

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 12 Приморского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
решением
Педагогического
Совета ГБДОУ
протокол от
30.08. 2024г.
№ 1

УТВЕРЖДЕНА
заведующим ГБДОУ

Слободянюк Т.А.

приказ от 30. 08.2024 г. № 87-од

АДАптиРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
инструктора по физической культуре
«Физическое развитие. Обучение плаванию»
по освоению воспитанниками 4 – 6 лет с ОВЗ(ТНР)
адаптированной образовательной программы дошкольного образования –
образовательной программы ГБДОУ № _12_

Разработчик:
Чуркина Татьяна Юрьевна
инструктор
по физической культуре

Содержание

1.	Общие положения	4
2.	Целевой раздел	5
2.1.	Пояснительная записка	5
2.2.	Цель Программы	6
2.3.	Задачи реализации программы	6
2.4.	Принципы и подходы к формированию и реализации программы	8
2.5.	Формы и методы обучения программы	9
2.6.	Возрастные особенности детей с ТНР	11
2.6.1.	Особенности физического развития детей с ТНР	12
2.6.2.	Особенности психо-речевого развития детей с ТНР	12
2.7.	Климатические условия	13
2.8.	Планируемые результаты реализации программы	13
2.9.	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	14
3.	Содержательный раздел программы	15
3.1.	Особенности образовательной деятельности по обучению плаванию детей с ТНР	15
3.2.	Календарный план воспитательной работы по физическому развитию(обучение плаванию) детей с ТНР	18
3.3.	Вариативные формы, способы, методы и средства реализации программы	29
3.4.	Направления и задачи коррекционно- развивающей работы с детьми ТНР	20
3.5.	Формы взаимодействия с семьями воспитанников	22
4.	Организационный раздел программы	23
4.1.	Организация режима пребывания детей в плавательном бассейне	23
4.2.	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	23
4.3.	Материально-технические характеристики проведения занятий по плаванию	24
4.4.	Особенности обеспечения безопасности ОД по плаванию	24
5.	Кадровые условия реализации программы	25
6.	Методическое обеспечение программы	26

1. Общие положения

1. Рабочая адаптированная образовательная программа «Физическое развитие. Обучение плаванию» (далее АОП) является частью адаптированной образовательной программы дошкольного образования государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 12 (далее ГБДОУ № 12__) и направлена на реализацию содержания образовательной области «физическое развитие (обучение плаванию)».

Адаптированная образовательная программа разработана в соответствии с Порядком разработки и утверждения федеральных основных общеобразовательных программ, утверждённым приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2022 г. № 874 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 2 ноября 2022 г., регистрационный № 70809), а так же:

- на основе ФГОС ДО (Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384), с изменениями, внесенными приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 января 2019 г. № 31 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 13 февраля 2019 г., регистрационный № 53776) в федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования)
- на основе ФООП ДО (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 "Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования"(Зарегистрирован 28.12.2022 № 71847)

Программа определяет комплекс основных характеристик по обучению плаванию воспитанников с ОВЗ дошкольного возраста от 4 до 7 (8) лет с тяжелыми нарушениями речи (ТНР) (объём, содержание и планируемые результаты) и организационно – педагогические условия образовательной деятельности по обучению плаванию.

3. Рабочая программа позволяет реализовать несколько основополагающих функций дошкольного уровня образования:

1) обучение и воспитание ребёнка дошкольного возраста как гражданина Российской Федерации, формирование основ его гражданской и культурной идентичности на соответствующем его возрасту содержании доступными средствами;

2) создание единого ядра содержания дошкольного образования (далее - ДО), ориентированного на приобщение детей к традиционным духовно-нравственным и социокультурным ценностям русского народа, воспитание подрастающего поколения как знающего и уважающего историю и культуру своей семьи, большой и малой Родины;

3) создание единого федерального образовательного пространства воспитания и обучения детей от рождения до поступления в общеобразовательную организацию, обеспечивающего ребёнку и его родителям (законным представителям) равные, качественные условия ДО, вне зависимости от места проживания.

4. Программа определяет единые для Российской Федерации базовые объём и содержание ДО, осваиваемые обучающимися в организациях, осуществляющих образовательную деятельность (далее - ДОО), и планируемые результаты освоения образовательной программы. Программа разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (далее - ФГОС ДО) и федеральной образовательной программой дошкольного образования (далее ФООП ДО).

5. В Программе содержатся целевой, содержательный и организационный разделы.

6. В целевом разделе Программы представлены: цели, задачи, принципы её формирования; планируемые результаты освоения Программы в дошкольном возрасте, а также на этапе завершения освоения Программы; подходы к педагогической диагностике достижения планируемых результатов.

7. Содержательный раздел Программы включает задачи и содержание образовательной деятельности по физическому развитию (обучение плаванию). В нем представлены описания вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы; особенностей образовательной деятельности разных видов и способов поддержки детской инициативы; взаимодействия педагогического коллектива с семьями обучающихся; направления и задачи коррекционно-развивающей работы (далее - КРР) с детьми дошкольного возраста с особыми образовательными потребностями (далее - ООП) различных целевых групп, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (далее - ОВЗ) и детей-инвалидов.

8. Организационный раздел Программы включает описание психолого-педагогических и кадровых условий реализации Программы; организации развивающей предметно-пространственной среды (далее - РППС) в ДОО; материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания.

В разделе представлены календарный план воспитательной работы.

9. Реализация Программы, направленная на обучение и воспитание, предполагает их интеграцию в едином образовательном процессе, предусматривает взаимодействие с разными субъектами образовательных отношений, осуществляется с учётом принципов ДО, зафиксированных во ФГОС ДО.

2. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

2.1 Пояснительная записка

Адаптированная программа по физической культуре (с обучением плаванию), далее (АОП), для детей 4-7 лет с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) с тяжелым нарушением речи (ТНР) разработана в соответствии с адаптированной образовательной Программой дошкольного образования ГБДОУ № 12 детский сад г. Санкт-Петербурга (ДОУ) и на основании методических разработок Вороновой Е.К «Обучение детей плаванию в детском саду.» и Т.И.Осокиной «Как научить детей плавать».

Программа обеспечивает укрепление, сохранение здоровья и физическое развитие детей с ОВЗ (с ТНР) в возрасте от 4 до 7 лет с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.

Программа спроектирована с учетом ФГОС дошкольного образования, особенностей образовательного учреждения, с учетом особенностей психофизического развития и возможностей детей, посещающих группы компенсирующей направленности, образовательных потребностей и запросов родителей (законных представителей) воспитанников.

