


Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №48 Пушкинского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА  
Педагогическим советом ГБДОУ №48  
Протокол № 01 от 29.08.2025г

УТВЕРЖДЕНА  
Заведующий ГБДОУ детский сад №48  
Пушкинского района Санкт-Петербурга  
Приказ №29 § 1 п.2-ОД от 29.08.2025г  
 О.И. Бойцова



**Рабочая программа  
инструктора по физической культуре (бассейн)  
для обучающихся  
групп с ОВЗ тяжелыми нарушениями речи  
компенсирующей направленности**

Срок реализации программы: 2025-2026 учебный год

Инструктор по физической культуре (плаванию):  
Васильева Е.К.

Санкт-Петербург  
2025г

## Содержание

<b>№</b>	<b>Разделы</b>	<b>Стр.</b>
<b>1.</b>	<b>Целевой раздел</b>	
1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Цель, задачи реализации рабочей Программы	5
1.3	Принципы к формированию рабочей Программы	7
1.4	Планируемые результаты освоения/реализации рабочей Программы	8
1.5	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	10
1.6	Характеристики особенностей развития детей	13
<b>2.</b>	<b>Содержательный раздел</b>	14
2.1	Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в образовательной области «Физическое развитие» с ФАОП ДО	14
2.2	Цель и задачи в части Программы, формируемой участниками образовательных отношений	17
2.3	Содержание образовательной деятельности в области физического развития (Бассейн)	22
2.4	Содержание образовательной деятельности с детьми дошкольного возраста с ТНР	24
2.5	Планирование образовательной деятельности	32
<b>3.</b>	<b>Организационный раздел</b>	40
3.1	Организационный раздел обязательной части Программы	40
3.2	Методическое обеспечение	40
<b>4.</b>	<b>Дополнительный раздел</b>	44
4.1.	Краткая презентация рабочей Программы	44
	Приложение 1 План работы с родителями на учебный год	47
	Приложение 2 Календарно-тематическое планирование	49
	Приложение 3 Материалы педагогической диагностики	52

## **1.ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

### **1.1 Пояснительная записка**

Рабочая программа (далее Программа) описывает организацию и содержание образовательной и воспитательной работы в старшей и подготовительной группах компенсирующей направленности для детей с ОВЗ (ТНР) в процессе обучения плаванию.

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №48 Пушкинского района Санкт-Петербурга (далее по тексту – ГБДОУ №48 или дошкольное образовательное учреждение, или образовательное учреждение) осуществляет образовательную деятельность на 1 площадке, расположенной по адресу: Колпинское шоссе д.127, корпус 2, строение 1. В данном учреждении в группах компенсирующей направленности реализуется образовательная программа, адаптированная для воспитанников с ограниченными возможностями здоровья (с тяжёлыми нарушениями речи, далее ТНР).

Рабочая программа для воспитанников с ограниченными возможностями здоровья (ТНР) групп компенсирующей направленности (от 5 до 7 лет) Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения №48 Пушкинского района Санкт-Петербурга (далее Программа) является нормативно-управленческим документом учреждения, характеризующим специфику содержания образования, особенности организации образовательного процесса, характер оказываемых образовательных услуг, с учетом которого государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 48 Пушкинского района Санкт-Петербурга осуществляет образовательную деятельность .

В соответствии со ст.6 (в редакции Федерального закона от 24.09.2022 №371-ФЗ) Программа разрабатывается и утверждается дошкольным образовательным учреждением в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 08.11.2022 №955 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки РФ и Министерства просвещения РФ, касающиеся федеральных государственных образовательных стандартов общего образования и образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и Федеральной адаптированной образовательной программой дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Приказ Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г. № 1022 "Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья"), (далее по тексту ФАОП ДО).

Целевой раздел Программы включает пояснительную записку и планируемые результаты освоения Программы, определяет ее цели и задачи, принципы и подходы к формированию Программы, планируемые результаты ее освоения в виде планируемых результатов (целевых ориентиров).

Содержательный раздел Программы включает описание образовательной деятельности по образовательной области: физическое развитие; формы, способы, методы и средства реализации программы, которые отражают следующие аспекты образовательной среды: предметно-пространственная развивающая образовательная среда; характер взаимодействия с взрослыми; характер взаимодействия с другими детьми;

система отношений ребенка к миру, к другим людям, к себе самому; содержание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей (программу коррекционно-развивающей работы).

Программа определяет базовое содержание образовательных областей с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей в различных видах деятельности, таких как:

- предметная деятельность;
- игровая (сюжетно-ролевая игра, игра с правилами и другие виды игры), коммуникативная (общение и взаимодействие с взрослыми и другими детьми),
- познавательно-исследовательская (исследование и познание природного и социального миров в процессе наблюдения и взаимодействия с ними), а также такими видами активности ребенка, как: восприятие художественной литературы и фольклора, самообслуживание и элементарный бытовой труд (в помещении и на улице), конструирование из разного материала, включая конструкторы, модули, бумагу, природный и иной материал, изобразительная (рисование, лепка, аппликация),
- музыкальная (восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах),
- двигательная (овладение основными движениями) формы активности ребенка.

Содержательный раздел Программы включает описание коррекционно-развивающей работы, обеспечивающей адаптацию и включение детей с ОВЗ в социум.

Программа коррекционно-развивающей работы является неотъемлемой частью федеральной адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования детей с ОВЗ в условиях дошкольных образовательных групп компенсирующей направленности; обеспечивает достижение максимальной реализации реабилитационного потенциала;

учитывает особые образовательные потребности детей дошкольного возраста с ОВЗ (ТНР), удовлетворение которых открывает возможность общего образования.

Программа обеспечивает планируемые результаты дошкольного образования детей дошкольного возраста с ОВЗ (ТНР) в условиях дошкольных образовательных групп комбинированной и компенсирующей направленности.

Программа коррекционной работы предусматривает: проведение индивидуальной и подгрупповой логопедической работы, обеспечивающей удовлетворение особых образовательных потребностей обучающихся с ТНР с целью преодоления неречевых и речевых расстройств; достижение уровня речевого развития, оптимального для ребёнка, и обеспечивающего возможность использования освоенных умений и навыков в разных видах детской деятельности и в различных коммуникативных ситуациях; обеспечение коррекционной направленности при реализации содержания образовательных областей и воспитательных мероприятий; психолого-педагогическое

сопровождение семьи (законных представителей) с целью ее активного включения в коррекционно-развивающую работу с детьми; организацию партнерских отношений с родителями (законными представителями).

Общий объем образовательной программы для обучающихся с ТНР, которая должна быть реализована в образовательной организации в группах компенсирующей направленности, планируется в соответствии с возрастом обучающихся, уровнем их речевого развития, спецификой дошкольного образования для данной категории обучающихся. Образовательная программа для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи регламентирует образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, коммуникативной, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной) с квалифицированной коррекцией недостатков речеязыкового развития обучающихся, психологической, моторно-двигательной базы речи, профилактикой потенциально возможных трудностей в овладении грамотой и обучении в целом, реализуемую в ходе режимных моментов; самостоятельную деятельность обучающихся с тяжелыми нарушениями речи; взаимодействие с семьями обучающихся по реализации образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ТНР.

В Организационном разделе программы представлены, условия реализации программы и ее материально-техническое оснащение, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания, распорядок и/или режим дня, особенности организации предметно-пространственной развивающей образовательной среды, а также психолого-педагогические, кадровые и финансовые условия реализации программы.

Программа охватывает возраст воспитанников от 5 до 7 лет, включает аспекты образовательной работы в группах 12 часового пребывания. Программа реализуется на государственном языке Российской Федерации.

## **1.2 Цели и задачи Программы**

Цель реализации Программы: обеспечение условий для дошкольного образования, определяемых общими и особыми потребностями обучающегося раннего и дошкольного возраста с ОВЗ, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

Программа содействует взаимопониманию и сотрудничеству между людьми, способствует реализации прав обучающихся дошкольного возраста на получение доступного и качественного образования, обеспечивает развитие способностей каждого ребенка, формирование и развитие личности ребенка в соответствии с принятыми в семье и обществе духовно-нравственными и социокультурными ценностями в целях интеллектуального, духовно-нравственного, творческого и физического развития человека, удовлетворения его образовательных потребностей и интересов.

Программа коррекционной работы обеспечивает:

- выявление особых образовательных потребностей обучающихся с ТНР, обусловленных недостатками в их психофизическом и речевом развитии;

- осуществление индивидуально-ориентированной психолого-педагогической помощи обучающимся с ТНР с учетом их психофизического, речевого развития, индивидуальных возможностей и в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии;

- возможность освоения детьми с ТНР адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования.

Общие задачи Программы:

- реализация содержания ФАОП ДО;
- коррекция недостатков психофизического развития обучающихся с ОВЗ;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья обучающихся с ОВЗ, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение равных возможностей для полноценного развития ребенка с ОВЗ в период дошкольного образования независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса;
- создание благоприятных условий развития в соответствии с их возрастными, психофизическими и индивидуальными особенностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка с ОВЗ как субъекта отношений с педагогическим работником, родителями (законными представителями), другими детьми;
- объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей, принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- формирование общей культуры личности обучающихся с ОВЗ, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирование предпосылок учебной деятельности;
- формирование социокультурной среды, соответствующей психофизическим и индивидуальным особенностям развития обучающихся с ОВЗ;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки родителей (законных представителей) и повышение их компетентности в вопросах развития, образования, реабилитации (абилитации), охраны и укрепления здоровья обучающихся с ОВЗ;
- обеспечение преемственности целей, задач и содержания дошкольного и начального общего образования.

Задачи для работы с детьми ТНР:

- определение особых образовательных потребностей обучающихся с ТНР, обусловленных уровнем их речевого развития и степенью выраженности нарушения;
- коррекция речевых нарушений на основе координации педагогических, психологических и медицинских средств воздействия;
- оказание родителям (законным представителям) обучающихся с ТНР консультативной и методической помощи по особенностям развития обучающихся с ТНР и направлениям коррекционного воздействия.

### **1.3 Принципы дошкольного образования, установленные ФГОС ДО и используемые при построении Программы**

В соответствии со Стандартом Программа построена на следующих принципах:

1. Поддержка разнообразия детства.
2. Сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека.
3. Позитивная социализация ребенка.
4. Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия педагогических работников и родителей (законных представителей), педагогических и иных работников Организации) и обучающихся.
5. Содействие и сотрудничество обучающихся и педагогических работников, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.
6. Сотрудничество Организации с семьей.
7. Возрастная адекватность образования. Данный принцип предполагает подбор образовательными организациями содержания и методов дошкольного образования в соответствии с возрастными особенностями обучающихся.

Специфические принципы и подходы к формированию ФАОП ДО для обучающихся с ТНР (ФАОП ДО п. 10.3.3.):

1. Сетевое взаимодействие с организациями социализации, образования, охраны здоровья и другими партнерами, которые могут внести вклад в развитие и образование обучающихся: Организация устанавливает партнерские отношения не только с семьями обучающихся, но и с другими организациями и лицами, которые могут способствовать удовлетворению особых образовательных потребностей обучающихся с ТНР, оказанию психолого-педагогической и (или) медицинской поддержки в случае необходимости (Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи).
2. Индивидуализация образовательных программ дошкольного образования обучающихся с ТНР: предполагает такое построение образовательной деятельности, которое открывает возможности для индивидуализации образовательного процесса и учитывает его интересы, мотивы, способности и психофизические особенности.
3. Развивающее вариативное образование: принцип предполагает, что содержание образования предлагается ребенку через разные виды деятельности с учетом зон актуального и ближайшего развития ребенка, что способствует развитию, расширению как явных, так и скрытых возможностей ребенка.
4. Полнота содержания и интеграция отдельных образовательных областей: в соответствии со Стандартом Программа предполагает всестороннее социально-коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое и физическое развитие обучающихся посредством различных видов детской активности. Деление Программы на образовательные области не означает, что каждая образовательная область осваивается ребенком по отдельности, в форме изолированных занятий по модели школьных предметов. Между отдельными разделами Программы существуют многообразные взаимосвязи: познавательное развитие обучающихся с ТНР тесно связано

с речевым и социальнокоммуникативным, художественно-эстетическое - с познавательным и речевым. Содержание образовательной деятельности в каждой области тесно связано с другими областями. Такая организация образовательного процесса соответствует особенностям развития обучающихся с ТНР дошкольного возраста;

5. Инвариантность ценностей и целей при вариативности средств реализации и достижения целей Программы: Стандарт и Программа задают инвариантные ценности и ориентиры, с учетом которых Организация должна разработать свою адаптированную образовательную программу. При этом за Организацией остаётся право выбора способов их достижения, выбора образовательных программ, учитывающих разнородность состава групп обучающихся, их психофизических особенностей, запросов родителей (законных представителей).

