

ПРИНЯТО  
Педагогическим советом  
Протокол № 1 от 31.08.2021г.

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий  
МБДОУ «Детский сад № 141»  
С.А. Степанская  
Приказ № 169  
от 31.08.2021г.

Подлинник электронного документа, подписанного ЭП,  
хранится в МБДОУ "Детский сад № 141"

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 6740 7720 852E 6F20 72E7 3240 852E 77DE 8646 94E0

Кому выдан: Степанская Светлана Александровна

Действителен: с 21 . 07 . 2020 до 21 . 10 . 2021

Рабочая программа  
образовательной области "Физическое развитие" (плавание)  
для старшей группы  
общеразвивающей направленности  
(5-6 года).

Срок реализации – 1 год.

Разработчик:  
инструктор по физической культуре  
первой квалификационной категории  
Лесина Лариса Львовна

Дзержинск, 2021

## Оглавление

Содержание		
1.	Целевой раздел	3
1.1.	Пояснительная записка.	3
1.2.	Цели и задачи реализации Программы.	3
1.3.	Принципы и подходы к формированию Программы.	4
1.4.	Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей	4
1.5.	Планируемые результаты освоения Программы	4
1.5.1.	Планируемые результаты освоения обязательной части Программы	5
1.6.	Проведение индивидуального учета результатов освоения обучающимися Программы	6
2.	Содержательный раздел	6
2.1.	Описание образовательной деятельности по образовательным областям	6
2.1.1.	Образовательная область «Физическое развитие»	7
2.2.	Формы, способы, методы и средства реализации Программы	7
2.2.5.	Образовательная область «Физическое развитие»	
2.3.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	8
2.3.1.	Особенности образовательной деятельности	8
2.3.2.	Культурные практики	
2.3.3.	Способы и направления поддержки детской инициативы	12
2.3.4.	Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	12
2.4.	Иные характеристики содержания Программы	14
2.4.1.	Физкультурно-оздоровительная работа	14
2.4.2.	Планирование воспитательно-образовательной работы	16
3.	Организационный раздел	18
3.1.	Материально-техническое обеспечение Программы	
3.1.1.	Материально-технические условия реализации Программы	18
3.1.2.	Методическое обеспечение Программы	18
3.1.3.	Средства воспитания и обучения	19
3.2.	Учебный план	19
3.3.	Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий	20
3.4.	Особенности организации предметно-пространственной среды	21

## 1. Целевой раздел программы

### 1.1. Пояснительная записка

Полноценное физическое развитие дошкольника—это прежде всего своевременное формирование двигательных навыков и умений; развитие интереса к различным, доступным ребенку видам движений; воспитание положительных нравственно-волевых черт характера личности; содействие в стимулировании деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, в формировании опорно-двигательного аппарата, как основу правильной осанки. Большое значение для развития дошкольника приобретают занятия физической культуры не только в зале, но и на улице, они являются одним из средств закаливания и профилактики заболеваний.

Настоящая рабочая программа разработана на основе программы А.А. Чеменевой, Т.В. Столмаковой «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста», ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2011

*Нормативно правовые документы, регламентирующие деятельность инструктора по физической культуре.*

•Федеральный закон РФ от 29.12.12 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

•Конституция Российской Федерации;

•Письмо Минобразования от 02.06.1998г №89/34-16 «О реализации права ДОУ на выбор программ и педагогических технологий»;

- • СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".

•ФГОСДО, утверждённый приказом от 17.10.2013г. №1155 Министерства образования и науки Российской Федерации;

•А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста», ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2011

•Основная образовательная программа МБДОУ «Детский сад №141 «Ладушки».

### 1.2. Цели программы:

Преодолеть негативное отношение ребенка к воде, адаптировать его к водному пространству, по возможности использовать плавание в бассейне как средство оздоровления и полноценного физического развития ребенка, сочетая основы спортивного плавания с решением задач адаптации и профилактики.

Программа предусматривает формирование у детей в процесс обучения плаванию элементарных технических навыков, коммуникативной компетентности, развитие психических познавательных процессов. В то же время программа нацелена на развитие физических и морально-волевых качеств дошкольников. Кроме того, она ориентирована на гармоничное развитие всех мышц тела ребенка, укрепление его опорно-двигательного аппарата, повышение функций сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Программа представлена разделами «Плавание» и «Здоровье». Каждый раздел программы представлен группой задач, решение которых определяет освоение детьми данной предметной области.

Содержание раздела «**Плавание**» построено на трех составляющих: начальное обучение плаванию, ориентирование в воде, обучение спортивным способам плавания. Данный раздел содержит соответствующие задачи, а также рекомендованный перечень упражнений и игр для освоения определенного уровня программы.

Раздел «**Здоровье**» включает правила безопасного поведения на воде, упражнения и игры, ориентированные на оздоровление и профилактику заболеваний, правила ухода за собой, своим телом, оказание первой помощи при проблемах на воде.

Программа ориентирована на возрастные особенности каждого этапа дошкольного детства, однако не имеет жесткой привязки к возрасту. Материал представлен в пошаговой форме, что обеспечивает овладение ребенком данным видом физических упражнений независимо от момента включения его в процесс обучения.

### **Задачи рабочей программы:**

**Оздоровительные задачи** направлены на охрану и укрепление здоровья ребенка, его гармоничное психофизическое развитие, совершенствование опорно-двигательного аппарата, формирование правильной осанки, повышение работоспособности организма, приобщение ребенка к здоровому образу жизни.

**Образовательные задачи** ставят целью формирование двигательных умений и навыков, развитию психофизических качеств (силы, быстроты, гибкости, ловкости), формирование знаний о способах плавания, об оздоровительном воздействии плавания на организм, осознанности двигательных действий; развитие внимания, мышления, памяти.

**Воспитательные задачи** направлены на воспитание двигательной культуры, нравственно-волевых качеств: смелости, настойчивости, чувства собственного достоинства. Ребенок, который преодолел страх перед водой, начинает уверенно чувствовать себя в коллективе.

Задачи по обучению плаванию решаются в комплексе и направлены на воспитание гармонично развитой личности.