Программа учитывает:

- индивидуальные потребности ребенка, связанные с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья, определяющие особые условия получения им образования (особые образовательные потребности), индивидуальные потребности отдельных категорий детей, в том числе с ограниченными возможностями здоровья;
- возможность освоения ребенком Программы на разных этапах ее реализации;
- возможность освоения АОП детьми с ОВЗ (с ТНР).
- Программа является «открытой» и предусматривает вариативность, интеграцию, изменения и дополнения по мере профессиональной необходимости.
- в Программе по обучению плаванию детей с ОВЗ (с ТНР): определены возможности развития дыхательной функции (через водную среду), как одной из основной при постановке речевого

дыхания у дошкольников (диафрагмального, продолжительного, сильного, постепенного), согласованность дыхания и движения при плавании; представлены методы коррекционной работы в повышении уровня здоровья детей с общим недоразвитием речи (ОНР) в условиях бассейна ДОУ;

- обоснованы комплекс средств, форм занятий, приемы коррекции и оздоровления, реализации индивидуально - дифференцированного подхода;
- определено влияние серии коррекционно-развивающих и оздоровительных методов, направленных на повышение уровня здоровья детей с тяжелым нарушением речи (ТНР) в условиях ДОУ, и семей воспитанников.

2. 2. Цель программы.

Ведущая цель программы - создание благоприятных условий для оздоровления, закаливания, и обеспечения всестороннего развития психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями дошкольников в процессе обучения плаванию.

2. 3. Задачи реализации программы.

Оздоровительные:

- укрепить здоровье детей, содействовать их гармоничному психофизическому развитию;
- содействовать расширению адаптивных возможностей детского организма, повышению его защитных свойств и устойчивости к заболеваниям;
- совершенствовать опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать работоспособность организма; расширять спектр двигательных умений и навыков в воде;
- развивать творческое самовыражение в игровых действиях в воде.

Образовательные:

- формировать теоретические и практические основы освоения водного пространства;
- учить плавательным навыкам и умениям, умению владеть своим телом в непривычной среде;
- развивать физические качества (ловкость, быстрота, выносливость, сила и др.).

Воспитательные:

- воспитывать нравственно-волевые качества, настойчивость, смелость, выдержку, силу воли;
- формировать стойкие гигиенические навыки;
- формировать потребность к здоровому образу жизни, устойчивый интерес к занятиям по плаванию;
- способствовать эмоциональному и двигательному раскрепощению, появлению чувства радости и удовольствия от движений в воде.

Правильно организованный процесс обучения плаванию оказывает разностороннее развивающее влияние на детей и имеет высокий образовательно- воспитательный эффект.

Увеличивается объем не только двигательных умений и навыков, но и знаний, развиваются физические качества и умственные способности детей, воспитываются нравственные и эстетические чувства, волевые качества, вырабатывается осознанное и ответственное отношение к своим поступкам, к взаимоотношениям со сверстниками.

Задачи обучения:

- Учить, не бояться входить в воду, играть и плескаться в ней.
- Учить передвигаться по дну бассейна различными способами.
- Учить погружаться в воду, открывать в ней глаза; передвигаться и ориентироваться под водой.
- Учить выдоху в воде.
- Учить лежать в воде на груди и на спине.
- Учить скольжению в воде на груди и на спине.
- Учить выполнять попеременные движения ногами во время скольжения на груди и на спине.
- Учить выполнять попеременные и одновременные движения руками во время скольжения на груди и на спине.
- Учить сочетать движения руками и ногами при скольжении на груди и на спине.
- Учить различным прыжкам в воду.

В рабочей программе выделена закономерность поэтапного формирования соответствующих навыков плавания на основе использования системы упражнений и игр. Оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи физического воспитания решаются на основе приобретения нового социального опыта - освоения водной среды обитания, которая предъявляет особые требования к двигательным способностям ребенка.

Цель коррекционно-логопедической работы – возможность освоения детьми с речевыми нарушениями образовательной программы дошкольного образования.

Достижение поставленной цели предусматривает решение следующих задач:

- Способствовать охране и укреплению физического и психического здоровья детей с ОВЗ, в том числе их эмоционального благополучия.
- Способствовать закаливанию организма с целью укрепления сердечно – сосудистой и нервной систем, улучшения деятельности органов дыхания, обмена веществ в организме.
- Способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата, формирование правильной осанки.
- Способствовать созданию условий для целесообразной двигательной активности детей.
- Способствовать непрерывному совершенствованию двигательных умений и навыков с учетом возрастных особенностей.
- Способствовать развитию физических качеств - быстроты, силы, выносливости, гибкости, координационных способностей, умения сохранять равновесие.
- Способствовать воспитанию нравственно-волевых качеств, таких, как смелость, настойчивость, уверенность в себе.
- Способствовать формированию широкого круга игровых действий, знаний о здоровом образе жизни.
- Формировать элементарные навыки плавания и знаний о способах плавания.
- Обеспечить умение владеть своим телом в непривычной среде.
- Формировать интерес к активной двигательной деятельности и потребности в ней
- Обеспечивать психолого-педагогическую поддержку семьи и повышать компетентность родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей с ОВЗ

Успешное решение поставленных задач возможно лишь при условии комплексного

использования всех средств физического воспитания: рациональный режим, питание, закаливание (в повседневной жизни; специальные меры закаливания) и движение (различные виды гимнастик, развивающие упражнения, спортивные игры).

В группах компенсирующей направленности, коррекционное направление работы является приоритетным, так как целью его является выравнивание речевого и психофизического развития детей. При построении системы коррекционно-развивающей работы в группах компенсирующей направленности, предусматривается полное взаимодействие всех специалистов ДООУ и родителей (законных представителей) дошкольников. Все специалисты следят за речью и закрепляют речевые навыки, сформированные учителем-логопедом.

В бассейне ДООУ успешно решаются задачи коррекционного характера. Совместная работа психолога, логопеда, музыкального руководителя, инструктора по физической культуре (по плаванию) делают занятия в бассейне эмоциональными и интересными. В ДООУ проводится целенаправленная работа по обучению детей плаванию, которая включает в себя следующие формы: занятие по плаванию в бассейне, развлечения, праздники на воде. Всё это позитивно влияет на психическую и эмоциональную сферу детей, обеспечивая высокий уровень усвоения Программы, и решается главная задача оздоровления детей в ДООУ через обучение плаванию.

2. 4. Принципы и подходы к формированию и реализации программы

- Принцип развивающего образования обогащение (амплификация) детского развития.
- Принцип научной обоснованности и практической применимости – содержание соответствует базовым положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики.
- Принцип полноты, необходимости и достаточности – позволяет решать поставленные цели и задачи на необходимом и достаточном материале, максимально приближаться к разумному «минимуму», предполагает сотрудничество ДООУ и семей воспитанников.
- Принцип системности и непрерывности: полноценное проживание ребенком всех этапов детства, наличие единых линий развития и воспитания для детей всех возрастных категорий в ДООУ, взаимосвязь и преемственность всех ступеней дошкольного образования в ДООУ.
- Принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, а также спецификой этих областей.
- Принцип комплексно-тематического построения образовательного процесса – использование разнообразных форм работы с детьми, обусловленных возрастными особенностями.