#### **1.4 Планируемые результаты освоения/реализации Программы**

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

Реализация образовательных целей и задач Программы направлена на достижение целевых ориентиров дошкольного образования, которые описаны как основные характеристики развития ребенка с ОВЗ. Они представлены в виде изложения возможных достижений обучающихся на разных возрастных этапах дошкольного детства.

##### Целевые ориентиры реализации ФАОП ДО для обучающихся с ТНР

В соответствии с особенностями психофизического развития ребенка с ТНР, планируемые результаты освоения Программы предусмотрены в ряде целевых ориентиров.

##### Целевые ориентиры на этапе завершения освоения Программы.

К концу данного возрастного этапа ребенок:

- 1) обладает сформированной мотивацией к школьному обучению;
- 2) усваивает значения новых слов на основе знаний о предметах и явлениях окружающего мира;
- 3) употребляет слова, обозначающие личностные характеристики, многозначные;
- 4) умеет подбирать слова с противоположным и сходным значением; 5) правильно употребляет основные грамматические формы слова;
- 6) составляет различные виды описательных рассказов (описание, повествование, с элементами рассуждения) с соблюдением цельности и связности высказывания, составляет творческие рассказы;



- 7) владеет простыми формами фонематического анализа, способен осуществлять сложные формы фонематического анализа (с постепенным переводом речевых умений во внутренний план), осуществляет операции фонематического синтеза;
- 8) осознает слоговое строение слова, осуществляет слоговой анализ и синтез слов (двухсложных с открытыми, закрытыми слогами, трехсложных с открытыми слогами, односложных);
- 9) правильно произносит звуки (в соответствии с онтогенезом);
- 10) владеет основными видами продуктивной деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности: в игре, общении, конструировании;
- 11) выбирает род занятий, участников по совместной деятельности, избирательно и устойчиво взаимодействует с детьми; 12) участвует в коллективном создании замысла в игре и на занятиях;
- 13) передает как можно более точное сообщение другому, проявляя внимание к собеседнику;
- 14) регулирует свое поведение в соответствии с усвоенными нормами и правилами, проявляет кооперативные умения в процессе игры, соблюдая отношения партнерства, взаимопомощи, взаимной поддержки;
- 15) отстаивает усвоенные нормы и правила перед ровесниками и педагогическим работником, стремится к самостоятельности, проявляет относительную независимость от педагогического работника;
- 16) использует в играх знания, полученные в ходе экскурсий, наблюдений, знакомства с художественной литературой, картинным материалом, народным творчеством, историческими сведениями, мультфильмами;
- 17) использует в процессе продуктивной деятельности все виды словесной регуляции: словесного отчета, словесного сопровождения и словесного планирования деятельности;
- 18) устанавливает причинно-следственные связи между условиями жизни, внешними и функциональными свойствами в животном и растительном мире на основе наблюдений и практического экспериментирования;
- 19) определяет пространственное расположение предметов относительно себя, геометрические фигуры;
- 20) владеет элементарными математическими представлениями: количество в пределах десяти, знает цифры 0, 1-9, соотносит их с количеством предметов, решает простые арифметические задачи устно, используя при необходимости в качестве счетного материала символические изображения;
- 21) определяет времена года, части суток;
- 22) самостоятельно получает новую информацию (задает вопросы, экспериментирует);
- 23) пересказывает литературные произведения, составляет рассказ по иллюстративному материалу (картинкам, картинам, фотографиям), содержание которых отражает эмоциональный, игровой, трудовой, познавательный опыт обучающихся;
- 24) составляет рассказы по сюжетным картинкам и по серии сюжетных картинок, используя графические схемы, наглядные опоры;

- 25) составляет с помощью педагогического работника небольшие сообщения, рассказы из личного опыта; 26) владеет предпосылками овладения грамотой;
- 27) стремится к использованию различных средств и материалов в процессе изобразительной деятельности;
- 28) имеет элементарные представления о видах искусства, понимает доступные произведения искусства (картины, иллюстрации к сказкам и рассказам, народная игрушка), воспринимает музыку, художественную литературу, фольклор;
- 29) проявляет интерес к произведениям народной, классической и современной музыки, к музыкальным инструментам; 30) сопереживает персонажам художественных произведений;
- 31) выполняет основные виды движений и упражнения по словесной инструкции педагогических работников: согласованные движения, а также разноименные и разнонаправленные движения;
- 32) осуществляет элементарное двигательное и словесное планирование действий в ходе спортивных упражнений;
- 33) знает и подчиняется правилам подвижных игр, эстафет, игр с элементами спорта;
- 34) владеет элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек).

Общими ориентирами в достижении результатов программы коррекционной работы являются: сформированность фонетического компонента языковой способности в соответствии с онтогенетическими закономерностями его становления; совершенствование лексического, морфологического (включая словообразовательный), синтаксического, семантического компонентов языковой способности; овладение арсеналом языковых единиц различных уровней, усвоение правил их использования в речевой деятельности; сформированность предпосылок метаязыковой деятельности, обеспечивающих выбор определенных языковых единиц и построение их по определенным правилам; сформированность социально-коммуникативных навыков; сформированность психофизиологического, психологического и языкового уровней, обеспечивающих в будущем овладение чтением и письмом.

### 1.5 Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

Название раздела ФОП ДО	пункты	страницы
Целевой раздел ФОП ДО	п.16	стр.18-20
Педагогическая диагностика достижений планируемых результатов направлена на изучение: - деятельности умений ребёнка; - его интересов, предпочтений, склонностей; - личностных особенностей; - способов взаимодействия со взрослыми и сверстниками;	п.16.1.	стр.18

<p>Педагогическая диагностика достижений планируемых результатов позволяет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выявлять особенности и динамику развития ребёнка;</li> <li>- составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы;</li> <li>- своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности;</li> </ul>		
<p>При реализации Программы может проводиться оценка индивидуального развития детей, которая осуществляется педагогом в рамках педагогической диагностики. Вопрос о ее проведении для получения информации о динамике возрастного развития ребенка и успешности освоения им Программы, формах организации и методах решается непосредственно дошкольным образовательным учреждением</p>	п.16.2.	стр.18
<p>Педагогическая диагностика индивидуального развития детей проводится педагогом в произвольной форме на основе малоформализованных диагностических методов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдения;</li> <li>- свободных бесед с детьми;</li> <li>- анализа продуктов детской деятельности (рисунков, работ по лепке, аппликации, построек, поделок и тому подобное);</li> <li>- специальных диагностических ситуаций.</li> </ul> <p>При необходимости педагог может использовать специальные методики диагностики физического, коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического развития</p>	п.16.6.	стр.18
<p>Специфика педагогической диагностики достижения планируемых образовательных результатов обусловлена следующими требованиями ФГОС ДО:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планируемые результаты освоения основной образовательной программы ДО заданы как целевые ориентиры ДО и представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка на разных этапах дошкольного детства;</li> <li>- целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе и в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей и основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей<sup>5</sup>;</li> <li>- освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации обучающихся<sup>6</sup></li> </ul>	п.16.3	стр.18

Данные положения подчеркивают направленность педагогической диагностики на оценку индивидуального развития детей дошкольного возраста, на основе которой определяется эффективность педагогических действий и осуществляется их дальнейшее планирование.		
Результаты педагогической диагностики (мониторинга) могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач: - индивидуализации образования (в том числе поддержки ребёнка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития); - оптимизации работы с группой детей.	п.16.4	стр.18-19
Периодичность проведения педагогической диагностики Диагностика проводится 2 раза в год (на начальном этапе освоения ребёнком образовательной программы в зависимости от времени его поступления в дошкольную группу (стартовая диагностика) и на завершающем этапе освоения программы его возрастной группой (заключительная, финальная диагностика)		
Педагогическая диагностика проводится по методике А.А. Чеменевой, Т.В. Столмаковой «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» а. СПб: «Детство-пресс», 2011. Организация и условия проведения.		

#### Примерная форма ИУП

Ф.И. ребёнка	Индивидуальные развития особенности	Содержание работы (формы, методы, технологии)	Кратность/период

Педагогическая диагностика (мониторинг) проводится 2 раза в год (начало и конец учебного года) по методике А.А. Чеменевой, Т.В. Столмаковой «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» а. СПб: «Детство-пресс», 2011. Организация и условия проведения.

Бассейн ДОУ.

Глубина бассейна 0,5-0,7м.

Температура воды в чаше бассейна 30-32 градуса

Для проведения контрольных упражнений необходим секундомер, с помощью которого фиксируются временные показатели упражнений с точностью до 0,1 секунды, вспомогательные средства обучения, протокол обследования навыков плавания в разных возрастных группах. Оценка плавательной подготовленности проводится два раза в год.

### 1.6. Характеристики особенностей развития детей. Возрастные особенности физического развития детей

Старшая группа. От 5 до 6 лет
<p>На шестом году жизни совершенствуется физическое развитие детей: стабилизируются физиологические функции и процессы, укрепляется нервная система. По данным ВОЗ средние антропометрические показатели к шести годам следующие: мальчики весят 20,9 кг при росте 115,5 см, вес девочек составляет 20,2 кг при росте 114,7 см. При этом главный показатель нормы – комфорт и хорошее самочувствие ребенка. Детям 5-6 лет свойственна высокая потребность в движениях.</p> <p>Двигательная активность становится все более целенаправленной, зависимой от эмоционального состояния и мотивов деятельности. Дети овладевают сложными видами движений и различными способами их выполнения, а также некоторыми элементами техники.</p> <p>Во время ходьбы у большинства детей наблюдаются согласованные движения рук и ног, уверенный широкий шаг и хорошая ориентировка в пространстве. Бег пятилетнего ребенка отличается хорошей координацией движений, прямолинейностью, возрастающей равномерностью и стремительностью. К шести годам бег становится правильным: поза непринужденная, голова приподнята, плечи не разворачиваются, движения рук и ног хорошо согласованы.</p> <p>Дети владеют разными способами бега. Они упражняются в разных видах прыжков (в длину с места, в высоту и в длину с разбега, вверх). Значительно улучшается согласованность и энергичность движений рук и ног при отталкивании, увеличивается фаза полета и дальность прыжка.</p> <p>Старшие дошкольники владеют всеми способами катания, бросания и ловли, метания в цель и вдаль. Значительно улучшаются навыки владения мячом: свободно его бросают и ловят, передают и перебрасывают друг другу двумя руками, снизу, от груди, сверху, а также двумя руками с отскоком от земли. У детей совершенствуются навыки ведения мяча правой и левой рукой. На шестом году жизни значительно улучшаются показатели ловкости.</p> <p>Дети овладевают более сложными координационными движениями, быстро приспосабливаются к изменяющимся ситуациям, сохраняют устойчивое положение тела в различных вариантах игр и упражнений</p>
Подготовительная группа. От 6 до 7 лет
<p>На седьмом году жизни происходит дальнейшее развитие детского организма: стабилизируются все физиологические функции и процессы, совершенствуется нервная система, повышается двигательная культура. По данным ВОЗ средние антропометрические показатели к семи годам следующие: мальчики весят 23,0 кг при росте 121,7 см, а девочки весят 22,7 кг при росте 121,6 см. При этом главный показатель нормы – комфорт и хорошее самочувствие ребенка. Движения детей 6-7 лет становятся все более осмысленными, мотивированными и целенаправленными.</p> <p>Старшие дошкольники осознанно упражняются в различных действиях, пытаются ставить двигательную задачу, выбирая разные способы ее решения. В процессе выполнения двигательных заданий проявляют скоростные, скоростно-силовые качества, гибкость, ловкость и выносливость. К семи годам улучшается гибкость, возрастает амплитуда движений, отмечается высокая подвижность суставов за счет эластичности мышц и связок. Отмечаются высокие темпы прироста показателей, характеризующих быстроту движений Государственное бюджетное дошкольное образовательное</p>

учреждение детский сад №48 Пушкинского района Санкт-Петербурга 9 и времени двигательной реакции, скорости однократных движений, частоты повторяющихся движений. Значителен прирост физической работоспособности и выносливости

Дети способны к продолжительной двигательной деятельности низкой и средней интенсивности, готовы к незначительным статическим нагрузкам. На основе совершенствования разных видов движений и физических качеств у детей происходит преобразование моторной сферы. Им доступно произвольное регулирование двигательной активности, стремление достичь положительного результата, а также осознанное отношение к качеству выполнения упражнений.