### **1.3. Принципы и подходы к формированию рабочей образовательной Программы.**

Рабочая программа сформирована в соответствии с принципами и подходами, определенными Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования:

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства, обогащения детского развития;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (далее - индивидуализация дошкольного образования);
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержку инициативы детей в различных видах деятельности; партнерство с семьей;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- возрастную адекватность (соответствия условий, требований, методов возраста и особенностям развития);
- обеспечение преемственности дошкольного общего и начального общего образования.

### **1.4. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей.**

Характеристики особенностей развития детей старшего дошкольного возраста от 5 до 6 лет (А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста», ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2011 с.29)

### **1.5. Планируемые результаты освоения Программы**

Целевые ориентиры образования представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования.

Целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей.

### **Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования**

ФГОС ДО раздела IV, 4.6.

*К семи годам:*

– ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в игре, общении, конструировании и

других видах детской активности. Способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;

–ребенок положительно относится к миру, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства. Активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;

–ребенок обладает воображением, которое реализуется в разных видах деятельности и прежде всего в игре. Ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, следует игровым правилам;

–ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может высказывать свои мысли и желания, использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности;

–у ребенка развита крупная и мелкая моторика. Он подвижен, вынослив, владеет основными произвольными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;

-ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;

–ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей. Склонен наблюдать, экспериментировать, строить смысловую картину окружающей реальности, обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет. Знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п. Способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

**Прогнозируемый результат:**

- снижение заболеваемости детей и укрепление организма;
- сформированное эмоциональное отношение ребенка к занятиям по плаванию;
- сформированный навык подготовительных и специальных упражнений по плаванию;
- сформированный навык плавания кролем на груди и на спине.

### **1.5.1. Планируемые результаты освоения образовательной Программы**

**Образовательная область «Физическое развитие».**

<b>Образовательная область</b>	<b>Достижения детей</b>
<b>5-6 года</b>	
<b>Физическое развитие»</b>	<b>Раздел «Плавание»</b> 1.Продолжать учить скользить на груди, спине без и с работой ног (используя и не используя вспомогательные средства); 2.Учить выполнять многократные выдохи в воду. 3.Учить согласовывать движения ног с дыханием. 4.Воспитывать чувство коллективизма. <b>Раздел «Здоровье»</b> - Способствовать становлению устойчивого интереса к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и безопасного поведения, сведениями о некоторых травмирующих ситуациях, о

	<p>важности органов чувств, о некоторых приемах первой помощи, о правилах поведения в обществе в случаях заболевания, о некоторых правилах ухода за больными и т.д.</p> <p>-формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья, о здоровом образе жизни, о значении гигиенических процедур</p> <p>способствовать развитию самостоятельности детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек;</p> <p>- развивать умение элементарно описывать свое самочувствие; умение привлечь внимание взрослого в случае неважного самочувствия, недомогания;</p> <p>- развивать умение избегать опасных для здоровья ситуаций, обращаться за помощью взрослого в случае их возникновения;</p> <p>-обеспечивать сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.</p> <p>✓</p>
--	--

### **1.6. Проведение индивидуального учета результатов освоения обучающимися**

#### **Программы**

Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации обучающихся.

Реализация программы предполагает оценку индивидуального развития детей. Эта оценка проводится воспитателями и специалистами в каждой возрастной группе в рамках педагогического мониторинга. Педагогический мониторинг проводится в ходе наблюдений за деятельностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности. Наблюдения осуществляется педагогами повседневно, во всех образовательных ситуациях, а также наблюдение может дополняться изучением продуктов детской деятельности, свободными беседами с детьми, с родителями как экспертов в отношении и особенностями их ребенка.

Результаты педагогического мониторинга используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

- индивидуализации образования;
- оптимизации работы с группой детей.

Результаты наблюдений за деятельностью воспитанников отражаются в «Карте индивидуального развития ребёнка» МБДОУ «Детский сад № 141» (далее - Карта), форма которой определена локальным актом «Положение об индивидуальном учете результатов освоения воспитанниками Основной образовательной программы дошкольного образования Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 141».

В карте отражаются результаты освоения Программы обучающимися на протяжении всего периода пребывания в ДОУ по учебным годам.

Карты хранятся в бумажном виде в течении всего времени пребывания ребенка в ДОУ. При переходе в другую возрастную группу или переводе в другое ДОУ Карта передается вместе с ребенком.

Оценка результатов освоения Программы проводится инструктором по физической культуре 1 раз в год: ежегодно в конце учебного года (3-4 неделя мая).

В случае, если ребенок поступает в ДОУ и педагогический мониторинг на него не проводился (в мае), инструктором по физической культуре по истечении 2-х месяцев проводится педагогическая диагностика по «Карте оценки индивидуального развития ребенка» (по показателям предыдущего возраста).

С детьми 5-6 лет - оценка эффективности педагогических воздействий проводится по показателям, в основе которых лежат «Планируемые результаты освоения обязательной части Программы» и представляет собой систему характеристик, соответствующих возрасту ребенка.

2.  
2.1.

**Содержательный раздел**  
**Описание образовательной деятельности по образовательной области**  
**«Физическое развитие»**

**Физическое развитие** включает:

- приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость;
- способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны),
- формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами;
- становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
- становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Возраст	Задачи образовательной деятельности
5-6 года	А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста», ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2011 с.33-34

<i>Месяц</i>	<i>№ занятия</i>	<i>ООД</i>	<i>Средства</i>
Сентябрь	1	Стр.79, стр.92	Массажные коврики, гимнастическая скамейка, теннисные шарики, обручи.
	2	Стр.80, стр.92-93	
	3	Стр.80, стр.93-94	
	4	Стр. 79-80, 93, 94	
	5	Стр.80, стр.94-95	
	6	Стр. 79-80, стр. 95-96	
	7	Стр. 79-80, стр.92-96	
	8	Стр. 79-80, стр.92-96	
Октябрь	9	Стр. 208-210	Игрушки надувные, круги, пенопластовые доски, тонущие кольца.
	10	Стр. 208-210	
	11	Стр. 208-210	
	12	Стр. 210-213	
	13	Стр. 210-213	
	14	Стр. 210-213	
	15	Стр. 213-215	
	16	Стр. 213-215	
Ноябрь	17	Стр.213-215	Игрушки, надувные круги, пенопластовые доски, ласты.
	18	Стр.213-215	
	19	Стр. 215-217	
	20	Стр. 215-217	
	21	Стр. 215-217	
	22	Стр. 217-220	
	23	Стр. 217-220	
	24	Стр. 217-220	
Декабрь	25	Стр. 217-220	Игрушки, пенопластовые доски, ласты, надувные круги.
	26	Стр. 220-222	
	27	Стр. 220-222	