Рациональная методика обучения плаванию базируется на общих педагогических принципах:

- Принцип сознательности и активности предполагает устойчивый интерес и активное участие в НОД по плаванию.
- Принцип систематичности предполагает регулярное проведение занятий по плаванию, в определенной системе, что дает больший оздоровительный эффект, чем эпизодические.
- Принцип наглядности предполагает использование наглядных пособий, образных выражений, заданий предметного характера, которые создают условия более четкого ощущения, воспитания, представления движений в воде и их совершенствование.
- Принцип доступности предполагает постепенное возрастание требований, соответствующих психологической, физической, координационной готовности к обучению.
- Принцип индивидуального подхода обеспечивает учет индивидуальных способностей и возможностей ребенка в процессе обучения.
- Принцип постепенности в повышении требований предполагает определенную методическую

последовательности в освоении навыка плавания – от легкого к трудному, от простого к сложному; применение широкого круга упражнений, движений и использование игрового метода для разнообразия процесса обучения.

Формирование Программы основано на следующих подходах:

- Самоценность детства – рассматривается как период жизни человека значимый сам по себе, без всяких условий.
- Субъектно-деятельностный подход заключается в признании ребенка активным субъектом многообразных форм произвольной активности. Качествами, характеризующими ребенка как субъект деятельности, являются: активность и избирательная направленность; инициативность; свобода выбора; самостоятельность; коммуникативность; творчество.

Личностно-ориентированные подходы:

- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений, разностороннее, свободное и творческое развитие каждого ребенка, реализация их природного потенциала, обеспечение комфортных, бесконфликтных и безопасных условий развития воспитанников;
- целостное развитие дошкольников и готовность личности к дальнейшему развитию;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- психологическая защищенность ребенка, обеспечение эмоционального комфорта, создание условий для самореализации;
- развитие ребенка в соответствии с его склонностями, интересами и возможностями, создание условий для воспитания и обучения каждого воспитанника с учетом индивидуальных особенностей его развития (дифференциация индивидуализация).

Системно-деятельностные подходы:

- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности, организация детской деятельности, в процессе которой они самостоятельно делают «открытия», узнают новое путем решения проблемных задач;
- креативность – «выращивание» у воспитанников способности переносить полученные знания в ситуации самостоятельной деятельности, инициировать и поощрять потребность детей самостоятельно находить решения нестандартных задач и проблемных ситуаций;
- овладение культурой – приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества, государства, обеспечить способность ребенка ориентироваться в мире и действовать (или вести себя) в соответствии с интересами и ожиданиями других людей, социальных групп, общества в целом.

2.5. Формы, методы, этапы и средства обучению плаванием

Одной из форм двигательной активности и закалывания детей дошкольного возраста являются занятия по плаванию.

Методы и приемы обучения, способы организации детей на НОД подбираются с учетом задач конкретного этапа обучения, характера предлагаемых упражнений, возрастных особенностей и подготовленности воспитанников. При этом важно не нарушать последовательность их освоения.

К основным методам обучения технике плавания относятся:

- словесные методы: объяснения, в форме образных выражений и сравнений, рассказ, беседа,

команды и распоряжения, подсчет, т.е. разнообразные способы и приемы изложения, которые помогают детям понять и осознать отдельные движения или их согласование и тем самым лучше их воспроизвести;

- наглядные методы: показ изучаемого движения в целостном виде, с разделением на части, анализ его с помощью наглядных пособий, жестикуляции используется для повышения внимания, развития наблюдательности, а так же помогает создать у детей конкретные представления об изучаемом движении;
- практические методы предусматривают многократное повторение движений, сначала по элементам, а затем полностью, способствующих освоению, закреплению и совершенствованию изученного материала, применяется в игровой форме и соревновательной деятельности, а также способствуют развитию и совершенствованию двигательных качеств (ловкости, быстроты, силы, выносливости).

Этапы обучения

- Первый этап начинается с ознакомления ребенка с водой, ее свойствами и продолжается до момента, когда ребенок освоится с водой, сможет безбоязненно и уверенно с помощью взрослого и самостоятельно передвигаться по дну бассейна, совершать простейшие действия, играть.
- Второй этап связан с приобретением детьми умений и навыков, которые помогут им чувствовать себя в воде достаточно надежно. Дети учатся держаться на поверхности воды (всплывать, лежать, скользить), самостоятельно, произвольно выполнять упражнения на вдох-выдох в воду несколько раз подряд.
- На третьем этапе дети должны уметь проплыть с доской в руках, выполнять упражнения на задержке дыхания. Свободно плавать. На четвертом этапе продолжается усвоение и совершенствование техники плавания различными способами.

Средства обучения

В качестве основных средств обучению плаванию используются физические упражнения двигательные действия, с помощью которых решаются образовательные, воспитательные и задачи физического развития: ОРУ и специальные упражнения выполняются на суше и содействуют общему развитию занимающихся, развитию необходимых для успешного обучения плаванию физических качеств, более быстрому освоению техники плавания.

Комплекс ОРУ и специальных упражнений выполняется в подготовительной части занятия и содержание зависит от поставленных задач. Комплекс упражнений готовит детей к дальнейшему освоению материала в условиях водной среды и включает в себя:

- упражнения (ходьба, бег, наклоны, приседания, повороты);
- специально-подготовительные упражнения (движения, сходные по координационной структуре и характеру нервно-мышечных напряжений плавательным движениям упражнения для развития подвижности в голеностопных, коленных, тазобедренных, плечевых суставах, межпозвоночных сочленениях, упражнения для развития мышц плечевого пояса, упражнения для изучения напряжения и расслабления мышц, упражнения на дыхание);
- подготовительные упражнения в воде (группа упражнений применяется в целях формирования основных ощущений, соответствующих свойствам и условиям водной среды, психологической подготовки и устранения чувства страха перед водой, освоения рабочих поз пловца и навыка дыхания в воде);
- коррекционные упражнения и игры;

Игры делают обучение плаванию более эмоциональными, помогают снять нервное напряжение,

способствуют физическому развитию, укреплению здоровья, закаливанию, а также воспитанию самостоятельности, инициативы, решительности взаимодействовать в коллективе.

Эффективными средствами и методами, способствующими развитию речи, применяемыми на занятиях по физическому развитию, являются следующие:

- плавание, ОРУ, игры, массаж – способствуют общему стимулированию ЦНС;
- дыхательная гимнастика;
- звуколидирование (подсчет, хлопки), звукоподражание, звуковые акценты в движениях;
- музыкотерапия;
- игры с речитативом;
- задания на обще моторно-речевое расслабление.

