагогической диагностики;
- на основании рекомендаций ППЖ.

Направления КРР:

- коррекция нарушений физического развития у различных категорий детей (целевые группы),
- квалифицированная помощь детям в освоении РП по ОП,
- адаптация детей к водной среде.

Задачи КРР:

- определять образовательные потребности детей с трудностями освоения РП по ОП и адаптации к водной среде,
- своевременно выявлять детей с трудностями адаптации к водной среде по различным причинам,

- оказывать индивидуально ориентированную психолого-педагогическую помощь детям с учетом особенностей их психического и физического развития, индивидуальных возможностей и потребностей в соответствии с рекомендациями ПМПК или ППК,
- содействовать поиску и отбору спортивно-одаренных детей,
- оказывать родителям (законным представителям) детей консультативную психолого-педагогическую помощь по вопросам физического развития детей и обучения плаванию.

Целевые группы обучающихся для оказания им адресной помощи:

- 1) нормотипичные дети с нормативным кризисом развития;
- 2) обучающиеся с ООП:
 - с ОВЗ и (или) инвалидностью, получившие статус в порядке, установленном законодательством РФ;
 - обучающиеся по индивидуальному учебному плану (учебному расписанию) на основании медицинского заключения (дети, находящиеся под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющие дети);
 - обучающиеся, испытывающие трудности в освоении РП по ОП,
 - обучающиеся с проблемами социальной адаптации, в том числе дети-билингвы, дети мигрантов, которые испытывают трудности с пониманием государственного языка РФ;
 - спортивно-одаренные дети;
- 3) обучающиеся «группы риска»: проявляющие комплекс выраженных факторов риска негативных проявлений (импульсивность, агрессивность, неустойчивая или крайне низкая (завышенная) самооценка, завышенный уровень притязаний).

Содержание КРР

Диагностическая работа	- своевременное выявление детей, нуждающихся в психолого-педагогическом сопровождении; - ранняя (с первых дней занятий в бассейне) диагностика отклонений в физическом развитии и анализ причин трудностей адаптации к водной среде; - сбор сведений об обучающемся от воспитателей и родителей; - контроль за динамикой физического развития обучающегося и за созданием необходимых условий, соответствующих ООП обучающегося
КРР	- выбор оптимальных методик обучения целевых групп обучающихся; - проведение индивидуальной работы для преодоления нарушений поведения и физического развития, трудностей в освоении РП по ОП
Консультативная работа	- разработка рекомендаций для родителей

Коррекционная работа ориентирована на оказание коррекционной помощи для всех без исключения детей, приступивших к освоению РП по ОП.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Описание условий реализации РП по ОП

3.1.1. Психолого-педагогические условия реализации РП по ОП

Успешная реализация РП по ОП обеспечивается следующими психолого-педагогическими условиями:

- 1) принятие воспитанника таким, какой он есть, со всеми его индивидуальными проявлениями; проявление уважения к развивающейся личности, как высшей ценности, поддержка уверенности в собственных возможностях и способностях у каждого воспитанника;
- 2) решение образовательных задач по формированию у детей плавательных навыков с использованием как традиционных форм организации процесса образования (занятия) так и новых форм (образовательная ситуация, проблемно-обучающие ситуации и другое);
- 3) учёт специфики возрастного и индивидуального психофизического развития обучающихся;
- 4) создание эмоционально комфортной для ребёнка образовательной среды, способствующей эмоционально-ценностному, социально-личностному, познавательному, эстетическому развитию ребёнка и сохранению его индивидуальности, в которой ребёнок реализует право на свободу выбора партнера, средств и прочее;
- 5) построение образовательной деятельности по формированию у детей плавательных навыков на основе взаимодействия взрослого с детьми, ориентированного на возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
- 6) индивидуализация образования и оптимизация работы с группой детей, основанные на результатах педагогической диагностики (мониторинга);
- 7) оказание коррекционной помощи детям с ООП;
- 8) построение отношений сотрудничества с родителями (законными представителями), психологическая, педагогическая и методическая помощь и поддержка, консультирование родителей (законных представителей) в вопросах обучения детей плаванию и укрепления их здоровья.

3.1.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды в бассейне

Проектирование развивающей предметно-пространственной среды в бассейне (далее – РППС) осуществляется в соответствии с требованиями ФГОС ДО, с учетом задач и содержания РП по ОП, возрастных, гендерных и индивидуальных особенностей обучающихся, их образовательных потребностей.