В результате успешного достижения цели и преодоления трудностей дети способны получать «мышечную» радость и удовлетворение. Им свойствен широкий круг специальных знаний, умений анализировать свои действия, изменять и перестраивать их в зависимости от ситуации и получаемого результата.

Все это содействует увеличению двигательной активности детей, проявлению их инициативы, выдержки, настойчивости, решительности и смелости.

В то же время у старших дошкольников появляется умение самостоятельно пользоваться приобретенным двигательным опытом в различных условиях (в лесу, в парке, на спортивной площадке) и ситуациях (на прогулке, экскурсии, в путешествии).

## 2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 2.1 Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в образовательной области «Физическое развитие» с ФАОП ДО

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

становления у обучающихся ценностей здорового образа жизни;

овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек);

развития представлений о своем теле и своих физических возможностях;

приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;

формирования начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами.

В сфере становления у обучающихся ценностей здорового образа жизни педагогические работники способствуют развитию у обучающихся ответственного отношения к своему здоровью. Они рассказывают детям о том, что может быть полезно и что вредно для их организма, помогают детям осознать пользу здорового образа жизни, соблюдения его элементарных норм и правил, в том числе правил здорового питания, закаливания. Педагогические работники способствуют формированию полезных навыков и привычек, нацеленных на поддержание собственного здоровья, в том числе формированию гигиенических навыков. Создают возможности для активного участия обучающихся в оздоровительных мероприятиях.

В сфере совершенствования двигательной активности обучающихся, развития представлений о своем теле и своих физических возможностях, формировании начальных представлений о спорте педагогические работники уделяют специальное внимание развитию у ребенка представлений о своем теле, произвольности действий и движений ребенка.

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

Педагогические работники поддерживают интерес обучающихся к подвижным играм, занятиям на спортивных снарядах, упражнениям в беге, прыжках, лазании, метании; побуждают обучающихся выполнять физические упражнения, способствующие развитию равновесия, координации движений, ловкости, гибкости, быстроты.

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

Основное содержание образовательной деятельности с детьми среднего дошкольного возраста:

Задачи образовательной области "Физическое развитие" для обучающихся с ТНР решаются в разнообразных формах работы. Характер решаемых задач позволяет структурировать содержание образовательной области "Физическое развитие" по следующим разделам: физическая культура; представления о здоровом образе жизни и гигиене.

Образовательную деятельность в рамках образовательной области проводят воспитатели, инструктор по физической культуре. Активными участниками образовательного процесса должны стать родители (законные представители), а также все остальные специалисты, работающие с детьми.

Реализация содержания образовательной области помимо непосредственно образовательных задач, соответствующих возрастным требованиям образовательного стандарта, предполагает решение развивающих, коррекционных и оздоровительных задач, воспитание у обучающихся представлений о здоровом образе жизни, приобщение их к физической культуре.

В этот период реализация задач образовательной области "Физическое развитие" должна стать прочной основой, интегрирующей сенсорноперцептивное и моторно-двигательное развитие обучающихся с нарушением речи.

Основное содержание образовательной деятельности с детьми старшего дошкольного возраста:

В ходе физического воспитания обучающихся с ТНР большое значение приобретает формирование у обучающихся осознанного понимания необходимости здорового образа жизни, интереса и стремления заниматься спортом, желания участвовать в подвижных и спортивных играх с другими детьми и самим организовывать их.

На занятиях в бассейне реализуются принципы ее адаптивности, концентричности в выборе содержания работы. Этот принцип обеспечивает непрерывность, преемственность в обучении и воспитании. В структуре каждого занятия выделяются разминочная, основная и релаксационная части. В процессе разминки мышечно-суставной аппарат ребенка подготавливается к активным физическим нагрузкам, которые предполагаются в основной части занятия. Релаксационная часть помогает детям самостоятельно регулировать свое психоэмоциональное состояние и нормализовать процессы возбуждения и торможения.

Продолжается физическое развитие обучающихся (объем движений, сила, ловкость, выносливость, гибкость, координированность движений). Потребность в ежедневной осознанной двигательной деятельности формируется у обучающихся в различные режимные моменты: на утренней зарядке, на прогулках, в самостоятельной деятельности, во время спортивных досугов.

Физическое воспитание связано с развитием музыкально-ритмических движений, с занятиями логоритмикой, подвижными играми. Кроме этого, проводятся лечебная физкультура, массаж, различные виды гимнастик (глазная, адаптационная, корригирующая, остеопатическая), закаливающие процедуры, подвижные игры, игры со спортивными элементами, спортивные праздники и развлечения. При наличии бассейна обучающихся обучают плаванию, организуя в бассейне спортивные праздники и другие спортивные мероприятия.

Продолжается работа по формированию правильной осанки, организованности, самостоятельности, инициативы. Во время игр и упражнений обучающиеся учатся соблюдать правила, участвуют в подготовке и уборке места проведения занятий. Педагогические работники привлекают обучающихся к посильному участию в подготовке физкультурных праздников, спортивных досугов, создают условия для проявления их творческих способностей в ходе изготовления спортивных атрибутов.

В этот возрастной период в занятия с детьми с ТНР вводятся комплексы аэробики, а также различные импровизационные задания, способствующие развитию двигательной креативности обучающихся.

Для организации работы с детьми активно используется время, предусмотренное для их самостоятельной деятельности. Важно вовлекать обучающихся с ТНР в различные игры-экспериментирования, викторины, игры-этюды, жестовые игры, предлагать им иллюстративный и аудиальный материал, связанный с личной гигиеной, режимом дня, здоровым образом жизни.

В этот период педагогические работники разнообразят условия для формирования у обучающихся правильных гигиенических навыков, организуя для этого соответствующую безопасную, привлекательную для обучающихся, современную, эстетичную бытовую среду. Обучающихся стимулируют к самостоятельному выражению своих потребностей, к осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации (умывание, мытье рук, уход за своим внешним видом, использование носового платка, салфетки, столовых приборов, уход за полостью рта, соблюдение режима дня, уход за вещами и игрушками).

В этот период является значимым расширение и уточнение представлений обучающихся с ТНР о человеке (себе, других детях, педагогическом работнике, родителях (законных представителях), об особенностях внешнего вида здорового и заболевшего человека, об особенностях своего здоровья. Педагогические работники продолжают знакомить обучающихся на доступном их восприятию уровне со строением тела человека, с назначением отдельных органов и систем, а также дают детям элементарные, но значимые представления о



целостности организма. В этом возрасте обучающиеся уже достаточно осознанно могут воспринимать информацию о правилах здорового образа жизни, важности их соблюдения для здоровья человека, о вредных привычках, приводящих к болезням. Содержание раздела интегрируется с образовательной областью "Социально-коммуникативное развитие", формируя у обучающихся представления об опасных и безопасных для здоровья ситуациях, а также о том, как их предупредить и как вести себя в случае их возникновения. Очень важно, чтобы обучающиеся усвоили речевые образцы того, как надо позвать педагогического работника на помощь в обстоятельствах нездоровья.

На основании п.2.9 ФГОС ДО образовательная программа ГБДОУ №48 состоит из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений. В части Программы, формируемой участниками образовательных отношений, представлена парциальная образовательная программа, направленная на расширение содержания отдельных образовательных областей обязательной части. Программа: Чеменева А.А., Столмакова Т.В. Система обучения плаванию детей дошкольного возраста. – СПб.: Детство-Пресс, 2019.-336 с.

## 2.2 Цель и задачи в части Программы, формируемой участниками образовательных отношений

«Система обучения плаванию детей дошкольного возраста»\_А.А. Чеменева, Т.В. Токмакова.

Цель: Обучение детей дошкольного возраста плаванию; закаливанию и укреплению детского организма; обучение каждого ребенка осознанно заниматься физическими упражнениями; создание основы для разностороннего физического развития (развитие и укрепление опорнодвигательного аппарата, сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем).

Образовательная область	Задачи
Социально-коммуникативное развитие	Приобщать к ценностям физической культуры: формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; Приобщать к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной деятельности; Формировать навыки безопасного поведения в бассейне.
Познавательное развитие	Расширять кругозора в части представлений о физкультуре и спорте, ЗОЖ человека
Речевое развитие	Расширять словарный запас за счёт терминологии, связанной с освоением навыков плавания
Художественно-эстетическое развитие	Развивать музыкально-ритмические движения
Физическое развитие	Содействовать гармоничному развитию всех мышц тела ребенка, укрепление его опорно-двигател аппарата, повышение функций сердечно-сосудистой и дыхательной систем

Программа построена на трех составляющих: начальное обучение плаванию, ориентирование в воде, обучение спортивным способам плавания. Раздел «Здоровье» включает правила безопасного поведения на воде, упражнения и игры, ориентированные на оздоровление и профилактику заболеваний, правила ухода за собой. Программа разделена на четыре уровня. Учитывая особенности детского учреждения, программа адаптирована под условия ГБДОУ №48 и разделена на 6 уровней по полугодиям: 1 полугодие - 1 уровень

**1 уровень обучения старшая группа (5-6 лет) первое полугодие**

Задачи	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь
<b>Обучающие</b>	1.Ознакомление со свойствами воды. 2.Обучение свободному передвижению в воде. 3.Обучение выдоху в воду. Формирование умения самостоятельно раздеваться,мыться, одеваться.	1.Обучение попеременным движениям ног способом кроль. 2. Обучение лежанию на воде. 3.Обучение ориентированию в воде.	1. Обучение скольжению с надувным кругом и без него. 2.Обучение плаванию облегченным способом. 3.Обучать кратковременному лежанию с опорой и без опоры	Закрепление пройденного материала. Совершенствование изученных упражнений .Подготовка и сдача норм первого этапа обучения
<b>Оздоровительные</b>	Повышение сопротивляемости организма к неблагоприятным условиям внешней среды	1.Укрепление мышц тела, нижних конечностей. 2.Повышение функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем.	Повышение функциональных возможностей организма.	Активизация обменных процессов работы ЦНС
<b>Развивающие</b>	Развитие равновесия	Развитие силы	Развитие ловкости, внимания.	Развитие выносливости.
<b>Воспитательные</b>	Воспитание смелости	Воспитание положительного отношения детей к занятиям.	Воспитание решительности, выдержки.	Воспитание организованности.

**2 уровень обучения старшая группа (5-6 лет) второе полугодие**

<b>Задачи</b>	<b>Январь -февраль</b>	<b>Март</b>	<b>Апрель</b>	<b>Май</b>
<b>Обучающие</b>	1.Дальнейшее обучение плаванию при помощи ног способом кроль на груди, спине. 2.Обучение попеременным круговым движения прямыми руками. 3.Дальнейшее обучение погружению в воду, лежа в ней, открывая глаза. 4.Дальнейшее обучение выдоха в воду.	1.Обучение плаванию при помощи движений ног способом кроль на груди в согласовании с дыханием. 2.Обучение скольжению на груди, спине. 3.Дальнейшее обучение движениям рук способом брасс. 4.Закрепление пройденного материала.	1.Обучение скольжению на груди, спине в согласовании с движениями ног способом кроль. 2.Обучение скольжению в согласовании с движениями рук способом кроль. 3.Обучение плаванию комбинированным способом (руки-брасс, ноги-кроль). 4.Совершенствование изученных упражнений.	1.Подготовка и сдача норм второго этапа обучения плаванию.
<b>Оздоровительные</b>	1.Повышение сопротивляемости организма к неблагоприятным условиям внешней среды. 2.Укрепление мышц тела верхних и нижних конечностей.	Повышение функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем.	1.Повышение функциональных возможностей организма. 2.Активизация работы вестибулярного аппарата.	Активизация обменных процессов работы центральной нервной системы.
<b>Развивающие</b>	Развитие внимания, силы, быстроты.	Развитие выносливости	Развитие гибкости, ловкости.	Развитие выносливости
<b>Воспитательные</b>	1.Повышение эмоционального тонуса.	Воспитание уверенности в своих силах, смелости.	Воспитание нравственноволевых черт личности (сдержанности, честности)	Воспитание выдержки.