Упражнения координационной направленности направлены на регуляцию мышечного тонуса, статической и динамической коррекции движений, мелкой и мимической моторики переключаемости движений, воспитания чувства ритма, развития дыхания, силы голоса, обогащение и активизацию словаря, развитие понимания речи:

- упражнения на развитие фонационного дыхания;
- упражнения на развитие диафрагмального дыхания;
- упражнения на развитие силы и высоты голоса;
- упражнения на координацию движений и речи;
- упражнения на регуляцию мышечного тонуса (под звуковое сопровождение);
- упражнения на развитие ритма;
- упражнения на развитие произвольного внимания;
- упражнения на развитие мимической моторики;
- упражнения на развитие мышц мелкой моторики;
- упражнения на развитие внимания последовательности действий в пространстве (по схеме).

Исходя из этого, для детей компенсирующей направленности с ОВЗ (с ТНР) на каждом занятии включаются задания на мелкую моторику, пальчиковая гимнастика, самомассаж рук, речь с движением, игры с речитативом, релаксирующие упражнения.

2.6 Возрастные особенности детей компенсирующей направленности с ОВЗ (с ТНР)

Возрастная категория детей с ОВЗ (с ТНР) от 4 до 6 лет. Группы формируются в результате заключения психолого-педагогической комиссии (ПМПК) по направлению комиссии по комплектованию дошкольных образовательных учреждений.

Нарушения речи являются распространенной патологией у современных детей. Речевые расстройства напрямую связаны с психофизическим развитием. Проблема взаимообусловленности нарушений двигательной сферы и речевой недостаточности взаимосвязаны. У детей нарушения двигательной сферы сводятся либо к гипотонусу, либо к гипертонусу мускулатуры не только речевого аппарата, но мышц всего тела. У детей нарушена произвольная общая, тонкая и артикуляционная моторика, нарушена координация движений, а также плохая память, быстрая утомляемость, неловкость и боязливость.

2.6.1. Особенности физического развития детей с (ТНР)

Наряду с общей соматической ослабленностью и замедленным развитием локомоторных функций детям с нарушением речи присуще некоторое отставание в развитии двигательной сферы.

Оно характеризуется плохой координацией движений, неуверенностью в выполнении дозированных движений, снижением скорости и ловкости выполнения упражнений. Наибольшие трудности выявляются при выполнении движений по словесной инструкции. Дети с общим недоразвитием речи (ОНР) отстают от нормально развивающихся сверстников в воспроизведении двигательного задания по пространственно-временным параметрам, нарушают последовательность элементов действия, пропускают его составные части.

Затруднения вызывают такие задания, как, например, перекачивание мяча с руки на руку, передача его с небольшого расстояния, удары об пол с попеременным чередованием, прыжки на правой и левой ноге, ритмические движения под музыку. Отмечается недостаточная координация движений пальцев, кисти руки, недоразвитие мелкой моторики. Обнаруживается замедленность, застревание на одной позе.

У детей с нарушением речи наблюдается отставание психомоторного развития по различным параметрам:

- по развитию физических качеств (у детей низкий уровень ловкости и быстроты);
- по степени сформированности двигательных навыков (у детей отсутствует автоматизация движений, низкая обучаемость).
- Эти особенности сопряжены с низким уровнем развития когнитивных процессов (восприятия, внимания, памяти).

Правильная оценка речевых процессов необходима для выявления закономерностей атипичного развития детей с ТНР и в то же время для определения их компенсаторного фона

2.6.2 Особенности психо-речевого развития детей с ТНР

Речь и мышление тесно связаны и с точки зрения психологии представляют собой единый речемыслительный комплекс. Речь является инструментом мышления, вне языковой деятельности мысли не существует. Любая мыслительная операция в той или иной мере опосредована речью. В первую очередь, дефекты речевой функции приводят к нарушенному или задержанному развитию высших психических функций, опосредованных речью: вербальной памяти, смыслового запоминания, слухового внимания, словесно-логического мышления. Это отражается как на продуктивности мыслительных операций, так и на темпе развития познавательной деятельности.

Кроме того, речевой дефект накладывает определенный отпечаток на формирование личности ребенка, затрудняет его общение с взрослыми и сверстниками. Данные факторы тормозят становление игровой деятельности ребенка, имеющей, как и в норме, ведущее значение в плане общего психического развития, и затрудняют переход к более организованной учебной деятельности.

Недоразвитие речи, особенно лексико-грамматической ее стороны, значительным образом сказывается на процессе становления ведущей деятельности ребенка. С расширением знаково-смысловой функции речи радикально меняется весь процесс игры: игра, из процессуальной становится предметной, смысловой. Именно этот процесс перехода игры на новый уровень и затруднен у детей с ТНР. В группах компенсирующей направленности уделяется особое внимание организации физического развития детей с различными нарушениями, в том числе с ТНР.

Формирование полноценных двигательных навыков у детей с ТНР, активная деятельность, игра – необходимые звенья в общей системе их коррекционного обучения. Дети с речевой патологией, имеющие органическую природу нарушений, обычно различаются по состоянию двигательной сферы на возбудимых (они легко отвлекаются, нетерпеливы) и заторможенных. Среди детей с ТНР не редкость дети, имеющие двигательную неловкость, малый объем движений, недостаточный их темпу и переключаемости.

Таким образом, нарушение речевой деятельности у детей с ТНР носит многоаспектный характер, требующий выработки единой стратегии, методической и организационной преемственности в решении воспитательно-коррекционных задач.

2.7. Климатические условия

Учитывая климатические и природные особенности г. Санкт-Петербурга (образовательная деятельность, далее ОД) по обучению плаванию воспитанников дошкольного возраста проводится один раз в неделю, в течении учебного года с октября по май (во время отопительного сезона). После окончания отопительного сезона занятия не проводятся, потому что температурный режим не соответствует СанПин.

2.8. Планируемые результаты реализации программы

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного возраста и системные особенности ДО делают неправомерными требования от ребёнка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому планируемые результаты освоения программы представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребёнка дошкольного возраста на разных возрастных этапах и к завершению ДО.

Обозначенные в программе возрастные ориентиры имеют условный характер, что предполагает широкий возрастной диапазон для достижения ребёнком планируемых результатов. Это связано с неустойчивостью, гетерохронностью и индивидуальным темпом психического развития детей в дошкольном детстве, особенно при прохождении критических периодов. По этой причине ребёнок может продемонстрировать обозначенные в планируемых результатах возрастные характеристики развития раньше или позже заданных возрастных ориентиров.

Степень выраженности возрастных характеристик возможных достижений может различаться у детей одного возраста по причине высокой индивидуализации их психического развития и разных стартовых условий освоения программы. Обозначенные различия не должны быть констатированы как трудности ребёнка в освоении программы и не подразумевают его включения в соответствующую целевую группу.