	28	Стр. 220-222	
	29	Стр. 220-222	
	30	Стр.222-224	
	31	Стр. 222-224	
	32	Стр. 222-224	
Январь	33	Стр. 222-224	Игрушки, надувные круги, пенопластовые доски, ласты, мячи.
	34	Стр. 224-226	
	35	Стр. 224-226	
	36	Стр. 224-226	
	37	Стр. 224-226	
	38	Стр. 226-228	
	39	Стр. 226-228	
	40	Стр. 226-228	
Февраль	41	Стр. 229-230	Игрушки, надувные круги, пенопластовые доски, ласты и мячи.
	42	Стр. 229-230	
	43	Стр. 229-230, 133-134	
	44	Стр. 231-233	
	45	Стр. 231-233	
	46	Стр.231-233, 133-134	
	47	Стр.231-233	
	48	Стр. 233-235	
Март	49	Стр. 233-235	Игрушки, надувные круги, пенопластовые доски, ласты.
	50	Стр. 233-235	
	51	Стр.235- 237	
	52	Стр. 235-237	
	53	Стр. 235-237	
	54	Стр. 237-239	
	55	Стр. 237-239, 135-136	
	56	Стр. 303-306	
Апрель	57	Стр. 239-241	Игрушки, надувные круги, пенопластовые доски, мячи, ласты.
	58	Стр. 239-241	
	59	Стр. 239-241	
	60	Стр. 290-294	
	61	Стр.241-242	
	62	Стр.241-242	
	63	Стр.241-242	
	64	Стр. 241-242	
Май	65	Стр.79-80, 92-96	Массажные коврики, гимнастическая скамейка, обручи и шарики.
	66	Стр.79-80, 92-96	
	67	Стр.79-80, 92-96	
	68	Стр.79-80, 92-96	
	69	Стр.79-80, 92-96	
	70	Стр.79-80, 92-96	
	71	Стр. 79-80, 92-96	
	72	Стр. 79-80, 92-96	

### 2.1.1. Образовательная область «Физическое развитие»

#### 2.2. Формы, способы, методы и средства реализации Программы

Вид деятельности	Формы	Способы	Методы	Средства
1.Организованная образовательная	Плавание	Подгрупповой Индивидуальны	-подвижные игры; -игры-имитации;	Спортивный инвентарь:



<p>деятельность</p> <p>2. Совместная образовательная деятельность</p> <p>3. Самостоятельная деятельность детей</p>		й	<p>- индивидуальный показ способов выполнения;</p> <p>- объяснение;</p> <p>- упражнение;</p> <p>- беседы;</p> <p>- рассматривание иллюстраций;</p> <p>- использование художественного слова</p>	<p>- резиновые игрушки;</p> <p>- тонущие кольца;</p> <p>- обручи;</p> <p>- обручи тонущие;</p> <p>- плавательные доски;</p> <p>- надувные круги;</p> <p>- резиновые мячи;</p> <p>- ласты;</p> <p>- нудлсы;</p> <p>- надувные ворота.</p>
--	--	---	---	--

### 2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.

#### 2.3.1.

#### Особенности образовательной деятельности

Организованная образовательная деятельность с детьми проводится в форме образовательных ситуаций в соответствии с образовательными областями и задачами физического, социально-коммуникативного, познавательного, речевого и художественно-эстетического развития. Образовательная деятельность носит интегративный, проблемно-игровой характер, предполагает познавательное общение воспитателя и детей, самостоятельность детей и личностно-ориентированный подход педагога.

Основными единицами образовательного процесса является образовательная ситуация и занятие.

Образовательная ситуация - форма совместной деятельности педагога и детей, которая планируется и целенаправленно организуется педагогом с целью решения определенных задач развития, воспитания и обучения.

Образовательные ситуации используются в процессе непосредственно организованной образовательной деятельности. Главными задачами таких образовательных ситуаций являются формирование у детей новых умений в разных видах деятельности и представлений, обобщение знаний по теме, развитие способности рассуждать и делать выводы.

Занятия плавание проводятся с детьми 1 раз в неделю по подгруппам. Организация занятий по плаванию предусматривает изменение сетки занятий. Занятия по плаванию могут проводиться вместо третьего занятия по физической культуре, как в первую половину дня, так и во вторую – за счет времени, отведенного на самостоятельную двигательную деятельность, игры и упражнения на вечерней прогулке.

Детей обязательно следует делить на малые подгруппы. Количество детей в младших подгруппах не превышает 6-8 человек. Комплектование подгрупп осуществляется на основе диагностики (педагогической и медицинской). В подгруппу дети могут объединяться не только по возрастному признаку, но и по состоянию здоровья, уровню плавательных умений, предпочтениям. Например, при организации отдельных видов плавания – аква-аэробики, водного поло – необходимо учитывать желание детей заниматься.

Длительность занятий неодинакова и варьируется в зависимости от возраста детей, этапа обучения, состояния здоровья.

Разминка в «сухом» бассейне не входит в занятие по плаванию, так как отделена от основной нагрузки гигиеническими процедурами. Поэтому при введении в сетку занятий обучения плаванию необходимо учитывать дополнительное время, связанное со сменой одежды, гигиеническими процедурами и упражнениями вне бассейна.

### **Основные движения**

**Ходьба.** Ходьба обычная, на носках с разным положением рук, на пятках с разным положением рук, ходьба в полу присядем, ходьба в сочетании с дыханием. Ходьба в сочетании с другими видами движений.

**Бег.** Бег обычный, с произнесением звуков, сгибая ноги в коленях, с выбрасыванием прямых ног вперёд, с захлестом голени, с приседанием и выпрыгиванием. Бег с изменением направления. Бег в сочетании с дыханием.

**Прыжки.** Прыжки на двух ногах на месте, с чередованием ног, с разным положением рук, из стороны в сторону, с выпрыгиванием из полуприседа.

### **Общеразвивающие упражнения.**

**Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.** Поднимать прямые руки вперёд, вверх, в стороны из разных исходных положений; круговые движения прямых, согнутых рук; поднимать и опускать плечи.

**Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.** Опускать и поворачивать голову в стороны. Поворачивать туловище в стороны, с разными движениями рук, наклоны вперёд, назад, в стороны в сочетании с различными движениями рук; в сочетании с дыхательными упражнениями. Из положения упор сидя, лёжа на спине поднимать обе ноги одновременно вверх. Прогибаться лёжа на животе.

**Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.** Присесть с разным положением рук; с выполнением выдоха; присесть из положения ноги врозь перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Выполнять выпад вперёд, в сторону. Выполнять круговые движения ног прямых ног в стороны из положения сидя, упор на предплечья; поочерёдное сгибание и разгибание ног в коленях. Скрестные движения прямыми руками и ногами.

### **Специальные упражнения.**

**Упражнения для подготовки к плаванию брассом.** Разведение и сведение рук как при брассе с сопротивлением и без; приседание из положения основная стойка носки повернуты наружу; сгибание ног в положении лёжа на животе как при плавании брассом с помощью и без; с опорой у стены.

**Упражнения для подготовки к плаванию кролем.** Поочерёдные круговые движения рук вперёд и назад; круговые движения руки назад стоя у стены; круговые движения рук вперёд в согласовании с дыханием как при плавании кролем. Махи ногами вверх – вниз из положения сидя в упоре сзади, лёжа на животе.

### **Подвижные игры на воде.**

**Игры, способствующие развитию умения продвигаться в воде.** «Усатый сом», «Сердитая рыбка», «Мы весёлые ребята», «Белые медведи», «Караси и карпы», «Невод», «Переправа», «Футбол», «Найди свой домик».

**Игры, способствующие овладению навыком погружения головы в воду.** «Оса», «Телефон», «Найти клад», «Сомбреро», «Щука и рыбы», «Рыбак и рыбки», «Охотники и утки», «Салки», «Смелые ребята».

**Игры, способствующие овладению навыками правильного дыхания.** «У кого больше пузырей?», «Насос», «Чья игрушка впереди?».

**Игры, способствующие овладению навыком лежания на воде, скольжения.** «Море волнуется», «Дельфины в цирке», «Затейники», «Буксир», «Кто дальше проскользит», «Салки».

**Игры с мячом.** «Пушбол», «Водное поло», «Разноцветные мячики».

**Эстафеты.** «Весёлые соревнования».

**Развлечение.** «Гонка корабликов», «Морская змея», «Морской бой».

### **Упражнения для постановки «взрывного дыхания».**

#### **1. «Активный быстрый выдох».**

В положении сидя или стоя выполнить активный, почти мгновенный выдох через рот, подобно тому, как сдувается лёгкий предмет (задувается свеча). Губы складываются мягкой трубочкой, струя воздуха шумно выдувается – «фу». Перед выдохом не делать глубокий вдох.

#### **2. «Пассивный вдох».**

Выполнив активный выдох, округло приоткрыть рот. Не нужно делать активного вдоха – он пройдёт пассивно, сам собой.

#### **3. «В меру глубокий, активный выдох».**

Выполнить следом за активным выдохом как единое целое с ним неглубокий, короткий вдох (как бы произнося неслышно буквы «а» или «аи»).

При этом осваивается слитный вдох – выдох. Носом не дышать.

#### **4. «Задержка дыхания на вдохе».**

После мгновенной смены воздуха (вдох – выдох) приоткрыть рот и задержать в себе воздух на короткое время (3-5 сек), после чего выдохнуть.

Нельзя длительное время задерживать дыхание на вдохе.

#### **5. «Прерывистое дыхание».**

Сидя или стоя (в ходьбе) выполнить вдох – выдох, задержать дыхание на вдохе 3-5 сек, затем выполнить следующий вдох – выдох. Постепенно увеличивать количество повторений.

#### **6. «Взрывное дыхание с опусканием лица в воду».**

Касаясь подбородком поверхности воды, выполнить вдох – выдох, закрыть рот и задержать дыхание на вдохе, опустить в воду; медленно приподнять лицо из воды, слегка потуживаясь, готовясь к выдоху (губы слегка выпячиваются вперёд), в момент появления рта на границе воды и воздуха сделать очередной вдох – выдох. Увеличивать количество дыханий, выполнять подряд до 5 мин.

#### **7. «Брызги в лицо» (на суше).**

Стоять, наклонившись вперёд над тазом с водой, зачерпнуть воду ладонями, выполнить вдох – выдох, во время задержки дыхания на вдохе обрызгать лицо, подождать, пока вода стечёт с лица, после этого сделать вдох

– выдох. Повторить до 20 раз.

### **Дыхательная гимнастика.**

#### **1. Ключичное (верхнее) дыхание.**

Положить ладони на ключицы и следить за подъёмом и опусканием ключиц и плеч.

И. п. – сидя (стоя, лёжа) выпрямиться (голова, шея, спина должны располагаться на одной линии). Прежде чем сделать вдох, следует выдохнуть воздух из лёгких. После выдоха сделать медленный вдох через нос, поднимая ключицы и плечи и заполняя воздухом самые верхние отделы лёгких. При выдохе плечи медленно опускаются вниз.

#### **2. Грудное (среднее) дыхание.**

Положить ладони на обе стороны грудной клетки и следить за её движением при дыхании.

И. п. - сидя (стоя, лёжа) выпрямиться (голова, шея, спина должны располагаться на одной линии). Сделать выдох через нос, рёбра при этом опускаются, затем - полный и продолжительный вдох, расширяя грудную клетку. Плечи и живот при вдохе должны оставаться неподвижными (не допускать выпячивания живота). Затем снова выдох и снова вдох.

*С тонизирующим эффектом.*

#### **1. Мобилизующее дыхание.**

И. п. – стоя или сидя (спина прямая). Выдохнуть воздух из лёгких, затем сделать вдох, задержать дыхание на 2 сек., выдох такой же продолжительности, как вдох. Затем постепенно увеличить фазу вдоха.

## **2. Ха – дыхание.**

И. п. – стоя, ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища. Сделать глубокий вдох, поднять руки через стороны вверх над головой. Задержка дыхания. Выдох: корпус резко наклонить вперёд, руки – вниз перед собой, резкий выброс воздуха со звуком «ха!».

## **3. «Замок».**

И. п. – сидя, корпус выпрямлен, руки на коленях в положении «замок». Сделать вдох, одновременно поднять руки над головой ладонями вперёд.