**3 уровень обучения подготовительная группа (6-7 лет) первое полугодие**

<b>Задачи</b>	<b>Сентябрь</b>	<b>Октябрь</b>	<b>Ноябрь</b>	<b>Декабрь</b>
<b>Обучающие</b>	1.Обучение плаванию кролем на груди при помощи движений рук при задержанном дыхании. 2.Обучение плаванию на груд при помощи движений ног в согласовании с дыханием. 3.Обучение плаванию кролем на груди в полной координации при задержанном дыхании. - Обучение плаванию кролем на спине при помощи движений рук и ног. - Обучение плаванию при помощи движений рук способом брасс в согласовании с дыханием. - Дальнейшее обучение скольжению на груди, спине.	1.Обучение плаванию кролем на груди, спине в полной координации. 2.Обучение плаванию при помощи движений рук способом дельфин в согласовании с дыханием. 3.Обучение плаванию комбинированным способом (руки-дельфин, ноги-кроль.) 4.Дальнейшее обучение плаванию на груди, спине при помощи движений рук, ног способом кроль в согласовании с дыханием. 5.Закрепление пройденного материала.	1.Обучение плаванию способом дельфин при помощи движений ног. 2.Обучение плаванию комбинированным способом. 3.Дальнейшее обучение плаванию способом кроль на груди, спине в полной координации. 4.Совершенствование изученных упражнений.	Закрепление пройденного материала. Совершенствование изученных упражнений.. Подготовка и сдача норм третьего этапа обучения
<b>Оздоровительные</b>	1.Повышение сопротивляемости организма к неблагоприятным условиям внешней среды. 2.Укрепление дыхательной мускулатуры, улучшение подвижности грудной клетки.	1.Повышение общей и силовой выносливости мышц. 2.Увеличение резервных возможностей дыхания, жизненной емкости легких.	Повышение функциональных возможностей организма	Активизация обменных процессов работы ЦНС
<b>Развивающие</b>	Развитие гибкости	Развитие силы,выносливости	Развитие ловкости	Развитие выносливости

<b>Воспитательные</b>	Воспитание воли, целеустремленности	Воспитание чувства товарищества, выдержки	Воспитание сознательной дисциплины, организованности	Воспитание уверенности в своих силах
-----------------------	-------------------------------------	---	--	--------------------------------------

**4 уровень обучения подготовительная группа (6-7 лет) второе полугодие**

<b>Задачи</b>	<b>Январь-февраль</b>	<b>Март</b>	<b>Апрель</b>	<b>Май</b>
<b>Обучающие</b>	<p>1.Совершенствование движений ног способом кроль на груди, спине.</p> <p>2.Закрепление и совершенствование навыка плавания при помощи движений рук способом кроль на груди, спине, брасс, дельфин- в согласовании с дыханием.</p> <p>3.Закрепление и совершенствование навыка плавания кролем на груди, спине в полной координации.</p> <p>4.Закрепление навыка плавания при помощи движений ног способом дельфин. Закрепление и совершенствование навыка плавания комбинированным способами (руки-брасс, ногикроль, руки-дельфин, ноги- кроль).</p>	<p>1.Обучение плаванию при помощи движений ног способом брасс.</p> <p>2.Обучение плаванию способом брасс, дельфин в полной координации.</p> <p>3.Закрепление и совершенствование изученных способов плавания.</p>	<p>1.Обучение плаванию под водой.</p> <p>2.Обучение приемам самопомощи и помощи тонущему.</p> <p>3.Закрепление и совершенствование изученных способов плавания.</p>	<p>1.Подготовка и сдача норм четвертого этапа обучения плаванию.</p>

<b>Оздоровительные</b>	1. Укрепление мышечного корсета, силы мышц рук, ног. Закаливание организма.	1. Укрепление дыхательной мускулатуры. 2. Улучшение подвижности грудной клетки. 3. Увеличение резервных возможностей дыхания.	1. Повышение функциональных возможностей организма, сердечно-сосудистой системы.	Активизация обменных процессов, работы ЦНС.
<b>Развивающие</b>	Развитие гибкости	Развитие силы, выносливости.	Развитие ловкости	Развитие выносливости
<b>Воспитательные</b>	Воспитание воли, выдержки	Воспитание целеустремленности, сообразительности	Воспитание настойчивости в достижении цели, честности.	Воспитание уверенности в своих силах, сдержанности

### 2.3 Содержание образовательной деятельности в области физического развития (Бассейн)

Группа умения/навыки	Старшая	Подготовительная
Общеразвивающие(ОРУ), специальные имитационные упражнения суше	<p>Упражнения для развития рук и плечевого пояса - поднимать, опускать и поворачивать плечи, голову; круговые движения прямыми и согнутыми руками (вперед, назад), рывки прямыми и согнутыми руками; упражнения для мелкой мускулатуры рук (однаправленные и разнонаправленные). Для мышц туловища: наклоны, повороты, группировки.</p> <p>Для мышц ног: приседания, подъемы ног, выпады, махи, прыжки.</p> <p>Упражнения на обучение движениям сначала рук, потом ног, как при плавании стилем «кроль». Упражнения на растяжку. Упражнения на согласование движений рук и ног (стиль «кроль»), имитационные упражнения дыхательные упражнения</p>	<p>Упражнения для развития рук и плечевого пояса - поднимать, опускать и поворачивать плечи, голову; круговые движения прямыми и согнутыми руками (вперед, назад), рывки прямыми и согнутыми руками; упражнения для мелкой мускулатуры рук (однаправленные и разнонаправленные). Для мышц туловища: наклоны, повороты, группировки. Для мышц ног: приседания, подъемы ног, выпады, махи, прыжки.</p> <p>Упражнения на обучение движениям сначала рук, потом ног, как при плавании стилем «кроль».</p> <p>Упражнения на растяжку. Упражнения на согласование движений рук и ног (стиль «кроль»), имитационные упражнения, дыхательные упражнения</p>
Ходьба	По одному, в парах, в различных И.п., с различным темпом, на различной глубине	Свободно передвигаясь на различной глубине, меняя темп и направление по команде инструктора
Бег	Бег с прыжками в воду, с погружениями, высоко поднимая колени	Бегать, поднимая колени, помогая себе гребковыми движениями рук, спиной назад, с погружениями в воду
Прыжки	Прыжки с погружениями под воду на двух ногах, с продвижениями вперед, вверх, вбок	Прыжки в длину с погружением в воду на двух, на одной ноге, с продвижениями вперед, назад, в сторону, спрыгивать с бортика ногами вниз
Погружение в воду	<p>Погружение с подвижной опорой.</p> <p>Упражнения в парах (игра «Насос»)</p>	Погружение на задержку дыхания на 2,4,8... счета. Передвижение под водой,

		собирать предметы, разбросанные по дну, проныривание в обруч
Вдох и выдох в воду	Выдохи в воду с доставанием предметов	Вдох над водой, погружение головы в воду – выдох в воду на счет: 1,2,3 (т.е. быстрый вдох и более продолжительный выдох)
Открывание глаз в воде	Открывание глаз в воде (рассматриваем картинку на дне)	«Сколько пальчиков» (сколько пальцев показал напарник под водой), доставать со дна различные предметы, передвигаться и ориентироваться под водой.
Скольжение	Скольжение с подвижной опорой в руках	Лежать свободно, держась на плавучесть самостоятельно, продвигаясь вперед, скольжение с доской, скольжение без доски «стрелочка», скольжение на груди с выдохом в воду
Плавание	Плавание с отталкиванием от бортика до бортика поперек бассейна	С помощью плавательной доски или игрушки, согласованные движения ног, рук на задержке дыхания и с выдохом в воду

## 2.4 Содержание образовательной деятельности с детьми дошкольного возраста с ТНР

### Коррекционно-развивающая работа в образовательной области «Физическое развитие»

Коррекционно-развивающая направленность работы в области «Физическое развитие» обучающихся с ЗПР подразумевает создание условий: для сохранения и укрепления здоровья обучающихся, физического развития, формирования у них полноценных двигательных навыков и физических качеств, применения здоровьесберегающих технологий и методов позитивного воздействия на психомоторное развитие ребенка, организацию специальной (коррекционной) работы на занятиях по физическому воспитанию, включение членов семьи обучающихся в процесс их физического развития и оздоровления.

*Задачи коррекционно-развивающей работы в образовательной области «Физическое развитие»:*

- коррекция недостатков и развитие ручной моторики: *нормализация мышечного тонуса пальцев и кистей рук; развитие техники тонких движений;*
- коррекция недостатков и развитие артикуляционной моторики;



- коррекция недостатков и развитие психомоторных функций: *пространственной организации движений; моторной памяти; слухо-зрительно-моторной и реципрокной координации движений; произвольной регуляции движений.*

	<b>Задачи и педагогические условия реализации программы коррекционной работы</b>
<b>1. Коррекционная направленность в работе по формированию начальных представлений о ЗОЖ</b>	<p><b>1. Задачи:</b></p> <p>1) знакомить обучающихся на доступном их восприятию уровне с условиями, необходимыми для нормального роста тела, позвоночника и правильной осанки, и средствами физического развития и предупреждения его нарушений (занятия на различном игровом оборудовании - для ног, рук, туловища);</p> <p>2) систематически проводить игровые закаливающие процедуры с использованием полифункционального оборудования (сенсорные тропы, сухие бассейны), направленные на улучшение венозного оттока и работы сердца, улучшение тактильной чувствительности тела, подвижности суставов, связок и сухожилий, преодоление нервно-психической возбудимости обучающихся, расслабление гипертонуса мышц;</p> <p>3) осуществлять контроль и регуляцию двигательной активности обучающихся; создавать условия для нормализации их двигательной активности: привлекать к активным упражнениям и играм пассивных обучающихся (включать их в совместные игры, в выполнение хозяйственно-бытовых поручений) и к более спокойным видам деятельности расторможенных дошкольников, деликатно ограничивать их повышенную подвижность;</p> <p>4) проводить упражнения, направленные на регуляцию тонуса мускулатуры, развивая у обучающихся самостоятельный контроль за работой различных мышечных групп на основе контрастных ощущений («сосулька зимой» - мышцы напряжены, «сосулька весной» - мышцы расслабляются); использовать упражнения по нормализации мышечного тонуса, приёмы релаксации;</p> <p>5) проводить специальные игры и упражнения, стимулирующие формирование пяточно-пальцевого переката (ходьба по следам, разной поверхности - песку, мату; захват ступнями, пальцами ног предметов);</p> <p>6) учитывать при отборе содержания предлагаемых упражнений необходимость достижения тонизирующего и тренирующего эффекта в ходе выполнения двигательных упражнений (нагрузка должна не только соответствовать возможностям обучающихся, но и несколько превышать их);</p> <p>7) внимательно и осторожно подходить к отбору содержания физкультурных занятий, упражнений, игр для обучающихся, имеющих низкие функциональные показатели деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, нарушения зрения, особенности нервно-психической деятельности (повышенная утомляемость, чрезмерная подвижность или, наоборот, заторможенность);</p> <p>8) контролировать и регулировать уровень психофизической нагрузки (снижая интенсивность движений, частоту повторений, требования к качеству движений) в процессе коррекции недостатков моторного развития и</p>

	<p>развития разных видов детской деятельности, требующих активных движений (музыкально-ритмические занятия, хозяйственно-бытовые поручения);</p> <p>9) осуществлять дифференцированный подход к отбору содержания и средств физического воспитания с учетом возрастных физических и индивидуальных возможностей обучающихся;</p> <p>10) включать упражнения по нормализации деятельности опорно-двигательного аппарата, коррекции недостатков осанки, положения стоп; осуществлять профилактику и коррекцию плоскостопия у обучающихся;</p> <p>11) объяснять значение, формировать навыки и развивать потребность в выполнении утренней гимнастики, закаливающих процедур (при участии педагогического работника);</p> <p>12) учить обучающихся элементарно рассказывать о своем самочувствии, объяснять, что болит;</p> <p>13) развивать правильное физиологическое дыхание: навыки глубокого, ритмического дыхания с углубленным, но спокойным выдохом; правильного носового дыхания при спокойно сомкнутых губах;</p> <p>14) проводить игровые закаливающие процедуры с использованием полифункционального оборудования (сенсорные тропы и дорожки, сухие бассейны), направленные на улучшение венозного оттока и работы сердца, улучшение тактильной чувствительности тела, увеличение силы и тонуса мышц, подвижности суставов, связок и сухожилий, расслабление гипертонуса мышц;</p> <p>15) побуждать обучающихся рассказывать о своем здоровье, о возникающих ситуациях нездоровья; привлекать родителей (законных представителей) к организации двигательной активности обучающихся, к закреплению у обучающихся представлений и практического опыта по основам ЗОЖ.</p> <p>16) привлекать родителей (законных представителей) к организации двигательной активности обучающихся, к закреплению у обучающихся представлений и практического опыта по основам ЗОЖ.</p>
<p><b>2. Коррекционная направленность в работе по физической культуре</b></p>	<p><b>1. Задачи:</b></p> <p>1) создавать условия для овладения и совершенствования техники основных движений: ходьбы, бега, ползания и лазанья, прыжков, бросания и ловли, включать их в режимные моменты и свободную деятельность обучающихся (например, предлагать детям игровые задания: «пройди между стульями», «попрыгай как зайка»);</p> <p>2) использовать для развития основных движений, их техники и двигательных качеств разные формы организации двигательной деятельности: физкультурные занятия, физкультминутки (динамические паузы); разминки и подвижные игры между занятиями, утреннюю гимнастику, «гимнастику» пробуждения после дневного сна, занятия ритмикой, подвижные игры на свежем воздухе;</p> <p>3) учить обучающихся выполнять физические упражнения в коллективе, развивать способность пространственной ориентировке в построениях, перестроениях;</p>