Наполняемость РППС бассейна включает всё необходимое для реализации содержания РП по ОП. В бассейне создана двигательная развивающая среда для занятий с детьми, содержащая пособия и инвентарь для организации подвижных игр, самостоятельной двигательной деятельности детей в акватории бассейна. Оборудование разнообразное, яркое, интересное, удобное в обращении и, самое главное, безопасное. Бассейн оформлен таким образом, чтобы вызывать у ребенка положительное настроение, желание окунуться в этот загадочный и пока непонятный мир воды, научиться плавать.

В МБДОУ создаются условия для информатизации образовательного процесса. В группах имеются ноутбуки, подключена беспроводная сеть по технологии Wi Fi., в педкабинете имеется компьютер с доступом к сети Интернет, ноутбук, 2 телевизора, ламинатор и DVD, которые используются инструктором по физкультуре для организации образовательной деятельности с детьми вне бассейна (демонстрация видеофильмов, презентаций по плаванию, наглядных пособий и другое).

Программное обеспечение имеющихся компьютеров позволяет работать с текстовыми редакторами, с Интернет-ресурсами, фото-, видеоматериалами и пр. Это делает образовательный процесс более содержательным, интересным, позволяет использовать современные формы организации взаимодействия инструктора по физкультуре на бассейн с детьми и с семьей.

Для открытости и общения с родителями существует официальный сайт и электронная почта МБДОУ.

3.1.3. Материально-техническое обеспечение РП по ОП, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Бассейн МБДОУ расположен в отдельном крыле здания на 1 этаже, рядом с медицинским блоком. Внутренние помещения бассейна спроектированы в соответствии с принципом поточности: раздевалка – душ – зал с чашей. Имеется туалетная комната. Помещения бассейна освещенные и проветриваемые.

Общая площадь бассейна составляет 125,2 м²; чаша бассейна составляет 65,8 м²; стандартная глубина бассейна составляет 0,7м; 0,9м. По периметру чаши бассейна расположены обходные резиновые дорожки шириной – 0,75см.

Бассейн оборудован системами отопления и вентиляции в соответствии с требованиями, предъявляемыми к отоплению, вентиляции и кондиционированию воздуха в общественных зданиях и сооружениях. Имеются приточная вентиляция, вытяжная вентиляция, отапливаемые полы.

Все помещения и оборудование бассейна соответствуют требованиям СанПиН. Бассейн оснащен игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем, имеются необходимые приборы, позволяющие осуществлять контроль за температурой воды, воздуха, влажности в соответствии с гигиеническими требованиями.

Обеспеченность РП по ОП методическими материалами.

Для реализации РП по ОП МБДОУ полностью обеспечено методическими материалами:

- планы работы с детьми, воспитателями, узкими специалистами и родителями по плаванию;
- методическая литература по плаванию;
- информационная литература о плавании как виде спорта, о российских спортсменах-пловцах;
- подборка подвижных игр на воде:
 - игры и игровые упражнения, способствующие овладению умением передвигаться в воде;
 - игры и игровые упражнения, способствующие овладению выдохами в воду;
 - игры и игровые упражнения, способствующие овладению навыкам погружения и открывания глаз в воде;
 - игры и игровые упражнения, способствующие овладению движениями ног при плавании «кролем»;
- комплекс упражнений по гидроаэробике с гимнастической палкой;
- художественное слово (поговорки, загадки, стихи для использования на занятиях по плаванию).

Список методической литературы представлен в приложении к РП по ОП. Используются обновляемые образовательные ресурсы, в том числе расходные материалы, подписки на методическую литературу, средства обучения и воспитания, оборудование

Обеспеченность средствами обучения и воспитания

Бассейн оборудован всем необходимым для наиболее эффективной организации занятий:

- пенопластовые доски,
- надувные круги,
- спасательные жилеты,
- нарукавники,
- игрушки,
- обручи,
- малые пластмассовые шарики для упражнений,
- плавательные очки,
- ласты для ног и рук.

Список средств обучения и воспитания представлен в приложении к РП по ОП.

Количество и конкретный ассортимент приобретаемых средств обучения определяется инструктором по физкультуре самостоятельно, исходя из содержания РП по ОП, образовательных потребностей обучающихся и материальных возможностей.

При проведении закупок оборудования и средств обучения и воспитания МБДОУ руководствуется нормами законодательства РФ, в том числе в части предоставления приоритета товарам российского производства, работам, услугам, выполняемым, оказываемым российскими юридическими лицами.