Задержка дыхания (2 сек), резкий выдох через рот, руки падают на колени.

*С успокаивающим эффектом.*

## **1. «Отдых».**

И. п. – стоя, выпрямиться, поставить ноги на ширину плеч. Сделать вдох. На выдохе наклониться, расслабить шею и плечи, голову и руки опустить к полу. Дышать глубоко, следить за дыханием. Находиться в таком положении в течение 1-2 мин. Затем выпрямиться.

## **2. «Передышка».**

В течение 3 мин. Дышать медленно, спокойно и глубоко. Можно даже закрыть глаза. Наслаждайтесь этим глубоким неторопливым дыханием.

**Формирование осанки:** ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.

**Физкультурно-оздоровительная деятельность** направлена на укрепление здоровья детей, коррекцию осанки, развитие двигательных навыков, занятия некоторыми видами спорта, а также воспитание положительного отношения к своему здоровью и формирование стремления к здоровому образу жизни. Поэтому направлению разработаны:

- комплексы упражнений по профилактике нарушений осанки, стоп комплексы дыхательных упражнений
- гимнастика для глаз и т.п.

**Спортивно-оздоровительная деятельность** направлена на формирование у воспитанников, родителей, педагогов осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью, важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации.

**Организующие команды и приемы.**

*Словесные:* рассказ, беседа, описание, объяснение, разбор, указание, оценка действий, команда.

*Наглядные:* показ отдельного упражнения и техники плавания, видеоматериалы, жестикация, применение дополнительных ориентиров, плакаты, картотека игр и упражнений на воде.

*Практические:* метод практических упражнений, соревновательный метод, игровой метод.

**Подвижные и спортивные игры:** упражнения на внимание, силу, ловкость, координацию; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

**Физкультурно-досуговые мероприятия** направлены на формирование у детей выносливости, смекалки, ловкости, умения жить в коллективе, усиление интереса к физическим упражнениям, двигательной активности, приобщают к спорту и здоровому образу жизни.

Физкультурные досуги проводятся 1 раз в 3 месяца с младшего дошкольного возраста. Продолжительность досуга – 20-25 минут. Физкультурные досуги проводятся во второй половине дня. Основное содержание составляют знакомые упражнения с элементом новизны, забавы, развлечения, доставляющие радость и удовольствие.

**Физкультурные досуги праздники** проводятся в форме веселых игр, забав, развлечений. Упражнения, выполняемые с эмоциональным подъемом, оказывают благоприятное воздействие на организм ребенка. На физкультурных досугах и праздниках не только закрепляются двигательные умения и навыки детей, развиваются двигательные качества (быстрота, ловкость, ориентировка в пространстве и др.), но и способствуют воспитанию чувства коллективизма, товарищества, дружбы, взаимопомощи, развивают выдержку и внимание, целеустремленность, смелость, упорство, дисциплинированность и организованность.

Специфической особенностью физкультурного праздника является то, что это – форма демонстрации достижений детей за определённый период времени, динамики их физической подготовленности.

Проводятся физкультурные праздники со средней группы два раза в год зимой и летом. Продолжительность праздника – не более 30-40 минут.

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

Чтобы дети верили в себя, развивались и экспериментировали, взрослые и педагоги, и родители, должны подкреплять детскую инициативу, даже когда она сопровождается ошибками, поскольку, развитие-это всегда что-то новое, а новое всегда сопровождается и ошибками в том числе.

*Способы поддержки инициативы детей:*

-создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности;

-создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;

-не директивную помощь детям, поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности.

*Направления поддержки детской инициативы:*

-творческая инициатива–

предполагает включенность ребенка в игровую как основную творческую деятельность, где развиваются воображение, образное мышление;

-инициатива как целеполагание и волевое усилие–предполагает включенность ребенка в разные виды продуктивной деятельности;

-коммуникативная инициатива–

предполагает включенность ребенка во взаимодействие с сверстниками, где развиваются эмпатия, коммуникативная функция речи;

-познавательная инициатива–предполагает любознательность, включенность в экспериментирование, простую познавательно-исследовательскую деятельность, где развиваются способности устанавливать пространственно-временные, причинно-следственные и родовидовые отношения.

### **2.3.4 Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников**

Не всегда и не все родители поддерживают и одобряют закаливание детей, обучение их плаванию. Некоторые боятся, что их дети могут простудиться и заболеть, другие – что с ними произойдет несчастный случай. Причины этого явления неосведомленность родителей, недооценка ими значения плавания для укрепления здоровья детей, незнание условий организации и методики проведения занятий по плаванию, а также самих родителей плавать, боязнь воды. Поэтому одной из важных задач инструктора по обучению плаванию является широкая пропаганда плавания среди родителей.

#### **Взаимодействие с семьями воспитанников**

Успешное взаимодействие возможно лишь в том случае, если детский сад знаком с воспитательными возможностями семьи ребенка, а семья имеет представление о дошкольном учреждении, которому доверяет воспитание ребенка. Это позволяет оказывать друг другу необходимую поддержку в развитии ребенка, привлекать имеющиеся педагогические ресурсы для решения общих задач воспитания. Поэтому в

своей работе с родителями я использую следующие формы работы: беседы, анкетирование; день открытых дверей в детском саду; разнообразные собрания-встречи, ориентированные на знакомство с достижениями и трудностями воспитывающих детей сторон; проектную деятельность; мастер-классы; стенды; ширмы; папки – передвижки; размещение информации в СМИ.

**Формы сотрудничества с родителями и цель.**

**Индивидуальные формы:**

Индивидуальные консультации. Проводятся по запросам родителей.

**Коллективные формы:**

Родительские собрания. Мероприятие, на котором решаются организационные вопросы, а также связанные с воспитанием и обучением детей, делаются сообщения для родителей руководителями и специалистами детского сада; по обсужденным вопросам принимается решение (постановление), которое фиксируется в протоколе. Проводятся 2 раза в год. Групповые родительские собрания по запросу воспитателей.

Практикумы. Эта форма работы, в ходе которой родители имеют возможность изучить новые упражнения и игры профилактического характера, получить рекомендации по их использованию и влиянию на здоровье и физическое здоровье.