2.8.2 Планируемые результаты к пяти годам

ребёнок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;

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

ребёнок познает правила безопасного поведения и стремится их выполнять в повседневной жизни;

ребенок приобретает умения и навыки, которые помогут ему чувствовать себя в воде достаточно надежно;

ребенок учится держаться на поверхности воды (всплывать, лежать, скользить);

ребенок получает представление о выталкивающей и поддерживающей силе воды;

ребенок самостоятельно, произвольно выполняет упражнение вдох-выдох в воду несколько раз подряд.

2.8.3 Планируемые результаты к шести годам

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

ребенок обучается плаванию определенным способом;
ребенок умеет проплыть 10-15м на мелкой воде, сохраняя в основном согласованность движения рук, ног и дыхания, характерную для разучиваемого способа плавания.

2.9 Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

1. Педагогическая диагностика достижений планируемых результатов направлена на изучение деятельностных умений ребёнка, его интересов, предпочтений, склонностей, личностных особенностей, способов взаимодействия со взрослыми и сверстниками. Она позволяет выявлять особенности и динамику развития ребёнка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности.

2. Цели педагогической диагностики, а также особенности её проведения определяются требованиями ФГОС ДО. При реализации Программы может проводиться оценка индивидуального развития детей: которая осуществляется педагогом в рамках педагогической диагностики. Вопрос о её проведении для получения информации о динамике возрастного развития ребёнка и успешности освоения им Программы, формах организации и методах решается непосредственно ДОО.

3. Специфика педагогической диагностики достижения планируемых образовательных результатов обусловлена следующими требованиями ФГОС ДО: планируемые результаты освоения федеральной образовательной программы ДО заданы как целевые ориентиры ДО и представляют собой социально-нормативные, возрастные характеристики возможных достижений ребёнка на разных этапах дошкольного детства;

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;

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

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.

4. 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.

5. Основным методом педагогической диагностики является наблюдение. Ориентирами для наблюдения являются возрастные характеристики развития ребёнка. Они выступают как обобщенные показатели возможных достижений детей на разных этапах дошкольного детства.

Наблюдая за ребёнком, инструктор обращает внимание на частоту проявления каждого показателя. Частота проявления указывает на периодичность и степень устойчивости показателя.

6. Результаты освоения воспитанниками рабочей программы заносятся в протокол обследования (Приложение 1):

«3» - показатель сформирован, наблюдается в самостоятельной деятельности ребенка, в совместной деятельности со взрослыми;

«2» - показатель в стадии формирования, проявляется неустойчиво, чаще при создании специальных ситуаций, провоцирующих его проявление;

«1» - показатель не сформирован, не проявляется ни в одной из ситуаций;

Фиксация данных наблюдения позволит педагогу выявить и проанализировать динамику в развитии ребёнка на определенном возрастном этапе, а также скорректировать образовательную деятельность с учётом индивидуальных особенностей развития ребёнка и его потребностей.

Результаты наблюдения могут быть дополнены беседами с детьми в свободной форме, что позволяет выявить причины поступков, наличие интереса к определенному виду деятельности, уточнить знания о предметах и явлениях окружающей действительности и другое.

3. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

3.1 Особенности организации образовательного процесса в плавательном бассейне

Основные принципы подбора физической нагрузки:

- индивидуальный подбор интенсивности выполнения упражнений для каждого ребенка в зависимости от возраста, возможностей и состояния здоровья;
- системность воздействия и обеспечение определенного подбора упражнений и последовательности их выполнения: от простого к сложному, от неизвестных к известным;
- регулярность выполнения упражнений, т.к. только при регулярном выполнении физических упражнений, возможно, добиться укрепления организма;
- соблюдение цикличности при выполнении упражнений в соответствии с показаниями: чередование физических упражнений и отдыха.

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

Возрастная группа	Количество занятий	
	в неделю	в год
средняя группа компенсирующей направленности с ТНР	1	36
старшая компенсирующей направленности с ТНР	1	36

Развитие ребенка в образовательном процессе детского сада осуществляется целостно в процессе всей его жизнедеятельности. В тоже время, развитие двигательной деятельности по плаванию требует обучения

общим и специальным умениям, необходимым для её осуществления.

Особенностью организации образовательной двигательной деятельности по обучению плаванию является ситуационный подход. Основной единицей образовательной деятельности выступает **образовательная ситуация** - такая форма совместной деятельности инструктора по физической культуре и воспитанников, которая планируется и целенаправленно организуется инструктором с целью решения определенных задач развития, воспитания и обучения.

Образовательные ситуации организуются в процессе **образовательной деятельности по обучению плаванию (занятие)**, требования к проведению которой согласуются с положениями действующих СанПиН. Главными задачами таких образовательных ситуаций является формирование у воспитанников новых умений и навыков в двигательной деятельности по обучению плаванию. Создаются разнообразные образовательные ситуации, побуждающие воспитанников применять свои знания и умения. Организованные инструктором образовательные ситуации ставят воспитанников перед необходимостью понять, принять и разрешить поставленную задачу. Активно используются игровые приемы, разнообразные виды наглядности, в том числе схемы основных видов движений. Назначение образовательных ситуаций состоит в систематизации, углублении, обобщении личного опыта воспитанников: в освоении новых, более эффективных способов деятельности.

Образовательные ситуации также организуются в процессе:

- **подвижных игр и игровых упражнений на воде** — оптимальная основа для физического, личностного и интеллектуального развития ребёнка. Подвижные игры и игровые упражнения классифицируются по разным параметрам: по возрасту, по степени подвижности ребёнка в игре (игры с малой, средней, большой подвижностью). По видам движений (игры с бегом, на задержку дыхания, скольжением, нырянием, всплыванием и т. д.), по содержанию. К подвижным играм с правилами и игровым упражнениям относятся сюжетные и несюжетные игры и упражнения, в которых воспитанники упражняются в самых разнообразных движениях: беге, прыжках, плавании, нырянии, всплывании, скольжении, задержке дыхания и т. д.

- **трудовых поручений** (расстановка спортивного инвентаря в бассейне, во время и после выполнения двигательной деятельности по обучению плаванию);

- **самообслуживания** (самостоятельно раздеваться, принимать душ перед занятием – мыть тело, пользуясь мочалкой и мылом, после занятия растереться полотенцем, быстро одеваться, высушивать волосы).

- **бесед** с воспитанниками о правилах безопасности на суше и в воде (бассейн);

- **индивидуальной работы** с воспитанниками.

От 4 до 5 лет

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития (обучение плаванию):

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

- **Развитие двигательных умений и навыков.** Продолжать учить самостоятельно, передвигаться в

воде, выполняя различные задания. Учить ходить по бассейну, загребая воду руками и в положении полу приседа, наклонившись вперёд. Использовать на занятиях все виды бега, указанные в «Программе» для данной возрастной группы. Учить выпрыгивать из воды, прыгать, отрывая ноги от дна бассейна с продвижением вперёд; выпрыгивать с последующим погружением в воду. Учить вытягиваться на поверхности воды, расслабив тело («Звезда», «Медуза»); скользить по поверхности воды, оттолкнувшись от дна или борта («Стрела»).