	<p>4) развивать двигательные навыки и умения реагировать на изменение положения тела во время перемещения по сложным конструкциям из полифункциональных мягких модулей (конструкции типа «Ромашка», «Островок», «Валуны»);</p> <p>5) способствовать развитию координационных способностей путём введения сложно-координированных движений;</p> <p>6) совершенствование качественной стороны движений - ловкости, гибкости, силы, выносливости;</p> <p>7) развивать точность произвольных движений, учить обучающихся переключаться с одного движения на другое;</p> <p>8) учить обучающихся выполнять упражнения по словесной инструкции педагогических работников и давать словесный отчет о выполненном движении или последовательности из двух-четырех движений;</p> <p>9) воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах движений;</p> <p>10) формировать у обучающихся навыки контроля динамического и статического равновесия;</p> <p>11) учить обучающихся сохранять заданный темп во время ходьбы (быстрый, средний, медленный);</p> <p>12) закреплять навыки в разных видах бега: быть ведущим в колонне, при беге парами соизмерять свои движения с движениями партнера;</p> <p>13) закреплять навыки в разных видах прыжков, развивать их технику: энергично отталкиваться и мягко приземляться с сохранением равновесия;</p> <p>14) учить координировать движения в играх с мячами разных размеров и с набивным мячом, взаимодействовать с партнером при ловле и бросках мяча;</p> <p>15) продолжать учить обучающихся самостоятельно организовывать подвижные игры, предлагать свои варианты игр, комбинации движений;</p> <p>16) учить запоминать и проговаривать правила подвижных игр, последовательность действий в эстафетах, играх со спортивными элементами;</p> <p>17) включать элементы игровой деятельности при закреплении двигательных навыков и развитии двигательных качеств: движение по сенсорным дорожкам и коврикам, погружение в сухой бассейн и перемещение в нем в соответствии со сценарием досугов и спортивных праздников;</p> <p>18) совершенствовать общую моторику, используя корригирующие упражнения для разных мышечных групп;</p> <p>19) стимулировать потребность обучающихся к точному управлению движениями в пространстве: в вертикальной, горизонтальной и сагиттальной плоскостях (чувство пространства);</p> <p>20) формировать у обучающихся навыки выполнения движений и действий с предметами по словесной инструкции и умение рассказать о выполненном задании с использованием вербальных средств;</p>
--	--

	<p>21) стимулировать положительный эмоциональный настрой обучающихся и желание самостоятельно заниматься с полифункциональными модулями, создавая из них различные высотные и туннельные конструкции; развивать слухо-зрительно-моторную координацию движений под музыку: побуждать двигаться в соответствии с темпом, ритмом, характером музыкального произведения),</p> <p>23) предлагать задания, направленные на формирование координации движений и слова, сопровождать выполнение упражнений доступным речевым материалом (обучающиеся могут одновременно выполнять движения и произносить речевой материал или один ребенок проговаривает, остальные выполняют или педагогический работник проговаривает, обучающиеся выполняют).</p>
<b>3. Коррекция недостатков и развитие ручной моторики</b>	<p><b>1. Задачи:</b></p> <p>1) дифференцированно применять игры и упражнения для нормализации мышечного тонуса;</p> <p>2) развивать движения кистей рук по подражанию действиям педагогического работника; формировать дифференцированные движения кистями и пальцами рук: сгибание и разгибание, отведение в стороны пальцев; выполнять согласованные действия пальцами обеих рук.</p> <p>3) развивать умения удерживать позу пальцев и кистей рук; развивать умение сгибать и разгибать каждый палец на руке;</p> <p>4) тренировать активные движения кистей (вращения, похлопывания);</p> <p>5) развивать движения хватания, совершенствовать разные виды захвата крупных и мелких предметов разной формы;</p> <p>6) применять игровые упражнения для расслабления мышц пальцев и кистей рук при утомлении;</p> <p>7) развивать практические умения при выполнении орудийных и соотносящих предметных действий;</p> <p>8) развивать умения выполнять ритмичные движения руками под звучание музыкальных инструментов;</p> <p>9) развивать технику тонких движений в «пальчиковой гимнастике»; побуждать выполнять упражнения пальчиковой гимнастики с речевым сопровождением;</p> <p>10) формировать у обучающихся специфические действия пальцами рук в играх с мелкими предметами и игрушками разной фактуры: кручение, нанизывание, щелчки, вращение, формировать дифференцированные движения пальцев рук при нанизывании бус, пуговиц, колечек на шнурок в определенной последовательности, представленной на образце;</p> <p>11) развивать захват мелких или сыпучих материалов указательным типом хватания;</p> <p>12) учить обучающихся выкладывать мелкие предметы по заданным ориентирам: точкам, пунктирным линиям;</p> <p>13) развивать умения выполнять практические действия с водой: переливание воды из одной емкости в другую при использовании чашки, деревянной ложки, половника, воронки; пересыпать сыпучие материалы;</p>

	<p>14) учить выполнять определенные движения руками под звуковые и зрительные сигналы (если я подниму синий флажок - топни, а если красный-хлопни в ладоши; в дальнейшем значение сигналов изменяют);</p> <p>15)развивать динамический праксис, чередование позиций рук «кулак - ладонь», «камень - ножницы»);</p> <p>16) учить обучающихся выполнению элементов самомассажа каждого пальца от ногтя к основанию;</p> <p>17) учить выполнять действия расстегивания и застегивания, используя различные виды застежек (липучки, кнопки, пуговицы).</p> <p><b>2. Совершенствовать базовые графомоторные навыки и умения:</b></p> <p>1) формировать базовые графические умения: проводить простые линии - дорожки в заданном направлении, точки, дуги, соединять элементы на нелинованном листе, а затем в тетрадах в крупную клетку с опорой на точки;</p> <p>2) развивать зрительно-моторную координацию при проведении различных линий по образцу: проводить непрерывную линию между двумя волнистыми и ломаными линиями, повторяя изгибы; проводить сплошные линии с переходами, не отрывая карандаш от листа;</p> <p>3) развивать точность движений, учить обводить по контуру различные предметы, используя трафареты, линейки, лекала;</p> <p>4) развивать графические умения и целостность восприятия при изображении предметов, дорисовывая недостающие части к предложенному образцу;</p> <p>5) развивать целостность восприятия и моторную ловкость рук при воспроизведении образца из заданных элементов;</p> <p>6) учить обучающихся заштриховывать штриховать контуры простых предметов в различных направлениях; развивать умения раскрашивать по контуру сюжетные рисунки цветными карандашами, с учетом индивидуальных предпочтений при выборе цвета.</p>
--	--

<p><b>4. Коррекция недостатков и развитие артикуляционной моторики</b></p>	<p><b>Задачи:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) развивать моторный праксис органов артикуляции, зрительно-кинестетические ощущения для усиления перцепции артикуляционных укладов и движений;</li> <li>2) вырабатывать самоконтроль за положением органов артикуляции;</li> <li>3) формировать правильный артикуляционный уклад для всех групп звуков с помощью артикуляционной гимнастики;</li> <li>4) развивать статико-динамические ощущения, четкие артикуляционные кинестезии;</li> <li>5) формировать фонационное (речевое) дыхание при дифференциации вдоха и выдоха через нос и рот;</li> <li>6) развивать оральный праксис, мимическую моторику в упражнениях подражательного характера (яркое солнышко - плотно сомкнули веки, обида - надули щеки).</li> </ol>
<p><b>5. Коррекция недостатков и развитие психомоторной сферы</b></p>	<p><b>1. Использование музыкально-ритмических упражнений, логопедической и фонетической ритмики:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) продолжать развивать и корригировать нарушения сенсорно-перцептивных и моторных компонентов деятельности (слухо-зрительно-моторную координацию, мышечную выносливость, способность перемещаться в пространстве на основе выбора объекта для движения по заданному признаку);</li> <li>2) способствовать развитию у обучающихся произвольной регуляции в ходе выполнения двигательных заданий;</li> <li>3) при совершенствовании и преодолении недостатков двигательного развития использовать разные сигналы (речевые и неречевые звуки; наглядность в соответствии с возможностями зрительного восприятия);</li> <li>4) развивать зрительное внимание и зрительное восприятие с опорой на двигательную активность;</li> <li>5) развивать слуховое восприятие, внимание, слухо-моторную и зрительно-моторную координации;</li> <li>6) формировать и закреплять двигательные навыки, образность и выразительность движений посредством упражнений психогимнастики, побуждать к выражению эмоциональных состояний с помощью пантомимики, жестов, к созданию игровых образов (дворник, повар...);</li> <li>7) развивать у обучающихся двигательную память, предлагая выполнять двигательные цепочки из четырех-шести действий; танцевальных движений;</li> <li>8) развивать у обучающихся навыки пространственной организации движений; совершенствовать умения и навыки одновременного выполнения детьми согласованных движений, а также навыки разноименных и разнонаправленных движений;</li> <li>9) учить обучающихся самостоятельно перестраиваться в звенья, передвигаться с опорой на ориентиры разного цвета, разной формы;</li> <li>10) формировать у обучающихся устойчивый навык к произвольному мышечному напряжению и расслаблению под музыку;</li> </ol>

	<p>11) закреплять у обучающихся умения анализировать свои движения, движения других детей, осуществлять элементарное двигательное и словесное планирование действий в ходе двигательных упражнений;</p> <p>12) подчинять движения темпу и ритму речевых и неречевых сигналов и сочетать их выполнение с музыкальным сопровождением, речевым материалом;</p> <p>13) предлагать задания, направленные на формирование координации движений и слова, побуждать сопровождать выполнение упражнений доступным речевым материалом (обучающиеся могут одновременно выполнять движения и произносить речевой материал, или же один ребенок, или педагогический работник, проговаривает его, остальные выполняют);</p> <p>14) учить обучающихся отстукивать ритмы по слуховому образцу, затем соотносить ритмическую структуру с графическим образцом</p>
--	--

### Планируемые результаты освоения Программы в части, формируемой участниками образовательных отношений

Парциальная программа «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» А.А. Чеменева, Т.В. Толмакова

5 – 6 лет	6 – 7 лет
<p>К концу года ребенок умеет:</p> <p>Погружать лицо и голову в воду, открывать глаза в воде. Бегать парами. Нырять в обруч, проплывать тоннель, подныривать под гимнастическую палку.</p> <p>Доставать предметы со дна, выполнять игровое упражнение «Ловец».</p> <p>Выполнять вдох над водой и выдох в воду с неподвижной опорой.</p> <p>Выполнять серии выдохов в воду, упражнение на задержку дыхания «Кто дольше».</p> <p>Выполнять прыжок ногами вперед, пытаться соскакивать в воду головой вперед.</p> <p>Скользить на груди с работой ног, с работой рук. Пытаться скользить на спине, лежать с плавательной доской.</p>	<p>К концу года ребенок умеет:</p> <p>Погружаться в воду, открывать глаза в воде. Поднимать со дна предметы с открыванием глаз под водой. Нырять в обруч, проплывать тоннель, мост.</p> <p>Выполнять вдох над водой и выдох в воду с неподвижной опорой.</p> <p>Выполнять серии выдохов в воду, ритмичный вдох - выдох в сочетании с движениями ног, дышать в положении лежа на груди с поворотом головы в сторону с неподвижной опорой.</p> <p>Выполнять прыжок ногами вперед, головой вперед. Скользить на груди и на спине с работой ног, с работой рук. Пытаться скользить на спине, лежать с плавательной доской. Продвигаться с плавательной доской с работой ног на груди и на спине.</p> <p>Выполнять упражнения «Звездочка» на груди, на спине, упражнение «Осьминожка» на длительность лежания.</p>