Дни открытых дверей. Проводятся 1 раз в год, дни свободного посещения желающими (родителями и общественностью) детского сада с целью более детально ознакомиться: занятиями, играми, режимными моментами, праздниками, развлечениями. Их количество и содержание определяется руководством детского сада.

Анкетирование. Для выявления значимости отдельных факторов, предусматривающие получение разнообразных данных, сведений и характеристик.

**Наглядно - информационные формы:**

Родительские уголки. Информация для родителей в наглядной форме.

Папки- передвижки. Теоретический и практический материал, который оформляется в папки-передвижки.

Вся работа по взаимодействию с родителями проводится по текущему годовому плану.

Название мероприятия	Цель мероприятия	Сроки проведения
<ul style="list-style-type: none"> <li>Родительское собрание</li> <li>«Роль и значение плавания в развитие детей дошкольного возраста»</li> <li>Фотовыставка «Учимся плавать»</li> </ul>	Объяснить значение плавания на развитие, оздоровление детей; Помочь научить детей правилам гигиены и поведения в бассейне; Объяснить о важности регулярного посещения занятий по плаванию	Сентябрь Октябрь
Рекомендации по режиму дня, литературе по закаливанию. <ul style="list-style-type: none"> <li>Дать комплекс упражнений на освоение с водой и комплекс специальных упражнений пловца для приобретения навыков плавания</li> <li>Памятки "Правила посещения бассейна"</li> </ul>	Объяснить роль родителей в помощи по оздоровлению и закаливанию ребёнка; Помочь детям преодолеть страх перед водой.	Ноябрь
<ul style="list-style-type: none"> <li>Буклеты «Я здоровым быть хочу».</li> </ul>	Формирование сознательного и активного отношения к физическому воспитанию, оздоровлению и закаливанию детей, а также к правилам здорового образа жизни.	Декабрь Январь

• Соревнования посвященные Дню Защитника отечества «Быстрые, сильные, ловкие».	Привлечь к активному участию в решении организационных задач и определить единые подходы в воспитании дошкольников.	Февраль Март
• День открытых дверей: спортивная эстафета и фотовыставка по итогам года «Что мы умеем». • Итоговое родительское собрание	Повысить знания родителей о физическом воспитании в частности о плавании; Привлечь к активному участию в решении организационных задач и определить единые подходы в воспитании дошкольников.	Апрель Май

### **Основные цели и задачи**

Важнейшим условием обеспечения целостного развития личности ребенка является развитие конструктивного взаимодействия с семьей.

### **Ведущая цель -**

создание необходимых условий для формирования ответственных взаимоотношений семьями воспитанников и развития компетентности родителей (способности разрешать разные типы социально -

педагогических ситуаций, связанных с воспитанием ребенка); обеспечение прав родителей на уважение и понимание, на участие в жизни детского сада.

Программой предусмотрено взаимодействие с родителями обучающихся по вопросам воспитания и развития дошкольников, вовлечение родителей в образовательный процесс ДОО.

Возрастная группа	Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников
Старшая группа (5-6 года)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Познакомить родителей с особенностями физического, развития и адаптации к условиям ДОО;</li> <li>2. Познакомить родителей с особой ролью семьи, близких в социально-личностном развитии дошкольников. Совместно с родителями развивать доброжелательное отношение ребенка ко взрослым и сверстникам, эмоциональную отзывчивость к близким, уверенность в своих силах;</li> <li>3. Совместно с родителями способствовать развитию у детей самостоятельности, простейших навыков самообслуживания, предложить родителям создать условия для развития самостоятельности дошкольников дома;</li> <li>4. Помочь родителям в обогащение сенсорного опыта ребенка, развитии его наблюдательности, накоплении первых представлений о предметном, природном и социальном мире;</li> <li>5. Развивать у родителей интерес к совместным играм и занятиям с ребенком дома, познакомить их со способами развития воображения, творческих проявлений ребенка в разных видах художественной и игровой деятельности.</li> </ol>

## **2.4. Иные характеристики содержания Программы.**

### **2.4.1. Физкультурно – оздоровительная работа.**

#### **Система физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ**

**Цель:** Удовлетворять биологическую потребность растущего организма ребенка в двигательной деятельности, давать возможность ему ощущать радость и удовольствие от умения управлять своим телом.

№	Направление работы	Содержание работы
---	--------------------	-------------------

1.	Обеспечение здорового образа жизни	<ul style="list-style-type: none"> <li>- щадящий режим</li> <li>- профилактические, оздоровительные мероприятия</li> </ul>
2.	Создание условий для физкультурно-оздоровительной работы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- планирование физкультурных занятий</li> <li>- разработка конспектов физкультурных занятий</li> <li>- планирование физ. мероприятий</li> </ul>
3.	Укрепление здоровья детей средствами физической культуры	<ul style="list-style-type: none"> <li>- физ. занятия в разных формах, физ. досуги, спорт. праздники</li> <li>- подвижные игры</li> <li>- индивидуальная работа по развитию движений</li> </ul>
4.	Мониторинг	- проведение индивидуального учета результатов освоения обучающимися Программы
6.	Закаливание детского организма	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проветривание помещений</li> <li>- прогулки на свежем воздухе</li> <li>- соблюдение режима, структуры прогулки</li> <li>- гигиенические и водные процедуры</li> <li>- хождение босиком</li> <li>- рациональная одежда детей на прогулках, в группе, на занятиях на свежем воздухе.</li> </ul>
7.	Работа с родителями	<ul style="list-style-type: none"> <li>- родительские собрания</li> <li>- участие родителей в физкультурно- массовых мероприятиях детского сада</li> <li>- пропаганда ЗОЖ</li> </ul>
8.	Работа по охране жизни и здоровья детей	<ul style="list-style-type: none"> <li>- создание условий для занятий</li> <li>- соблюдение ТБ и санитарно– гигиенических требований и норм при подготовке, проведении занятий</li> <li>- инструктаж</li> </ul>



#### 2.4.2. Планирование воспитательно - образовательной работы.

В основе реализации Программы лежит календарное планирование воспитательно-образовательной работы. Календарное планирование воспитательно-образовательной работы осуществляется с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, а также в соответствии с временем года и особенностями традиционных событий, праздников и мероприятий, которые регламентируются Программой.