Таким образом, в МБДОУ созданы необходимые материально-технические условия, обеспечивающие возможность достижения обучающимися планируемых результатов освоения РП по ОП.

3.1.4. Кадровые условия

Образовательную деятельность по плаванию в МБДОУ осуществляет штатный инструктор по физкультуре на бассейн, имеющий специальное образование. 1 раз в 3 года он проходит курсы повышения квалификации.

Большая роль в подготовке и проведении образовательной деятельности по плаванию отводится воспитателем групп. Воспитатели групп работают в тесном контакте с инструктором по физкультуре на бассейн и медицинским персоналом. Они ведут работу в своей группе: следят за выполнением расписания образовательной деятельности в бассейне, готовят подгруппы к занятию, напоминают детям правила поведения в помещениях бассейна и во время занятий плаванием, формируют гигиенические навыки в повседневной деятельности, учат быстро одеваться и раздеваться. Вместе с медсестрой определяют, кому из детей необходим щадящий режим или освобождение от занятий плаванием, поддерживают тесную связь с родителями.

Все взрослые должны знать меры по оказанию помощи на воде и в любую минуту быть готовыми помочь детям.

Во время занятий плаванием обеспечивается обязательное присутствие медсестры в бассейне. Медсестра контролирует состояние здоровья обучающихся, соблюдение правил личной гигиены.

3.1.5. Санитарно-гигиенические условия

Включают следующее:

- текущая и генеральная дезинфекция помещений и инвентаря;
- дезинфекция ванны после занятий;
- анализ качества воды,
- температурный режим в бассейне (воздуха и воды).

Инструктор по физкультуре на бассейн и медсестра контролируют качество дезинфекции помещений и оборудования, температурный режим воды и воздуха в помещениях бассейна, глубину воды в чаше бассейна, медсестра контролирует режим проветривания помещений бассейна, проводит анализ качества воды.

Санитарные нормы температурного режима в бассейне

Возрастная группа	Температура воды (°C)	Температура воздуха (°C)	Глубина бассейна (м)
Младшая	34-33	27	0,3-0,4
Средняя	33-32	27	0,4-0,6
Старшая	30-32	25-27	0,7-0,8
Подготовительная	30-32	25-27	0,7-0,8

При низкой температуре воздуха в бассейне плавание заменяется физкультурным занятием (сухое плавание).

3.2. Образовательная деятельность в бассейне в режиме и распорядке дня

Режим и распорядок дня устанавливается с учётом требований СанПиН 1.2.3685-21. При составлении расписания занятий в бассейне обязательно учитывается время приёма пищи. Занятия плаванием должны проходить не ранее, чем через 40 минут после еды.

Продолжительность занятий определяется санитарно-эпидемиологическими требованиями к учебной нагрузке ребенка определенного возраста (СанПиН 2.4.1.3049-13).

Отменяется утренняя гимнастика в группах, занимающихся плаванием с самого утра.

При проведении занятий плаванием во время, отведенное для занятий по ОО, в режиме дня допускаются некоторые изменения. Пребывание детей на воздухе сокращается и сон переносится на 15-20 минут позже. В теплое время года дети выходят на прогулку попозже (на 20-30 мин). В холодный период года занятия в бассейне предпочтительно проводить после прогулки. Если посещение бассейна предшествует прогулке, то для предупреждения переохлаждения детей необходимо предусмотреть временной интервал не менее 50 мин. или дети после бассейна совсем не выходят на улицу (пропускать прогулку можно 1 раз в неделю).

Сокращение прогулки компенсируется за счет приема детей утром на участке и более длительного пребывания на прогулке во вторую половину дня.

В день посещения бассейна водные закаливающие процедуры можно не проводить.

3.3. Календарный план воспитательной работы в бассейне

Календарный план воспитательной работы РП по ОП (далее – План) составлен в соответствии с календарным планом воспитательной работы МБДОУ.

Все мероприятия Плана проводятся с учётом возрастных, физиологических и психо-эмоциональных особенностей обучающихся.