<p>Продвигаться с плавательной доской с работой ног на груди.          Выполнять упражнения «Звездочка» на груди, на спине.          Выполнять упражнение «Поплавок».          Гигиенические навыки: самостоятельно раздеваться, одеваться и вытираться; принимать душ, знать личные вещи.          Правила поведения: знать основные правила поведения, соблюдать их; реагировать на замечания преподавателя, выполнять его требования.</p>	<p>Плывать на груди с работой рук, с работой ног. Пытаться плавать способом на груди и на спине. Гигиенические навыки: самостоятельно раздеваться, одеваться и вытираться; принимать душ, знать личные вещи.</p>
--	--

## 2.5. Планирование образовательной деятельности

### Календарно-тематическое планирование работы на год

Возрастная группа	Формы	Способы	Методы и приемы	Средства реализации
<b>Старшая группа (5-6 лет)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-занятия</li> <li>- образовательная ситуация (совместная деятельность с педагогом,</li> <li>- праздники</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Групповая;</li> <li>- подгрупповая</li> <li>- индивидуальная</li> </ul>	<p><i>Словесные:</i> рассказ, беседа, описание, объяснение, разбор, указание, оценка действий, команда.</p> <p><i>Наглядные:</i> показ отдельного упражнения и техники плавания, видеоматериалы, жестикуляция, применение дополнительных ориентиров, плакаты, картотека игр и упражнений на воде.</p> <p><i>Практические:</i> метод практических упражнений, соревновательный метод, игровой метод.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Спортивный инвентарь:</li> <li>- резиновые игрушки;</li> <li>- тонущие кольца;</li> <li>- баскетбольное кольцо</li> <li>-плавательные доски</li> <li>-надувные круги;</li> <li>-резиновые мячи;</li> <li>- нарукавники;</li> <li>- нудлсы.</li> </ul>



<b>Подготовительная группа (6-7 лет)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- занятия</li> <li>- образовательная ситуация (совместная деятельность с педагогом, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа);</li> <li>- развлечение</li> <li>- праздники</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Групповая;</li> <li>- подгрупповая</li> <li>- индивидуальная</li> </ul>	<p><i>Словесные:</i> рассказ, беседа, описание, объяснение, разбор, указание, оценка действий, команда.</p> <p><i>Наглядные:</i> показ отдельного упражнения и техники плавания, видеоматериалы, жестикуляция, применение дополнительных ориентиров, плакаты, картотека игр и упражнений на воде.</p> <p><i>Практические:</i> метод практических упражнений, соревновательный метод, игровой метод.</p>	<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> <li>- ласты;</li> <li>- нудлсы;</li> <li>- доски для плавания</li> <li>- баскетбольное кольцо</li> </ul>
--	---	--	---	--

**Перспективное планирование работы по обучению плаванию детей разновозрастной группы ТНР (5-6 лет)**

	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
	1. Беседа с детьми о пользе плавания 2. Знакомство с помещениями бассейна, основными правилами поведения в нём.	1. Беседа о свойствах воды 2. Знакомство с правилами поведения на воде.	1. Создать представление о движениях в воде, о плавании. 2. Просмотр презентации о водных видах спорта	1. Проведение диагностики физического развития детей. 2. Развивать интерес к здоровому образу жизни.

октябрь	1. Проведение диагностики физического развития детей. 2. Развивать интерес к здоровому образу жизни.	1. Учить детей уверенно погружаться в воду с головой; 2. Упражнять в ходьбе вперед и назад (глубина по грудь), преодолевая сопротивление воды.	1. Приучать действовать в воде организованно, не толкать друг друга. 2. Напомнить правила поведения в раздевалке и душе.	1. Продолжать учить погружению лица в воду на задержке дыхания. 2. Закреплять умение принимать горизонтальное положение в воде опираясь на руки («крокодил») передвигаться в таком положении.
ноябрь	1. Продолжать приучать детей самостоятельно погружаться в воду. 2. Упражнять в умении выполнять выдох в воду	1. Продолжать учить детей делать выдох в воду. 2. Формировать умение принимать горизонтальное положение тела в воде.	1. Продолжать учить детей делать выдох в воду. 2. Формировать умение принимать горизонтальное положение тела в воде.	1. Продолжать формировать умение делать глубокий вдох и продолжительный выдох.
декабрь	1. Учить передвигаться и ориентироваться под водой. 2. Упражнять в умении лежать на воде.	1. Учить детей лежать на поверхности воды. 2. Воспитывать у детей инициативу и находчивость.	1. Учить двигаться в воде прямо, боком. 2. Познакомить с движениями ног в воде.	1. Учить работать ногами, как при плавании кролем. 2. Отрабатывать согласованность действий.
январь			1. Учить детей выполнять скольжение. 2. Упражнять в выполнении энергичного выдоха в воду.	1. Продолжать учить скольжению на груди. 2. Упражнять в выполнении выдоха в воду при горизонтальном положении тела.
февраль	1. Закреплять умение свободно лежать на воде, всплывать. 2. Учить выдоху в воду во время скольжения на груди.	1. Учить детей всплывать и лежать на спине. 2. Подготавливать к разучиванию движений руками как при плавании кролем.	1. Ознакомить детей со скольжением на груди с выдохом в воду. 2. Отрабатывать движения прямыми ногами, как при способе кроль.	1. Формировать навыки лежания на спине. 2. Воспитывать смелость.

Март	1. Учить скользить на спине 2. Ознакомить с движениями ног, лёжа на спине.	1. Упражнять детей в скольжении 2. Ознакомить с сочетанием вдоха и выдоха в воду в горизонтальном положении.	1. Формировать умение скользить на спине. 2. Воспитывать самостоятельность, смелость.	1. Закреплять умение выполнять выдох в воду. 2. Показать детям скольжение с доской в руках.
апрель	1. Разучивать движения ногами в скольжении на груди с доской в руках. 2. Учить передвигаться по дну с выполнением гребков руками.	1. Учить согласовывать движения ног кролем на груди с дыханием в упоре на месте. 2. Совершенствовать умение скользить на спине.	1. Учить плавать на груди с доской в руках при помощи движений ног. 2. Упражнять в скольжении на спине.	Познакомить детей с упражнениями в скольжении на груди с движениями ног в сочетании с выдохом и вдохом
май	1. Упражнять в умении делать выдох в воду в скольжении на груди «стрелочка» (без доски). 2. Продолжать учить выполнять выдох в воду в скольжении на груди с движением ног («кроль») с опорой на доску.	1. Учить проплывать подводой некоторое расстояние. 2. Закрепить выполнение упражнения «стрелочка» на груди и спине.	1. Продолжать учить плавать на груди с доской в руках при помощи движений ног («кроль») 2. Учить выполнять выдох в воду в скольжении на груди и с движением ног («кроль») с опорой на доску.	1. Продолжать учить выполнять выдох в воду в скольжении на груди и с движением ног («кроль») с опорой на доску. 2. Упражнять в скольжении на груди и спине «стрелочка».

**Перспективное планирование работы по обучению плаванию детей разновозрастной группы ТНР (6-7 лет)**

месяц	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
-------	----------	-----------	------------	-----------

сентябрь	<p>1. Беседа с детьми о пользе плавания</p> <p>2. Повторение основных правил поведения в бассейне, и правил поведения на воде</p> <p>3. Показ на картинках разных способов плавания (кроль на груди и на спине, брас)</p>	<p>1. Проведение диагностики физического развития детей.</p> <p>2. Развивать интерес к здоровому образу жизни.</p> <p>3. Проверить плавательную подготовку.</p>	<p>1. Проведение диагностики физического развития детей.</p> <p>2. Развивать интерес к здоровому образу жизни.</p> <p>3. Проверить плавательную подготовку</p>	<p>1. Учить передвигаться в воде различными способами (ходьба со сменой темпа и направления по команде, бег с гребковыми движениями рук)</p> <p>2. Упражнять в умении делать глубокий вдох и задержку дыхания под водой, с открытыми глазами</p> <p>3. Упражнять в лежании на груди и спине в воде, с сохранением горизонтального положения тела.</p>
октябрь	<p>1. Учить выполнять серию выдохов в воду.</p> <p>2. Упражнять в скольжении на груди с доской</p> <p>3. Упражнять в лежании на груди и спине в воде, с сохранением горизонтального положения тела</p>	<p>1. Упражнять в умении делать выдох в воду в скольжении на груди «стрелочка» (без доски)</p> <p>2. Развивать интерес к здоровому образу жизни</p> <p>3. Продолжать учить выполнять выдох в воду в скольжении на груди с движением ног кроль с опорой на доску</p>	<p>1. Учить проплывать под водой некоторое расстояние</p> <p>2. Закрепить выполнение упражнения «стрелочка» на груди и спине</p> <p>3. Продолжать учить выполнять выдох в воду в скольжении на груди с движением ног кроль с опорой на доску</p>	<p>1. Продолжать учить работать ногами в скольжении на спине с доской кроль</p> <p>2. Упражнять детей в выполнении гребковых движений рук кроль в ходьбе, лежа на спине, с доской между ног.</p> <p>3. Закрепить выполнение упражнения «стрелочка» на груди и спине</p>

ноябрь	<p>1. Продолжать учить проплывать под водой некоторое расстояние 2. 2. Закрепить выполнение упражнения «стрелочка» на груди и спине 3. Упражнять в выполнении 3 серий вдох-выдох</p>	<p>1. Совершенствовать скольжение на груди и спине по поверхности воды 2. Упражнять в умении делать выдох в воду в скольжении на груди с доской 3. Упражнять в выполнении 3 серий вдох-выдох</p>	<p>1. Упражнять в умении делать выдох в воду в скольжении на груди «стрелочка» (без доски) 2. Продолжать учить выполнять выдох в воду в скольжении на груди с движением ног («кроль») с опорой на доску. 3.Упражнять в выполнении 3 серий вдох-выдох</p>	<p>1. Продолжать учить детей движениям рук, как при плавании кролем сначала одной рукой (с доской) потом двумя руками. 2. Упражнять в проныривании в предмет (обруч) 3.Упражнять в выполнении 5 серий вдох-выдох</p>
декабрь	<p>1. Упражнять детей выполнять движения руками, как при плавании кролем на груди 2. Продолжать учить скользить на спине с доской и без доски. 3. Упражнять в выполнении 5 серий вдох-выдох</p>	<p>1. Учить детей спрыгивать в воду с бортика ногами вниз. 2. Учить выполнять гребковые движения руками попеременно на спине 3.Упражнять в выполнении 5 серий вдох-выдох</p>	<p>1. Учить согласовывать движения ног кролем на груди с дыханием у бортика 2. Совершенствовать умение скользить на спине 3. Упражнять в выполнении 5 серий вдох-выдох</p>	<p>1. Учить согласовывать движения рук и дыхания, как при плавании способом кроль 2. Упражнять детей спрыгивать в воду с бортика ногами вниз. 3. Упражнять в подныривании под предмет.</p>

январь			<p>1. Учить согласовывать движения рук и дыхания, как при плавании способом кроль выдох в воду, вдох в сторону.</p> <p>2. Совершенствовать умение выполнять скольжение на груди и на спине без опоры</p> <p>3. Развивать интерес к здоровому образу жизни. Развивать координацию движений</p>	<p>1. Продолжать учить согласовывать дыхание с движениями рук при плавании «кролем» на груди</p> <p>2. Совершенствовать движения ногами в положении на груди и на спине кроль с опорой у бортика</p> <p>3. Упражнять в нырянии в глубину (поиск игрушек на дне)</p>
февраль	<p>1. Учить детей задерживать дыхание на счёт до 10</p> <p>2. Продолжать учить работе ног кроль в скольжении на груди и спине «стрелочка»</p> <p>3. Упражнять в нырянии (поиск игрушек на дне)</p>	<p>1. Учить скольжению с поочередным движением рук кроль на груди</p> <p>2. Упражнять в различных способах передвижения в воде (бег, ходьба, прыжки) менять темп и направление по команде.</p> <p>3. Продолжать учить детей задерживать дыхание на счёт до 10</p>	<p>1. Продолжать учить чётко выполнять движения ногами (из положения на груди, на спине)</p> <p>2. Свободно ориентироваться под водой</p> <p>3. Упражнять в скольжении с ритмичной работой ног и выдоха в воду.</p>	<p>1. Учить скольжению на спине с поочередным движением рук кроль</p> <p>2. Закреплять умение набирать воздух и полностью выдыхать при глубоком приседе</p> <p>3. Продолжать учить работать прямыми ногами, как при способе кроль у неподвижной опоры (у бортика) лежа на груди</p>