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

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

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

Содержание образовательной области

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

- **Бег:** «Кто быстрее?», «Лошадки».

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

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

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

От 5 до 6 лет

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития (обучение плаванию):

- **Формирование гигиенических навыков.** учить самостоятельно, готовиться к занятию (раздеться, приготовить вещи для душа), самостоятельно мыться под душем (пользоваться мочалкой, мылом), помогать друг другу. После занятия растереть полотенцем тело, высушить волосы, аккуратно одеться.

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

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

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

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

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

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

Содержание образовательной области

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

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

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

- **Упражнения на скольжение:** встать лицом к бортику, отойти на 3-4 шага назад и постараться допрыгнуть до бортика, вытянув вперёд руки, с минимальным скольжением; «Стрела» - сделать глубокий вдох, одной ногой упереться в бортик, и, оттолкнувшись, проскользнуть по поверхности воды, опустив лицо в воду, вытянув прямые руки и ноги (то же, но лёжа на спине); «Медуза» - ноги и руки на ширине плеч, плавно лечь на воду, опустить лицо в воду, спокойно лежать, расслабив тело; «Звезда» - то же, что и «Медуза», только руки и ноги не «висят» в расслабленном виде, а натянуты, как лучики звезды; «Звезда» на спине – то же, только лёжа на спине; «Торпеда» - сначала выполнять упражнение на месте: взяться руками за поручень, лечь на воду, опустив лицо, и работать ногами, как при плавании способом «Кроль» на груди, затем выполнять то же, не держась руками за поручень, а вытянув прямые руки в сторону противоположного борта; «Торпеда» на спине – сначала отработать движения ногами: сесть на дно на глубине 40 см, руки в упоре сзади, приподнять ноги и работать ими, как при плавании способом «Кроль» на спине, затем выполнять упражнение, лёжа на спине с доской в вытянутых над головой руках, затем без доски; «Винт» - выполняя упражнение «Стрела» перевернуться с груди на спину и снова на грудь.

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

3.2 Календарный план воспитательной работы по физическому развитию (обучение плаванию)

Продолжительность и распределение количества развлечений, праздников на воде в разных возрастных группах

Возрастная группа	Количество проведения		Продолжительность проведения	
	развлечение	праздник	развлечение	праздник
средняя с ОВЗ (с ТНР)	1 раз в месяц	1 раза в год	20 мин.	45 мин.
старшая с ОВЗ (с ТНР)	1 раз в месяц	1 раза в год	25 мин.	45-60 мин.

Период	Название	Возраст	Форма деятельности
Октябрь	«Волшебные капельки»	Средний и старший возраст	Развлечение на воде
Ноябрь	«Веселый дельфин»	Средний и старший возраст	Развлечение на воде
Декабрь	«По морям по волнам»		Развлечение на воде
Январь	«Зимние забавы»	Средний и старший возраст	Развлечение на воде
Февраль	« День Защитника отечества»	Средний и старший возраст	Развлечение на воде
Март	Плавание – это сила и здоровье»	Средний и старший возраст	Развлечение на воде
Апрель	Соревнования «Быстрые стрелы»	Старший возраст	Спортивное развлечение на воде
Апрель	Морские обитатели	Средний возраст	Развлечение на воде
Май	В гости к Нептуну	Средний и старший возраст	Праздник на воде

3.3. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации программы

При реализации Программы инструктор по физической культуре:

- выбирает формы, способы, методы и средства реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников;
- продумывает содержание и организацию непрерывной образовательной деятельности с дошкольниками, условия эмоционального благополучия и развития каждого ребенка;
- определяет единые для всех дошкольников правила сосуществования детского общества, включающие равенство прав, взаимную доброжелательность и внимание друг к другу, готовность прийти на помощь, поддержать;
- соблюдает гуманистические принципы педагогического сопровождения развития дошкольников, в числе которых забота, теплое отношение, интерес к каждому ребенку, поддержка и установка на успех, развитие детской самостоятельности, инициативы;
- осуществляет развивающее взаимодействие с воспитанниками, основанное на современных педагогических позициях: «Давай сделаем это вместе»; «Посмотри, как я это делаю»; «Научи меня,

помоги мне сделать это»;

- сочетает совместную с ребенком деятельность (игры, труд, наблюдения и пр.) и самостоятельную деятельность воспитанников;
- создает развивающую предметно-пространственную среду;
- наблюдает, как развиваются самостоятельность каждого ребенка и взаимоотношения воспитанников;
- сотрудничает с родителями, совместно с ними решая задачи воспитания и развития воспитанников.

Формы реализации программы

Образовательная деятельность по обучению плаванию по рабочей программе осуществляется в форме:

- занятий (образовательной деятельности);
- развлечений, досугов, праздников на воде;
- взаимодействие с семьями детей по реализации образовательной программы ДО.

Средства реализации программы

демонстрационные и раздаточные; визуальные, аудиальные, естественные и искусственные;

Средства, указанные в программе, используются для развития следующих видов деятельности детей:

- двигательные - занятия плаванием (оборудование для обучения плаванию);
- игровые (игры, игрушки, игровое оборудование и другое);
- предметные (образные и дидактические игрушки, реальные предметы и другое);
- коммуникативные (дидактический материал, предметы, игрушки, видеофильмы и другое).

3.4 Направления и задачи коррекционно-развивающей работы

Преодоление общего недоразвития речи требует интегрированного подхода, при котором применяется медикаментозное лечение, система логопедической работы, занятие по коррекции и развитию психических функций, занятия по формированию общей, мелкой и артикуляционной моторики, основу коррекционной работы составляет метод сенсорно-двигательной интеграции. Основные виды упражнений, используются на занятии в бассейне для детей с общим недоразвитием речи. Они направлены на регуляцию мышечного тонуса, статической и динамической коррекции движений, мелкой и мимической моторики переключаемости движений, воспитания чувства ритма развитие дыхания, силы глосса, обогащение и активизацию словаря, развитие понимания речи.

1. Упражнения на развитие фонационного дыхания.

- длинный продолжительный выдох (на воду, на кораблик);
- под воду (лицо в воде до носа);
- длительный продолжительный выдох с головой («чей выдох будет дольше, чьи пузыри больше?»).

2. Упражнения на развитие диафрагмального дыхания.

- удерживать надутым животом, лежа на спине (в нарукавниках и без), резиновую игрушку на вдохе, на выдохе сдуть живот и игрушка должна уплыть.

3. Упражнения на развитие силы и высоты голоса (от тихого к громкому).

- «как говорит рыбка?»;
 - «как квакает лягушка?»;
 - «как кричат дельфины?»;
- (изображая движениями как плавают и как общаются животные).