Ме- сяц	Календарный праздник или дата	Направление воспитания	Мероприятия	Возраст детей
IX	Всемирный день туризма (27 сентября)	Физкультурно-оздоровительное	Развлечение «По морям, по волнам»	5–7 лет
X	День защиты животных (4 октября)	Духовно-нравственное Познавательное Физкультурно-оздоровительное	Досуг «Квак- чемпионат»	3–7 лет
XI	День народного единства, День государственности УР (4 ноября)	Патриотическое Физкультурно-оздоровительное	Досуг «В гостях у Вумурта» «Забавы на воде»	5–7 лет Сотруд- ники МБДОУ
XII	Новый год (31 декабря)	Духовно-нравственное Эстетическое Физкультурно-оздоровительное	Праздник «Елочка на воде»	3–7 лет
I	Всемирный день спасибо (11 января)	Духовно-нравственное Физкультурно-оздоровительное	Развлечение «В поисках клада Деда Мороза»	1-7 лет
II	День защитника Отечества (23 февраля)	Патриотическое Физкультурно-оздоровительное	Досуг «Дошколята – смелые, отважные ребята»	5–7 лет
III	Международный женский день (8 марта)	Социальное Эстетическое Физкультурно-оздоровительное	Развлечение «Весёлый калейдоскоп»	3–7 лет
IV	Праздник Весны и Труда (1 мая)	Эстетическое Физкультурно-оздоровительное	Досуг «Весенние перевертыши»	3–7 лет
V	Международный день семьи (15 мая)	Социальное Физкультурно-оздоровительное	Семейные забавы на воде	3–7 лет
VII	День Нептуна (28 июля) (День Военно- Морского Флота РФ)	Социальное Физкультурно-оздоровительное	Праздник «Водная одиссея нептунят»	5–7 лет

4. Краткая презентация рабочей программы по обучению детей плаванию

4.1. Общие сведения.

Рабочая программа обучения плаванию детей 3-7 лет МБДОУ «Детский сад № 56» (далее — РП по ОП) разработана на основе Образовательной программы дошкольного образования МБДОУ д/с № 56 (далее ОП ДО МБДОУ) в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта, утвержденного приказом Минобрнауки от 17.10.2013 № 1155, с изменениями и дополнениями, внесенными приказами Министерства просвещения РФ от 21.01.2019 г. № 31 и 08.11.2022 г. № 955 (далее — ФГОС ДО), и Федеральной образовательной программы дошкольного образования, утвержденной приказом Минпросвещения от 25.11.2022 № 1028, (далее — ФОП ДО).

Цель – создание благоприятных условий для оздоровления, закаливания и обеспечения всестороннего физического развития, развития психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями дошкольников.

Задачи:

- формировать у детей интерес и эмоционально положительное отношение к занятиям плаванием, потребности в занятиях плаванием вне детского сада,
- формировать у детей представления о плавании как виде спорта, о роли плавания в укреплении здоровья, совершенствовании опорно-двигательного аппарата и формировании правильной осанки, о воде как закаливающим факторе, о достижениях российских спортсменов-пловцов,
- сформировать теоретические и практические основы освоения водного пространства;
- научить детей уверенно и безбоязненно держаться на воде,
- расширять спектр двигательных умений и навыков в воде, формировать у детей плавательные умения и навыки, способствовать освоению технических элементов плавания, разных стилей и способов плавания (кроль на груди и на спине),
- воспитывать у детей психофизические качества (ловкость, гибкость, быстроту, выносливость, решительность, уверенность в своих силах и др.), развивать координацию движений, ориентировку в водном пространстве,
- способствовать становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
- воспитывать у детей волевые качества, самоконтроль и самостоятельность при выполнении движений и упражнений в воде, дисциплину, организованность, стремление соблюдать правила в подвижных играх на воде (включая игры народов родного края),
- воспитывать инициативность, умение творчески использовать приобретенные навыки в различных сочетаниях и в самых разнообразных упражнениях,
- способствовать усвоению детьми правил безопасного поведения на воде (в бассейне и на открытых водоемах),
- формировать у детей стойкие гигиенические навыки, чистоплотность (самостоятельно раздеваться, одеваться и вытираться; принимать душ, знать личные вещи).

РП по ОП включает три основных раздела: целевой, содержательный и организационный. Дополнительным разделом является краткая презентация основных сведений из РП по ОП для родителей воспитанников.