март	<p>1. Учить согласованному движению рук и ног в плавании кролем на спине.</p> <p>2. Совершенствовать умение правильно выполнять гребковые движения руками</p> <p>3. Упражнять в прыжках в воду в обруч с бортика ногами вперед</p>	<p>1. Продолжать учить детей выполнять вдох и выдох с поворотом головы у бортика с движением ног.</p> <p>2. Учить согласованному движению рук и ног в плавании «кролем» на спине.</p> <p>3. Упражнять в прыжках в воду в обруч с бортика ногами вперед</p>	<p>1. Продолжать учить правильно выполнять движения ногами, делать вдох, выдох с поворотом головы кроль</p> <p>2. Продолжать учить согласованному движению рук и ног в плавании кролем на спине.</p> <p>3. Упражнять в нырянии в обруч</p>	<p>1. Учить плаванию кролем на груди в полной координации.</p> <p>2. Упражнять в серии выдохов в воду</p> <p>3. Закреплять умение ориентироваться под водой с открытыми глазами</p>
апрель	<p>1. Продолжать учить плаванию кролем на груди в полной координации.</p> <p>2. Упражнять в погружении с задержкой дыхания на счет</p> <p>3. Упражнять в скольжении на спине</p>	<p>1. Продолжать учить плаванию кролем на груди в полной координации.</p> <p>2. Упражнять в нырянии</p> <p>3. Совершенствовать умение скользить на спине с работой ног</p>	<p>1. Совершенствовать умение согласовывать движения руками и ногами при плавании способом кроль на спине</p> <p>2. Продолжать учить плаванию кролем на груди в полной координации.</p> <p>3. Развивать спортивные качества характера: настойчивость, целеустремленность, ответственность за команду</p>	<p>1. Совершенствовать умение согласовывать движения руками и ногами при плавании способом «кроль» на спине</p> <p>2. Продолжать учить плаванию кролем на груди в полной координации.</p> <p>Продолжать совершенствовать работу ног брасом</p>

май	1. Учить работать ногами брасом 2. Развивать интерес к здоровому образу жизни. 3. Упражнять в серии выдохов в воду с работой ног кролем	1.Продолжать учить работать ногами брасом 2. Совершенствовать умение согласовывать движения руками и ногами при плавании способом кроль на спине 3. Упражнять в серии выдохов в воду с работой ног кролем	Проведение диагностики физического развития детей. 1.Проверить плавательную подготовку 2.Развивать интерес к здоровому образу жизни	Проведение диагностики физического развития детей. 1. Проверить плавательную подготовку 2.Развивать интерес к здоровому образу жизни
-----	---	---	---	--

### 3. Организационный раздел

#### 3.1 Условия реализации программы

Материально-технические условия реализации Программы

В ГБДОУ детский сад № 48 созданы необходимые материально-технические условия реализации Программы, которые обеспечивают:

- возможность достижения воспитанниками планируемых результатов освоения Программы;
- выполнение санитарно-эпидемиологических требований к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи: к условиям размещения организаций, осуществляющих образовательную деятельность, оборудованию и содержанию территории, помещениям, их оборудованию и содержанию, естественному и искусственному освещению помещений, отоплению и вентиляции, водоснабжению и канализации, организации питания, медицинскому обеспечению, приему детей в организации, осуществляющие образовательную деятельность, организации режима дня, организации физического воспитания, личной гигиене персонала;
- выполнение требований пожарной безопасности и электробезопасности;
- выполнение требований по охране здоровья воспитанников и охране труда работников;
- возможность для беспрепятственного доступа воспитанников к объектам инфраструктуры организации, осуществляющей образовательную деятельность.

*Имеется необходимое для всех видов образовательной деятельности воспитанников с ЗПР, педагогической, административной и хозяйственной деятельности оснащение и оборудование:*



- 1) мебель, техническое оборудование, инвентарь для художественного творчества, музыкальные инструменты, спортивный и хозяйственный инвентарь;
- 2) помещения для игры и общения, занятий различными видами дошкольной деятельности (трудовой, конструктивной, продуктивной, театрализованной, познавательно-исследовательской), двигательной и других форм детской активности с участием взрослых и других детей:
- 3) учебно-методические комплекты для реализации Программы, дополнительная литература по проблеме организации коррекционно-образовательной деятельности с детьми с ОВЗ, в т.ч. с ЗПР:
- 4) комплекты развивающих игр и игрушек, способствующие разностороннему развитию детей в соответствии с направлениями развития дошкольников в соответствии с ФГОС ДО и специальными образовательными потребностями детей с ЗПР

Все помещения детского сада соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной и электробезопасности, требованиям охраны труда воспитанников и работников.

РППС				
Бассейн S 102,1 кв.м.: шкаф для одежды, скамейки для переодевания, вешалки для полотенец, стеллажи для хранения спортивного инвентаря, шест спасательный, электронный термометр воды и воздуха с часами, секундомер ручной электронный				
Помещение	Образовательная область /Вид деятельности	Оборудование, центры в группах		
Бассейн	Занятия по обучению плаванием	№	Наименование	Количество
		1.	<b>Раздевалка девочек.</b>	
		1.1	Фен настенный	2 шт.
		1.2	Полотенечница на 5 полотенец	3 шт.
		1.3	Шкаф детский 4-х секционный для одежды со скамьей	3шт.
		1.4	Резиновые дорожки	2 шт.
		2.	<b>Раздевалка мальчиков</b>	
		2.1	Фен настенный	2 шт.
		2.2	Шкаф детский 4-х секционный для одежды со скамьей	3шт.

		2.3	Резиновые дорожки	2шт.
		3.	<b>Помещение с ванной бассейна</b>	
		3.1	Робот-очиститель для бассейна	1 шт.
		3.2	Скамья ПВХ 1000х420х450	3 шт.
		3.3	Контейнер для хранения нудлсов	1 шт.
		3.4	Электронный термометр воды и воздуха с часами	1 шт.
		3.5	Секундомер ручной электронный	2 шт.
		3.6	Термометр для воды	1 шт.
		3.7	Лестница (трап) для спуска в воду	1 шт.
		3.8	Резиновые дорожки	1 шт.
		3.9	Часы настенные	1 шт.
		4.	<b>Инвентарь спортивный</b>	
		4.1	Плавательные доски	12 шт.
		4.2	Игрушки и предметы тонущие	12 шт.
		4.3	Нарукавники надувные	12 пар
		4.4	Жилет для обучения плаванию и спасения на воде	6 шт.
		4.5	Игрушки плавающие	12 комплектов
		4.6	Лопатки для рук	12 шт.
		4.7	Крюк спасательный	1 шт.
		4.8	Мячи надувные	6 шт.
		4.9	Обручи пластмассовые	4 шт.
		4.10	Свисток судейский	1 шт.
		4.11	Дорожка разделительная	2 шт.
		4.12	Коврик резиновый	6 шт.
		4.13	Колобашка для обучения плаванию	12 шт.
		4.14	Круг надувной для обучения плаванию с регулируемым ремнем	12 шт.
		4.15	Круг спасательный детский	2 шт.
		4.16	Нудлс (палка поролоновая)	24 шт
		4.17	Пояс для обучения плаванию	12 шт.
		4.18	Стеллаж металлический 2000х1000х400	

### Помещение бассейна с чашей

Для эффективной организации совместной игровой деятельности, двигательной активности, выполнения упражнений, способствующих успешному формированию навыков **плавания, плавательный бассейн** обеспечен необходимым спортивно-игровым и обучающим оборудованием.

### Перечень оборудования:

- надувные круги разных размеров;
- плавательные доски большие;
- плавательные доски маленькие;
- обручи, горизонтальный и вертикальный;
- гимнастические палки;
- ласты, соответствующие возрастным особенностям детей;
- нарукавники;
- *нудлсы*;
- мячи резиновые разных размеров;
- мячи массажные,
- плавающие и тонущие игрушки.

### Перечень нестандартного оборудования:

- дуги-модули *«Радуга»*- для совершенствования координационных возможностей.
- разделительный канат, для разделения чаши бассейна на дорожки, для проведения эстафет и соревнований.
- поперечный канат для скольжения над и под ним, как препятствие в играх и эстафетах.
- обруч вертикальный *«Бубенчики»* (со специальным центром тяжести для вертикального расположения в воде и звуковым сигналом). Для скольжения и как звуковой ориентир при неправильном выполнении упражнений.

В бассейне собрана и классифицирована по интегрированным темам периода обширная картотека *«Игр в воде»*. Картотека содержит разминки, пальчиковые игры, зрительные гимнастики, дыхательные упражнения, упражнения координации речи с движением, игровые массажи и самомассажи.

Для воспроизведения аудио и видеозаписей, бассейн обеспечен музыкальным центром и компьютером.

Таким образом, в плавательном бассейне ДООУ имеется достаточное разнообразие материалов, оборудования, инвентаря и пособий, обеспечивающих содержательно-насыщенную, трансформируемую, полифункциональную, вариативную, доступную и безопасную среду.

### Электронные образовательные ресурсы

Электронные средства обучения	Характеристики	Количество
-------------------------------	----------------	------------

Ноутбук, усилитель, колонки	Используются для музыкального сопровождения занятий	1
-----------------------------	---	---

### 3.2 Методическое обеспечение

1. Чеменева А.А., Столмакова Т.В. Система обучения плаванию детей дошкольного возраста. – СПб.: Детство-Пресс, 2019.-336 с.
2. Булгакова Н.Ж. Игры у воды, на воде, под водой. – М.: Физкультура и спорт, 2000 г
3. Еремеева Л.Ф. Научите ребёнка плавать. - Детство - Пресс, 2005г
4. Кашапов А.Н. Начальное обучение плаванию. - Ч.П., 2006 год.
5. Осокина Т.И. Тимофеева Е.А. Богина Т.Л. Обучение плаванию в детском саду. - М.; Просвещение, 1991 г
6. Воронова Е.К. Программа обучения плаванию в детском саду. - СПб: Детство-пресс, 2003
7. Рыбак М.В. Плавай как мы! Методика обучения плаванию детей 2-5 лет.- М.: Обруч, 2014
8. Рыбак М.В. Занятия в бассейне с дошкольниками. Растим детей здоровыми. - М.: ТЦ Сфера, 2012
9. Рыбак М., Глушкова Г., Поташова Г. Раз, два, три, плыви. Методическое пособие для дошкольных образовательных учреждений. - М.: Обруч, 2010.
10. Петрова Н.Л., Баранов В.А. Плавание, начальное обучение. – М.: Человек, 2013.
11. Под ред. Микляевой Н.В. Обучение плаванию и аквааэробике в группах оздоровительной направленности ДОУ. – М.: АРКТИ, 2011
12. Патрикеев А.Ю. Игры с водой и в воде. Подготовительная к школе группа. - Волгоград: издательство Учитель, 2014.

## 4. Дополнительный раздел

### 4.1 Краткая презентация программы

Рабочая программа (далее Программа) описывает организацию и содержание образовательной и воспитательной работы в разновозрастных группах компенсирующей направленности для детей с ОВЗ (ЗПР) в процессе обучения плаванию.

Цель реализации Программы: обеспечение условий для дошкольного образования, определяемых общими и особыми потребностями обучающегося раннего и дошкольного возраста с ОВЗ, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья. Развитие физических навыков в процессе обучения плаванию.

Программа содействует взаимопониманию и сотрудничеству между людьми, способствует реализации прав обучающихся дошкольного возраста на получение доступного и качественного образования, обеспечивает развитие способностей каждого ребенка, формирование и развитие личности ребенка в соответствии с принятыми в семье и обществе духовно-нравственными и социокультурными ценностями в целях интеллектуального, духовно-нравственного, творческого и физического развития человека, удовлетворения его образовательных потребностей и интересов.

Программа коррекционной работы обеспечивает:

- выявление особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР, обусловленных недостатками в их психофизическом и речевом развитии;
- осуществление индивидуально-ориентированной психолого-педагогической помощи обучающимся с ЗПР с учетом их психофизического, речевого развития, индивидуальных возможностей и в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии;
- возможность освоения детьми с ЗПР адаптированной образовательной программы дошкольного образования.