4. Упражнения на координацию движений и речи.

- Игра «Медвежонок Умка»;
- Игра «Сердитая рыбка»;

5. Упражнения на регуляцию мышечного тонуса (под сопровождение музыки или бубна, звуковые ориентиры свистка).

- дети лежат на спине, на шею, под головой «нудл», или в нарукавниках, или в кругах. Напрягают мышцы (живота) под счет 1-2-3-4, на счет 5 расслабляют 5-4-3-2-1.

6. Упражнения на развитие ритма.

- лежа на спине, на груди с опорой, игрушкой, кругом, в нарукавниках или «креслах» и т.д.; под быстрое сопровождение музыки работают сильно, быстро ногами (кроль) под медленный темп – медленно, без брызг, под водой.
- танцы на воде «дискотека»; дети, сначала называют себя морскими обитателями, и под музыку быстрого ритма, танцуют 15-30с, ритм меняется на медленный, дети берутся за руки, образуя круг, идут по кругу.

7. Упражнения на развитие произвольного внимания.

- 2 команды (4+4) вдоль дорожки лицом друг к другу. Инструктор показывает одной команде упражнение (другая не видит), дети первой команды повторяют упражнение инструктора детям второй команды, а вторая- выполняют противоположное действие (вдох-выдох; руки влево- вправо; закрыть правый глаз-....., поднять левую ногу-...). Если команда ошибается, то выполняет 10 выдохов.

8. Упражнения на развитие мимической моторики.

- стоя, лежа, лить воду из кружки себе на лицо (не морщиться, улыбаться, открыть рот, сжать губы, надуть щеки, втянуть щеки, открыть глаза и т.д).

9. Упражнения на развитие мышц мелкой моторики.

а) в статике

- сжимаем резиновых рыбок, опускаем под воду, набирая воду, по сигналу – брызгаем вверх, сопровождая стихами; «Дети рыбками играли, сильно пальчики сжимали, рыбок в воду опускали посчитали РАЗ, ДВА, ТРИ- кто выше брызнет посмотри!».

б) в динамике

- катаем в ладонках массажный мячик (лежа на спине, на груди, в согласовании с работой ног, проплывая с мячиком в вытянутых руках).

10. Упражнения на умение работать по схеме. Развитие внимания последовательности действий в пространстве.

- (по предлагаемой схеме выполнить ряд последовательных движений):

от красного бортика нырнуть за игрушкой -кольцом, найти у синего бортика синие кольцо, проплыть к зеленому бортику –поставить игрушку и приплыть на место к красному бортику).

11. Укрепление сводов стоп - профилактика плоскостопия.

- плавание в ластах (в основной части занятия, выполняя разные упражнения, без опоры о дно, при глубине 0.6м).

3.5 Формы взаимодействия с семьями воспитанников

В соответствии с ФГОС дошкольного образования социальная среда дошкольного образовательного учреждения должна создавать условия для участия родителей (законных представителей) в образовательной деятельности, в том числе посредством создания образовательных проектов совместно с семьей на основе выявления потребностей и поддержки образовательных инициатив семьи.

Основные направления и формы взаимодействия с семьей

- Изучение условий семейного воспитания через анкетирование и определение путей улучшения здоровья каждого ребенка.

- Консультации для родителей по использованию приемов и методов оздоровления (дыхательная гимнастика, физические упражнения, различные виды закаливания и др.)

- Проведение дней открытых дверей, совместные развлечения с целью профилактических заболеваний детей.

3.5.1 Календарный план взаимодействия с семьями воспитанников.

Месяц	Темы	Форма работы	Группы
Сентябрь	«Ознакомление родителей с правилами посещения бассейна»	Родительское собрание	Средняя, старшая
Октябрь	«Двигательный режим детей»	Консультация	Средняя
Ноябрь	«Игры, в которые играют взрослые и дети»	Консультация	Старшая
Декабрь	«Значение дыхания в плавании»	Папка-передвижка	Средняя, старшая
Январь	«Закаливание - первый шаг на пути к здоровью»	Консультация	Средняя, старшая
Февраль	«Роль семьи и детского сада в воспитании здорового ребенка»	Консультация	Средняя, старшая
Март	«Активный отдых дошкольников»	Папка-передвижка	Старшая
Апрель	«Наши достижения!»	День открытых дверей	Средняя, старшая
Май	«Техника безопасности при плавании в открытых водоёмах»	Консультация	Средняя, старшая

4. Организационный раздел

4.1 Организация режима пребывания детей в плавательном бассейне

При проведении НОД осуществляется медико-педагогический контроль над воспитанием и здоровьем каждого ребенка, с учетом его индивидуальных психофизиологических особенностей.

Обучение плаванию проходит в форме групповой образовательной деятельности по установленному расписанию. Группы делят на подгруппы в зависимости от возраста детей и от конкретных условий. Комплектуя группы для проведения занятий, надо учитывать не только физическую подготовленность детей, но и то, как воспитанники осваивают плавательные движения.

Длительность НОД по плаванию в разных возрастных группах в течение года (занятия проводятся по подгруппам)

Возрастная группа	Максимальная численность в подгруппе	Длительность занятия в воде
средняя с ОВЗ (с ТНР)	8	20 мин.
старшая с ОВЗ (с ТНР)	8	25 мин.

4.2 Организация и содержание предметно – развивающей среды

РППС рассматривается как часть образовательной среды и фактор, обогащающий развитие детей. РППС ДОО выступает основой для разнообразной, разносторонне развивающей, содержательной и привлекательной для каждого ребёнка деятельности.

Развивающая предметно-пространственная среда бассейна детского сада среда должна стимулировать физическую активность воспитанников, присущее им желание совершенствоваться в приобретённых навыках плавания, познавать, побуждать применять свои умения в ходе игр, игровых упражнений, воспитанники должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Водная среда предоставляет условия для: игрового обучения плаванию, и развития моторных функций, и координации ребёнка.

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

Содержание РППС бассейна:

№	Наименование	Количество
1.	Разделительные дорожки	2
2.	Плавательные доски	15
3.	Игрушки и предметы тонущие	20
4.	Игрушки плавающие	10
5.	Колобашки	12
6.	Ведерки	8
7.	Нудлс	10
8.	Горка водная	1
9.	Шест спасательный 2 м	1
10.	Мячи надувные	8
11.	Обручи пластмассовые	6
12.	Свисток судейский	1
13.	Часы	1
14.	Термометр комнатный	4
15.	Термометр для воды	1

16.	Надувная рыбка клоун	1
17.	Дорожки	20
18.	Скамейки пластиковые	3
19.	Стеллаж для пособий	1
20.	Магнитофон	1
21.	Нарукавники надувные	13 пар
22.	Акупунктурная дорожка	20эл
23.	Соединители для нудлс	6
24.	Надувной паровозик с шариками	1/6

4.3. Материально-техническое обеспечение программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

В ГБДОУ № 12 функционирует детский учебный бассейн (дети до 7 лет), который расположен в здании ДОУ. Внутренняя отделка- из керамических материалов. Система водоснабжения чаши– рециркуляторная(оборотная). Тип-переливной. Максимальное число купающихся одновременно – 8-10 человек. Возраст купающихся до 7 (8) лет

Параметры бассейна:

- Объем бассейна- V м³-10
- Длина, m-7
- Ширина m-3
- Глубина h m-0,3-0,6
- Температура воды, град С-31-33

Проход до чаши бассейна покрыт резиновыми ковриками. В бассейне оборудованы раздевальные комнаты(для мальчиков и девочек) со шкафчиками для раздевания и одевания на каждого воспитанника, пол покрыт ковриком.