Целевой раздел	Включает в себя пояснительную записку и планируемые результаты освоения РП по ОП. Результаты освоения РП по ОП представлены в виде целевых ориентиров, которые представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования. Также входят подходы к проведению педагогической диагностики достижений планируемых результатов
Содержательный раздел	Включает задачи и содержание воспитательно-образовательной деятельности для всех возрастных групп по обучению детей плаванию. Также в разделе описаны: • формы, способы, методы реализации рабочей программы; • особенности образовательной деятельности по обучению детей плаванию; • способы поддержки детской инициативы; • взаимодействие инструктора по физкультуре на бассейн

	с семьями обучающихся; • коррекционно-развивающая работа.
Организационный раздел	Организационный раздел включает: • психолого-педагогические условия реализации рабочей программы; • особенности организации развивающей предметно-пространственной среды (далее – РППС) в бассейне; • материально-техническое обеспечение рабочей программы и обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания; • кадровые условия; • санитарно-гигиенические условия; • образовательная деятельность в бассейне в режиме и распорядке дня; • календарный план воспитательной работы в бассейне

4.2. Возрастные и иные категории детей, на которых ориентирована рабочая программа

РП по ОП ориентирована на детей 3-7(8) лет дошкольных групп МБДОУ общеразвивающей направленности.

4.3. Особенности организации образовательного процесса в бассейне

Занятия по обучению детей плаванию проводит штатный инструктор по физкультуре на бассейн, имеющий специальное образование.

Занятия в бассейне проводятся с подгруппой детей.

Используется модель личностно-ориентированного взаимодействия инструктора по физкультуре на бассейн с детьми.

В образовательной деятельности по обучению детей плаванию используется региональный компонент.

Во время занятий плаванием обеспечивается обязательное присутствие медсестры в бассейне.

Большое внимание уделяется здоровьесбережению, освоению правил безопасного поведения на воде и в бассейне.

4.4. Ссылки на ФОП ДО и парциальные программы

РП по ОП разработана в соответствии с ФГОС ДО и ФОП ДО на основе парциальной программы Т.И.Осокиной «Обучение плаванию в детском саду».

В основе регионального компонента лежит долгосрочный образовательный проект МБДОУ «Люби и береги свой край родной», включающий систему работы по ознакомлению детей с родным краем, предусматривающую интеграцию регионального содержания в разные образовательные области ОП ДО МБДОУ, в том числе в образовательную область «Физическое развитие».

Содержание РП по ОП обеспечивает физическое развитие личности, мотивации и способности к овладению плавательными навыками.

4.5. Характеристика взаимодействия инструктора по физкультуре на бассейн с семьями воспитанников МБДОУ

Основная цель взаимодействия инструктора по физкультуре на бассейн с семьей – обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах обучения детей плаванию.

Задачи:

- 1) информировать родителей (законных представителей) о РП по ОП, о содержании воспитательно-образовательной деятельности с детьми в бассейне, об успехах и достижениях детей в формировании плавательных навыков;
- 2) просвещать родителей (законных представителей), повышать их психолого-педагогическую компетентность в вопросах охраны и укрепления здоровья, обучения детей плаванию;
- 3) способствовать развитию ответственного и осознанного родительства;
- 4) выстраивать взаимодействие в форме сотрудничества и установления партнерских отношений с родителями детей для решения задач РП по ОП;
- 5) вовлекать родителей (законных представителей) в образовательную деятельность по обучению детей плаванию.

В основу взаимодействия инструктора по физкультуре на бассейн с родителями (законными представителями) заложены следующие принципы:

- приоритет семьи в воспитании, обучении и развитии ребенка;
- открытость: для родителей (законных представителей) доступна актуальная информация об особенностях пребывания ребенка в бассейне, между инструктором по физкультуре на бассейн и родителями (законными представителями) происходит обмен информацией об особенностях овладения ребенком навыками плавания;
- взаимное доверие, уважение и доброжелательность во взаимоотношениях инструктора по физкультуре на бассейн и родителей: соблюдение этики и культурных правил общения, позитивный настрой на взаимное общение и сотрудничество, взаимопонимание, этичное и разумное использование полученной информации как со стороны инструктора по физкультуре на бассейн, так и со стороны родителей (законных представителей) в интересах детей;
- индивидуально-дифференцированный подход к каждой семье: учет особенностей семейного воспитания, потребностей родителей (законных представителей) в отношении образования ребенка, отношения к инструктору по физкультуре на бассейн и МБДОУ, проводимым мероприятиям, возможности включения родителей (законных представителей) в совместное решение образовательных задач.

Взаимодействие с родителями воспитанников строится по следующим направлениям работы:

- диагностико-аналитическое направление (получение и анализ данных о физическом развитии детей, об уровне психолого-педагогической компетентности родителей по вопросам обучения детей плаванию и другое),
- просветительское направление (просвещение родителей по вопросам здоровьесбережения ребенка, о значении плавания для развития ребенка, выбора эффективных методов обучения плаванию детей определенного возраста и другое);

- консультационное направление (консультирование родителей по вопросам преодоления возникающих проблем обучения детей плаванию и другое).