Общие задачи Программы: реализация содержания ФАОП ДО;

- коррекция недостатков психофизического развития обучающихся с ОВЗ;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья обучающихся с ОВЗ, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение равных возможностей для полноценного развития ребенка с ОВЗ в период дошкольного образования независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса;
- создание благоприятных условий развития в соответствии с их возрастными, психофизическими и индивидуальными особенностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка с ОВЗ как субъекта отношений с педагогическим работником, родителями (законными представителями), другими детьми;
- объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей, принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- формирование общей культуры личности обучающихся с ОВЗ, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирование предпосылок учебной деятельности;
- формирование социокультурной среды, соответствующей психофизическим и индивидуальным особенностям развития обучающихся с ОВЗ;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки родителей (законных представителей) и повышение их компетентности в вопросах развития, образования, реабилитации (абилитации), охраны и укрепления здоровья обучающихся с ОВЗ;
- обеспечение преемственности целей, задач и содержания дошкольного и начального общего образования.

Задачи для работы с детьми ЗПР:

- определение особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР, обусловленных уровнем их речевого развития и степенью выраженности нарушения;
- коррекция речевых нарушений на основе координации педагогических, психологических и медицинских средств воздействия; оказание родителям (законным представителям) обучающихся с ЗПР консультативной и методической помощи по особенностям развития обучающихся с ЗПР и направлениям коррекционного воздействия.

Целевой раздел Программы включает пояснительную записку и планируемые результаты освоения Программы, определяет ее цели и задачи, принципы и подходы к формированию Программы, планируемые результаты ее освоения в виде планируемых результатов (целевых ориентиров).

Содержательный раздел Программы включает описание образовательной деятельности по пяти образовательным областям: социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие; физическое развитие; формы, способы, методы и средства реализации программы, которые отражают следующие аспекты образовательной среды: предметно-пространственная развивающая

образовательная среда; характер взаимодействия с взрослыми; характер взаимодействия с другими детьми; система отношений ребенка к миру, к другим людям, к себе самому; содержание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей (программу коррекционно-развивающей работы).

Программа обеспечивает планируемые результаты дошкольного образования детей дошкольного возраста с ОВЗ (ЗПР) в условиях дошкольных образовательных групп комбинированной и компенсирующей направленности.

В Организационном разделе программы представлены, условия реализации программы и ее материально-техническое оснащение, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания, распорядок и/или режим дня, особенности организации предметно-пространственной развивающей образовательной среды, а также психолого-педагогические, кадровые и финансовые условия реализации программы.

## Приложение 1

## План работы с родителями на учебный год

Месяц	Формы работы	Темы	Оформление материала	Ответственные исполнители
<b>Сентябрь</b>	Родительское собрание. Экскурсия в бассейн Оформление материалов для родителей на стенде	Правила поведения на занятиях по плаванию, требования к форме для занятий в бассейне. Знакомство родителей с помещениями бассейна, оборудованием, пособиями.	Подготовка доклада, презентации. Подготовка спортивного оборудования, картотек, игр, пособий. Подготовка информационного материала.	Инструктор ФК, воспитатели групп
<b>Октябрь</b>	Районный спортивный праздник Мониторинг плавательной подготовленности на начало учебного года.	«Папа, мама, я - спортивная семья!» Проведение мониторинга	Подготовка команды. Обработка полученных данных - Оформление результатов диагностики; Подготовка рекомендаций	Инструктор ФК, воспитатели групп
<b>Ноябрь</b>	Оформление рубрики для родителей на стенде	«Научите ребенка правильному выдоху в воду».	Подготовка информационного материала	Инструктор ФК, воспитатели групп
<b>Декабрь</b>	Подготовка к новогоднему занятию в бассейне	Проведение досуга в бассейне «Здравствуй праздник Новый год»	Составление конспекта занятия; подбор музыкального сопровождения Подготовка информационного материала	Инструктор ФК, воспитатели групп
<b>Январь</b>	Оформление рубрики для родителей на стенде Индивидуальные консультации	«Показания и противопоказания к закаливанию и его режимы». Темы, интересующие родителей	Подготовка информационного материала (папка по закаливанию) Подготовка информационного материала.	Инструктор ФК, воспитатели групп
<b>Февраль</b>	Праздник к 23 февраля Беседа с родителями	«Бравые солдаты» «Значение совместных занятий» Выпуск – зима.	Разработка конспекта совместного занятия; Подбор игр, эстафет, игровых	Инструктор ФК, воспитатели групп

	Ежеквартальный журнал <b>«Каркуша»</b>		упражнений; Подбор музыкального сопровождения. Подготовка информационного материала.	
<b>Март</b>	Оформление рубрики для родителей на стенде Праздник к 8 марта	Танцы в воде.	Подготовка информационного материала Разработка конспекта совместного занятия; Подбор музыкально-ритмических композиций; Подбор музыкального сопровождения	Инструктор ФК, воспитатели групп
<b>Апрель</b>	Оформление рубрики для родителей на стенде Мониторинг плавательной подготовленности на конец учебного года.	«Воздушные ванны». Проведение мониторинга	Подготовка информационного материала (папка по работе с родителями) Оформление результатов диагностики, подготовка рекомендаций.	Инструктор ФК, воспитатели групп
<b>Май</b>	Оформление рубрики для родителей на стенде Ежеквартальный журнал <b>«Каркуша»</b>	«Здравствуй, лето!». Выпуск журнала «Весна»	Подготовка информационного материала (папка по работе с родителями).	Инструктор ФК, воспитатели групп



**Календарно-тематическое планирование**  
**Старшая группа компенсирующей направленности ЗПР (5-6- лет)**

<b>Месяц</b>	<b>Задачи</b>	<b>Количество занятий</b>
Сентябрь	Рассказать детям о пользе плавания, знакомство с бассейном и правилами поведения в нём. Посещение занятия по плаванию в подготовительной группе.	1 1
Октябрь	Совершенствовать движения рук и ног, как при плавании кролем (на суше и в воде). Совершенствовать всплытие и лежание на воде («Звезда», «Поплавок»). Совершенствовать скольжение на груди и спине.	1 1 2
Ноябрь	Совершенствовать движение рук и ног, как при плавании кролем (на суше и в воде). Совершенствовать всплытие и лежание на воде («Звезда», «Поплавок»). Совершенствовать скольжение на груди и спине.	1 1 2
Декабрь	Совершенствовать движение рук и ног, как при плавании кролем (на суше и в воде). Совершенствовать всплытие и лежание на воде («Звезда», «Поплавок»). Совершенствовать скольжение на груди и спине.	1 1 2
Январь	Совершенствовать движение рук и ног, как при плавании кролем (на суше и в воде). Совершенствовать скольжение на груди и спине. Обучать плаванию «кроль» на груди и спине.	1 1 2
Февраль	Совершенствовать движение рук, как при плавании кролем (на суше и в воде). Совершенствовать скольжение на груди и спине. Обучать плаванию «кроль» на груди и спине.	1 1 2
Март	Совершенствовать движение рук и ног, как при плавании кролем (на суше и в воде). Совершенствовать скольжение на груди и спине. Обучать плаванию «кроль» на груди и спине.	1 1 2
Апрель	Совершенствовать движения рук и ног, как при плавании кролем (на суше и в воде). Совершенствовать скольжение на груди и спине. Обучать плаванию «кроль» на груди и спине.	1 1 2
Май	Совершенствовать скольжение на груди и спине. Обучать плаванию «кроль» на груди и спине.	1 2

	Контроль приобретённых навыков.	1
--	---------------------------------	---

### Упражнения и игры

«Звездочка», «Стрелка», «Винт», «Поплавок», «Торпеда». Игры «Море волнуется», «Буксир», «Невод», «Караси и карпы», «Караси и щука», «Веселые ребята», разнообразные эстафеты.

### Подготовительная к школе группа компенсирующей направленности ЗПР (6-7 лет)

Месяц	Задачи	Количество занятий
Сентябрь	Напомнить детям о пользе плавания и правилами поведения в бассейне.	1
	Закрепление приобретённых навыков.	1
Октябрь	Закрепление всплывания и лежания на воде («Звезда», «Поплавок»)	1
	Закрепление скольжения на груди и спине.	1
	Закрепление плавания «кроль на груди».	1
	Закрепление плавания «кроль на спине».	1
Ноябрь	Закрепление всплывание и лежание на воде («Звезда», «Поплавок»)	1
	Закрепление скольжение на груди и спине.	1
	Закрепление плавания «кроль на груди и спине».	1
	Закрепление плавания «кроль на спине».	1
Декабрь	Закрепление всплывание и лежание на воде («Звезда», «Поплавок»)	1
	Закрепление скольжение на груди и спине.	1
	Закрепление плавания «кроль на груди и спине».	1
	Закрепление плавания «кроль на спине».	1
Январь	Закрепление всплывание и лежание на воде («Звезда», «Поплавок»)	1
	Закрепление скольжение на груди и спине.	1
	Закрепление плавания «кроль на груди и спине».	1
	Закрепление плавания «кроль на спине».	1

Февраль	Закрепление всплытие и лежание на воде («Звезда», «Поплавок»)	1
	Закрепление скольжение на груди и спине	1
	Закрепление плавания «кроль на груди и спине».	2
Март	Закрепление всплытие и лежание на воде («Звезда», «Поплавок»)	1
	Закрепление скольжение на груди и спине	1
	Закрепление плавания «кроль на груди и спине».	1
	Закрепление плавания «кроль на спине».	1
Апрель	Закрепление всплытие и лежание на воде («Звезда», «Поплавок»)	1
	Закрепление скольжения на груди и спине.	1
	Закрепление плавания «кроль на груди и спине».	1
	Закрепление плавания «кроль на спине».	1
Май	Закрепление плавания «кроль на груди и спине».	2
	Контроль приобретённых навыков.	2

### Упражнения и игры

Скольжение с различным положением рук, «Торпеда» с различным положением рук, ныряние, плавание при помощи движений ног, рук в согласовании с дыханием, в полной координации кролем на груди, спине, комбинированными способами. Игры «У кого больше пузырей», «Салки» с предметами, фиксированным положением на воде, «Охотники и утки», «Водолазы», «Белые медведи», «Невод», «Веселые ребята», «Пушбол», «Удочка», «Переправа», «Разноцветные мячи», разнообразные эстафеты, «Водное поло».

**Материалы педагогической диагностики.**

Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения Программы обеспечивает комплексный подход к оценке итоговых результатов освоения Программы, позволяет осуществлять оценку динамики достижений детей. Реализация программы предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Педагогическая диагностика проводится в ходе тестирования детей в специально организованной деятельности. Мониторинг проводится 2 раза в год. В процессе мониторинга исследуются уровень подготовленности детей по плаванию путем наблюдений за ребенком, критериальноориентированного тестирования. Получаемая в ходе мониторинга информация, является основанием для прогнозирования деятельности, осуществления необходимой коррекции, инструментом оповещения родителей о состоянии и проблемах, выявленных у ребенка. Уровень развития основных навыков плавания оценивается с помощью тестирования плавательных умений и навыков детей в каждой возрастной группе. В качестве критериев оценки выбран ряд контрольных упражнений из программного материала. Для проведения контрольных упражнений необходимы вспомогательные средства обучения, протокол обследования навыков плавания в разных возрастных группах.

**Результаты педагогической диагностики могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:**

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

**Контрольное тестирование (старший возраст)**

Навык плавания	Контрольное упражнение
Ныряние	Ныряние в обруч.
	Проплыwanie тоннеля.
	Игровое упражнение «Ловец».
Продвижение в воде	Скольжение на груди с работой ног, с работой рук.
	Скольжение на спине.
	Продвижение с плавательной доской с работой ног на груди и на спине.
Выдох в воду	Выполнение серии выдохов в воду.
	Упражнение на задержку дыхания «Кто дольше».
Лежание	Упражнение «Поплавок».

	Упражнение «Звездочка» на груди, на спине.
--	--

**Контрольное тестирование (подготовительная к школе группа)**

<b>Навык плавания</b>	<b>Контрольное упражнение</b>
Нырание	Проплывание «под мостом».
	Поднимание со дна предметов с открыванием глаз под водой.
Продвижение в воде	Плавание на груди с работой рук, с работой ног.
	Продвижение с плавательной доской на спине с работой ног.
Выдох в воду	Ритмичный вдох - выдох в сочетании с движениями ног.
	Дыхание в положении лежа на груди с поворотом головы в сторону с неподвижной опорой.
	Упражнение на длительность лежания.
Лежание	Упражнение «Звездочка» на груди, на спине в глубокой воде.