Тема	Задачи	Месяц	Мероприятие
Месячник по безопасности (с 28.08-02.10.)	Закрепить знания детей о правилах поведения в бассейне. Рассказать о правилах личной гигиены	Сентябрь	Развлечение: «Путешествие в страну правил».
День моря (31)	Пополнить знания детей о подводном мире и его обитателях; повышать активность и работоспособность детского организма. Развивать пластичность и выразительность движений под музыку в воде; создать для детей благоприятный эмоциональный фон и обогатить новыми впечатлениями.	Октябрь	Развлечение «По морям по волнам...»
День народного единства (4)	Закреплять знания детей о празднике, посвященном Дню народного единства; совершенствовать двигательные умения и навыки по плаванию; развивать дружеские отношения между детьми, путём совместного участия в играх; воспитывать чувство патриотизма и любовь к Родине.	Ноябрь	Тематическое занятие «Один за всех и все за одного».
Новый год (31)	Поддерживать и развивать устойчивый интерес детей к праздничному занятию; совершенствовать плавательные умения и навыки; воспитывать организованность и проявлять дружескую взаимопомощь.	Декабрь	Праздник «Новогодняя сказка»
Крещение Христово(19)	Содействовать познавательному развитию ребенка путем формирования способностей в выполнении физических упражнений и игр.	Январь	Развлечение «Крещенские забавы»
День защитника Отечества(23)	Формировать умения детей действовать коллективно, учитывая интересы и возможности своих товарищей. Развивать быстроту, ловкость, выносливость; умение дружно	Февраль	Тематическое занятие «Моряками стать хотим»

	преодолевать препятствия стоящие на пути достижения цели.		
День воды(31)	Побуждать к активному и свободному передвижению в воде во время выполнения игровых действий.	Март	Развлечение «Царица -Водица»
Неделя здоровья(1-7)	Укреплять здоровье детей; совершенствовать работу опорно – двигательного аппарата; формировать правильную осанку; повышать работоспособность организма, приобщать детей к здоровому образу жизни	Апрель	Развлечение «Быть здоровым - здорово!»
День водолаза(5)  День Победы(9)	Укреплять дыхательную систему с помощью упражнений и подвижных игр; развивать ловкость и быстроту реакции; воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми. Расширять представления детей о празднике, посвященном дню Победы; воспитывать целеустремленность, настойчивость, и чувство товарищества при проведении соревнований и подвижных игр.	Май	Развлечение «Плаваем, ныряем про дыхание не забываем».  Тематическое занятие, посвященное Дню Победы.
День России(12)	Закрепить и обобщить знания детей о государственных символах России; совершенствовать двигательные умения и навыки при выполнении основных видов движений; воспитывать патриотические чувства к своей Родине.	Июнь	Тематическое занятие «Мы сильные смелые ловкие умелые»
Международной день Дружбы (30)	Познакомить детей с международным днем дружбы; способствовать совершенствованию приобретённых навыков физической культуры; воспитывать чувство товарищества между детьми.	Июль	Спортивный праздник. «Малые Олимпийские игры»

День физкультурника (7)	Дать знания детям о дне Физкультурника; укреплять здоровье посредством проведения праздника на свежем воздухе; развивать выдержку, внимание в играх и эстафетах.	Август	Спортивный праздник «Мама, папа, я – спортивная семья»
-------------------------	--	--------	--

### 3. Организационный раздел программы:

#### 3.1.1. Материально-техническое обеспечение Программы

№ п/п	Наименование	Количество
1	Гимнастическая скамейка	2 шт.
2	Контейнеры для мелкого оборудования	4 шт.
3	Бассейн для сухого плавания	1 шт.
4	Мячи резиновые надувные маленькие	12 шт.
5	Мячи надувные большие	10 шт.
6	Ласты	12 пар
7	Шарики разноцветные	20 шт.
8	Тонущие игрушки	12 шт.
9	Обручи тонущие	8 шт.
10	Обручи гимнастические	12 шт.
11	Массажер для стоп (пластмассовый)	12 шт.
12	Массажер для стоп (металлический)	8 шт.
13	Ворота надувные	2 шт.
14	Сетка для волейбола	1 шт.
15	Диски тонущие	6 шт.
16	Резиновые игрушки	20 шт.
17	Надувные стойки для баскетбола	2 шт.
18	Круги надувные	12 шт.
19	Разделительная дорожка	1 шт.
20	Плавательные доски	12 шт.
21	«Ёжики»	4 шт.
22	Велотренажер	2 шт.
23	Дуги для подныривания	2 шт.

#### 3.1.2.

#### Методическое обеспечение Программы.

Образовательная область	Программно-методическое обеспечение образовательной деятельности
Физическое развитие	1. - С.В. Яблонская, С.А.Циклис «Физкультура и плавание в детском саду» 2011 - Система обучения плаванию детей дошкольного возраста. Учебно-методическое пособие/ Под ред. А.А. Чеменовой. - СПб.:

	<p>Издательство "ДЕТСТВО_ПРЕСС" , 2011. - 336 с.</p> <p>- Н.Л.Петрова, В.А.Баранов «Плавание техника обучения детей с раннего детства»</p> <p>- Раз, два, три пльви...: метод. пособие для дошк. образоват. учреждений /РыбакМ.В. ,Глушкова Г.В. ,Поташова Г.Н. - М.Обруч, 2010. - 208 с.</p> <p>Плавание. Техника обучения детей с раннего возраста/ Н. Л. Петрова, В.А. Баранов. - М. "Издательство ФАИР", 2008. - 120 с.</p> <p>Методическое пособие для дошкольных Образовательных учреждений.</p> <p>Обучение плаванию в детском саду: Кн. для воспитателей детского сада и родителей/Т.И.Осокина, Е.Н.Тимофеева,Т.Л.Богина. - М.: Просвещение, 1991. - 159с.</p> <p>- Н.Г.Пищикова «Обучение плаванию детей дошкольного возраста. Занятия, игры, праздники»</p>
--	---

3.1.3.