Незаменимой формой установления доверительного делового контакта между инструктором по физкультуре на бассейн и семьей является диалог. Диалог позволяет совместно анализировать проблемы ребёнка в освоении навыков плавания, выяснять причины проблем и искать подходящие возможности, ресурсы семьи и пути их решения.

Приложение

Приложение 1

Список методической литературы

1. Осокина Т.И. и др. Обучение плаванию в детском саду: кн. Для воспитателей дет. сада и родителей/ Т.И.Осокина, Е.А.Тимофеева, Т.Л.Богина.-М.:Просвещение,1991.
2. Большакова И.А. Нетрадиционная методика обучения плаванию детей дошкольного возраста «Маленький дельфин».- Ижевск,2002.
3. Казаковцева Т.С. Обучение плаванию детей дошкольного возраста в условиях детского сада с крытым плавательным бассейном. Киров 1984 г.
4. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления: программно-методическое пособие. –М.: ЛИНКА-ПРЕСС,2000.
5. Зеленин В.С. Научим детей плавать. - Ижевск,1997.
6. Котлярова А., Котлярова Г. Учимся плавать // Дошкольное воспитание. 2005.
7. Протченко Т.А., Семенов Ю.А. Обучение плаванию дошкольников и младших школьников. Методическое пособие. – Москва, Айрис -Пресс,2003.
8. Ефименко Н.Н. Материалы к оригинальной авторской программе «Театр физического воспитания и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста». Москва Линка-Пресс,1999.
9. М.Рыбак, Г.Глушкова, Г.Поташова. Раз,два,триплыви. Москва, Обруч-2010.

Приложение 2

Список средств обучения и воспитания

- Доски для плавания -13
- Кольца (маленькие, средние) -20
- Коврики для подныривания - 5
- Мячи (средние)-15
- Мячи (большие надувные)-2
- Гимнастические палки -12
- Большая надувная игрушка-касатка-1
- Обручи разных размеров-16
- Кубики пластмассовые (маленькие)-20
- Игрушки для подныривания -95
- Игрушки (рыбки, черепашки, крокодилы, уточки и др.) для детей младшего возраста-12
- «Лопатки» для обучения гребковым движениям в старшем возрасте-20
- Игрушки (дельфины пластмассовые средние) –12
- Игрушки (уточка пластмассовая маленькая –10, кораблики пластмассовые маленькие –4)
- Уточка средняя - 1, уточки маленькие –3
- Дельфин средний - 1, маленький –3

- Лягушка средняя -1, маленькая -3
- Кит средний -1, маленький-3
- Черепашка средняя –2, маленьких -6
- Кораблики средние –2
- Набор морских игрушек –5 (маленькие)
- Лейка средняя –6
- Ведерки с ситчиком –4
- Игрушки для подныривания (морские животные, рыбки и т.д.)
- Цветные помпоны для танцевальных упражнений
- Сетка для игры «Невод»
- Щиты для метания мячей в корзину
- Ориентир для подвижных игр с мячом
- «Аквариум»
- Надувной бассейн
- Шнур для подвижных игр.
- Театрализованные костюмы для праздников и развлечений на воде.

Фонотека

- Диск (выразительные движения. Майк Роуланд Китаро);
- Диск (шедевры инструментальной музыки);
- Диск (сборник лучших детских песен);
- Диск (AxelF);
- Кассета (удмуртский фольклор);
- Диск (подборка музыкальных композиций для развлечений, физдосугов и праздников на воде);

Технические средства обучения

1.Магнитофон

Наглядный материал

1. Иллюстрации различных способов плавания:
 - передвижение в воде, выполняя гребковые движения руками,
 - погружения в воду (вдох и выдох),
 - скольжение на груди,
 - «звёздочка»,
 - скольжение на спине,
 - движение ногами по типу «кроль»,
 - «стрелочка» на груди, на спине,
 - гребковые движения руками с выполнением вдоха и выдоха,
 - «кроль» на груди,
 - «кроль» на спине,
 - движения ногами по типу «брасс»,
 - плавание по типу «брасс».
2. Модели, используемые для выполнения различных плавательных движений.
3. Спорт, здоровье, красота (достижения и успехи выпускников детского сада, посещающих городской плавательный бассейн).
4. Фотоматериалы с занятий и развлечений на воде.