Душевые(2 комнаты), имеющие 3 душа для мытья воспитанников перед началом занятий и после их окончания, полы покрыты резиновыми ковриками. Также в туалете полы покрыты резиновыми ковриками.

Бассейн предназначен для проведения занятий по обучению плаванию детей в возрасте 3 -7 (8) лет.

Все помещения отвечают педагогическим, санитарно – гигиеническим, лечебно-профилактическим нормам. В них обеспечена: эффективная вентиляция, достаточная освещённость всех помещений; благоприятный уровень температуры и воздуха, поддерживается чистота и порядок, соблюдается график проветривания.

Температурный режим в помещениях бассейна, температура воды, показатели станции дозирования

возрастная группа	t в раздевалке	t воздуха	t воды	ph	cl
средняя с ТНР	+27...+28 С	+28...+29 С	+31...+33 С	7.2 - 7.6	0.3 – 0.6
старшая с ТНР		+28...+ 29 С	+31...+33 С		

В соответствии с санитарными правилами качество воды, подаваемой в бассейн, должно соответствовать ГОСТ 2874-82 «Вода питьевая» (мутность, цветность, прозрачность, запах и привкус).

4.4 Обеспечение безопасности при проведении занятий по плаванию

Соблюдение правил поведения в бассейне при организации плавания с детьми дошкольного возраста способствует обеспечению безопасности при проведении занятия и включает основные правила.

До начала занятий:

- комплектование подгрупп в занимающейся группе проводится с учетом индивидуальных данных физического развития, состояния здоровья и степени подготовленности;
- перед каждым занятием проводится осмотр спортивного инвентаря и оборудования;
- обеспечивается организованный выход группы из душевой в помещение чаши бассейна;
- очередное занятие начинается только после того, как предыдущая группа полностью покинет чашу бассейна.

Во время занятий:

инструктор несет ответственность за жизнь и здоровье воспитанников, проведение контроля за находящимися в воде детьми.

По окончании занятий:

- занятия прекращаются по сигналу инструктора;
- выход группы осуществляется организовано, из чаши в душевую, из душевой в раздевалку.

Во время занятия инструктор должен внимательно наблюдать за детьми, видеть всю группу, каждого воспитанника отдельно и быть готовым в случае необходимости быстро оказать помощь ребенку, а также добиваться сознательного выполнения детьми правил обеспечения безопасности занятий.

Каждый воспитанник должен знать и соблюдать правила поведения в бассейне:

- внимательно слушать задания и выполнять их;
- входить в воду и выходить из воды только по команде инструктора;
- спускаться по лестнице спиной к воде;
- не мешать, не наталкиваться друг на друга;
- не кричать;
- не «топить» друг друга;
- не бегать в помещении бассейна.

5. Кадровые условия реализации программы

Выполнение поставленных задач невозможно без тесной взаимосвязи квалифицированных педагогических и медицинских работников, главными ориентирами, в работе которых являются индивидуальный подход к каждому ребенку, своевременность и доступность помощи, ежедневное комплексное воздействие. Все педагоги и специалисты осуществляют дозированную учебную нагрузку с учетом состояния здоровья каждого ребенка.

Воспитатели:

- изучение индивидуальных и психофизических особенностей в развитии воспитанников групп;
- коррекция мелкой и общей моторики;
- использование релаксационных и дыхательных упражнений;
- подготовка, проведение спортивных праздников, развлечений, досугов.

Музыкальный руководитель:

- использование корректирующих упражнений для общей моторики координации с музыкой;
- развитие чувства ритма у детей;
- музыкальное сопровождение на спортивных мероприятиях.

Логопед:

- коррекция общей и мелкой моторики
- использование дыхательных упражнений;
- развитие слуха, внимания, памяти, развитие чувства ритма.

Психолог:

- коррекция психических процессов;
- коррекция эмоционально-волевой сферы.

Медицинский работник:

- определение группы здоровья, физкультурной группы;
- профилактика заболеваний;
- пропаганда здорового образа жизни.

6. Методическое обеспечение программы

- АДАПТИРОВАННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГБДОУ № 12 «детский сад»
- Обучение детей плаванию в детском саду./ Воронова Е.К– Москва, издательство Детство-Пресс.
- Осокина Т.И. , Тимофеева Е.А., Богина Т.Л. «Обучение плаванию в детском саду» книга для воспитателей детского сада и родителей. Москва, «Просвещение», 1991 г.
- Пищикова Н.Г. «Обучение плаванию детей дошкольного возраста. Занятия, игры, праздники» Москва, Издательство «Скрипторий 2003», 2008 г Сидорова И.В. «Как научить ребенка плавать» практическое пособие. Москва, АЙРИС ПРЕСС, 2011 г.
- Соколова Н.Г. «Плавание и здоровье малыша». Ростов-на-Дону, Феникс, 2007 г.
- Степаненкова Э.Я. «Методика физического воспитания». Москва, Издательский дом «Воспитание дошкольника», 2005 г. Галанов А.С. «Оздоровительные игры для дошкольников и младших школьников». СПб, Издательство «Речь», 2007 г.
- Ткаченко Т.А. «Развиваем мелкую моторику». Москва, ООО Издательство «Эксмо», 2010 г.
- Антонов Ю.Е., Кунзецова М.Н., Саулина Т.Ф. «Здоровый дошкольник.
- Социально-оздоровительная технология 21 века». Москва, 2000 г.
- Большакова И.А. «Маленький дельфин. Нетрадиционная методика обучения плаванию детей дошкольного возраста». Москва, Арктик, 2005 г. Мартынова Л.В., Попкова Т.Н. «Игры и развлечения на воде», Москва, 2006 г.
- Рыбак М.В. «Занятия в бассейне с дошкольниками. Растим детей здоровыми». – Москва, ТЦ Сфера, 2012 г.
- Чеменева А.А., Столмакова Т.В. «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста». СПб, Детство-пресс, 2011 г. Яблонская С.В., Циклис С.А. «Физкультура и плавание в детском саду». Москва, Тв. центр «Сфера», 2008 г.