### Средства воспитания и обучения.

Образовательная область	
Физическое развитие	<p>Спортивный инвентарь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- резиновые игрушки;</li> <li>- тонущие кольца;</li> <li>- обручи;</li> <li>- обручи тонущие;</li> <li>- плавательные доски;</li> <li>- надувные круги;</li> <li>- резиновые мячи.</li> </ul>

### 3.2. Учебный план

Учебный план - часть организационного раздела Основной образовательной программы МБДОУ «Детский сад № 141 «Ладушки». Он определяет перечень и трудоемкость, последовательность и распределение по периодам обучения учебных предметов, курсов, дисциплин (занятий, образовательных ситуаций), практики и иных видов учебной деятельности. Учебный план обеспечивает введение в действие и реализацию требований стандарта, определяет общий объем нагрузки и максимальный объем нагрузки обучающихся.

Срок освоения Программы составляет 1 год (с 5 до 6 лет).

Режим непосредственно образовательной деятельности установлен в соответствии с нормами СанПиН 2.4.1.3049-13.

Физкультурные занятия с детьми проводятся инструктором по физической культуре, начиная с младшей группы.

Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей:

- от 5 до 6 лет -25 минут;

Занятия физической культурой для детей в возрасте от 4 до 5 лет организуются 2 раза в неделю.

Группа от 5 до 6 лет (старшая группа)	
Занятий в год	Занятий в неделю
72	2

### 3.3. Календарный учебный график

Группа общеразвивающей направленности для детей с 5 до 6 лет <b>старшая группа</b>	
<b>Режим работы</b>	7.00-17.30
<b>Продолжительность учебного года</b>	01.09 – 31.05, всего 36 недель
<b>Каникулярное время</b>	Новогодние каникулы: 28.12. – 08.01. Летние каникулы (летний оздоровительный период): 01.06- 31.08
<b>Продолжительность 1 полугодия</b>	с 01.09-28.12
<b>Продолжительность 2 полугодия</b>	с 09.01-31.05
<b>Продолжительность учебной нагрузки</b>	5 дней
<b>Продолжительность ООД</b>	25 мин
<b>Продолжительность перерыва между ООД</b>	10 мин.
<b>Конец учебного года</b>	31.05.
<b>Сроки проведения индивидуального учета результатов освоения воспитанникам и ООП (диагностический период)</b>	3-4 неделя мая  (мониторинговые мероприятия проводятся в обычном режиме работы ДОУ, без специально отведенного времени.)
<b>Праздничные (нерабочие дни)</b>	День народного единства- 04 ноября Новогодние праздники – 01 января – 08 января День Защитника Отечества - 23 февраля Международный женский день - 8 марта Праздник Весны и Труда - 1 мая День Победы -9 мая День России - 12 июня

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

1. Праздник Осени – октябрь 5-6лет
2. Новый год – декабрь (5-6лет)
3. Масленица – февраль (5-6 лет)
4. Международный Женский День – март (5-6 лет)
5. Праздник Весны – апрель (5-6 лет)
6. День защиты детей – июнь (5-6 лет)

7.Развлечение «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья» - июль (5-6 лет)

8.Развлечение «До свидание, лето!» - август( 5-6 лет)

Организационной основой реализации комплексно-тематического принципа построения программы являются примерные темы (праздники, события, проекты), которые ориентированы на все направления развития ребенка дошкольного возраста и посвящены различным сторонам человеческого бытия, а так же вызывают личностный интерес детей к:

- явлениям нравственной жизни ребенка
- окружающей природе
- миру искусства и литературы
- традиционным для семьи, общества и государства праздничным событиям
- событиям, формирующим чувство гражданской принадлежности ребенка (родной город, День народного единства, День защитника Отечества и др.)
- сезонным явлениям
- народной культуре и традициям.

Тематический принцип построения образовательного процесса позволяет ввести региональные и культурные компоненты, учитывать приоритет дошкольного учреждения. Построение всего образовательного процесса вокруг одного центрального блока дает большие возможности для развития детей. Темы помогают организовать информацию оптимальным способом. У дошкольников появляются многочисленные возможности для практики, экспериментирования, развития основных навыков, понятийного мышления.

Введение похожих тем в различных возрастных группах обеспечивает достижение единства образовательных целей и преемственности в детском развитии на протяжении всего дошкольного возраста, органичное развитие детей в соответствии с их индивидуальными возможностями.

Тема отражается в подборе материалов, находящихся в группе и уголках развития.

Формы подготовки и реализации тем носят интегративный характер, то есть позволяют решать задачи психолого-педагогической работы нескольких образовательных областей.

### **3.4. Особенности организации предметно-пространственной среды.**

#### **Требования к развивающей предметно- пространственной среде:**

развивающая предметно-пространственная среда бассейна должна быть: содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной, безопасной.

1) **Насыщенность** среды должна соответствовать возрастным возможностям детей и содержанию Программы.

- образовательное пространство должно быть оснащено расходными игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарём;
- организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря обеспечивают: двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;
- для детей раннего возраста образовательное пространство должно предоставлять необходимые и достаточные возможности для движения, предметной и игровой деятельности с разными материалами.

2) **Трансформируемость** пространства

- предполагает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей.

3) **Полифункциональность** материалов предполагает:

- возможность разнообразного использования различных составляющих предметной среды, например, детской мебели, матов, мягких модулей и т.д.;
- наличие в бассейне полифункциональных предметов, в том числе, природных материалов, пригодных для использования в разных видах детской активности (в том числе в качестве предметов-заместителей в детской игре).

4) **Вариативность** среды предполагает:

- наличие в бассейне различных пространств для игры, а также разнообразных материалов, игр, игрушек и оборудования, обеспечивающих свободный выбор детей;
- периодическую сменяемость игрового материала, появление новых предметов, стимулирующих игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей.

5) **Доступность** среды предполагает:

- доступность для воспитанников всех помещений бассейна, где осуществляется образовательный процесс;
- свободный доступ воспитанников посещающих бассейн, к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;
- исправность и сохранность материалов и оборудования

б) **Безопасность** предметно- пространственной среды предполагает

- соответствие всех её элементов требованиям по обеспечению надёжности и безопасности их использования.

Название зоны	Оборудование и инвентарь
Двигательно-игровая зона	Обручи, массажная дорожка, резиновые мячи, дуги
Профилактическая зона	Ёжики, массажная дорожка, гимнастические палки, мешочки с песком
Зона профессиональной деятельности	Плавательные доски, надувные круги, нарукавники, мячи надувные большие и маленькие, лопатки для плавания, нудлсы, ласты, ворота надувные, тонущие игрушки, резиновые игрушки, колобашки, теннисные шарики, шест, разделительная дорожка