

ПРИНЯТО  
Решением Педагогического совета  
ГБДОУ детского сада №43  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
Протокол от 31.08.2020 № 1

УТВЕРЖДЕНО  
заведующий ГБДОУ  
детским садом № 43  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
Приказ от 31.08.2020 № 65  
*Ю.В. Козловская*



## Рабочая программа

инструктора по физической культуре (по плаванию)  
**Сероштановой Анны Борисовны**  
на 2020-2021 учебный год

- Группы:** - средняя группа общеразвивющей направленности (5-й год жизни)
- старшая группа общеразвивющей направленности (6-й год жизни)
  - подготовительная к школе группа общеразвивющей направленности (7-й год жизни)
  - старшая группа компенсирующей направленности (6-й год жизни)
  - подготовительная к школе группа компенсирующей направленности (7-й год жизни)

Санкт-Петербург  
2020 год

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Целевой раздел.....	4
1.1 Пояснительная записка .....	4
2. Содержательный раздел рабочей программы.....	10
2.1 Содержание образовательной работы с детьми .....	10
2.2 Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения основной программы дошкольного образования по физическому развитию (плаванию) воспитанников (во всех группах).....	22
2.3 Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников .....	23
3. Организационный раздел рабочей программы.....	24
3.1 Структура реализации образовательной деятельности .....	24
3.2 Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию).....	24
3.3 Организация образовательного процесса воспитанников на дому .....	24
3.4 Создание развивающей предметно-пространственной среды .....	25
3.5 Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.) .....	26

## 1. Целевой раздел рабочей программы

### 1.1. Пояснительная записка

Цель	<p>- реализация содержания основной образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ №43 Невского района Санкт-Петербурга в соответствии с требованиями ФГОС дошкольного образования по физическому развитию воспитанников;</p> <p>-реализация содержания адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования для детей с ТНР ГБДОУ №43 Невского района Санкт-Петербурга в соответствии с требованиями ФГОС дошкольного образования по физическому развитию воспитанников.</p> <p>✓ Предстоящий новый учебный год имеет особенности в связи с эпидемиологической ситуацией по распространению новой коронавирусной инфекции COVID-19. В 2020/2021 учебном году Программа будет реализована в штатном очном режиме с применением электронных средств обучения и дистанционных технологий обучения, с соблюдением санитарно-эпидемиологических требований в условиях профилактики и предотвращения распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19).</p>
Задачи	<p><b>Оздоровительные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- повышать сопротивляемость организма влияниям внешней среды, путем его закаливания;</li> <li>- укреплять опорно-двигательный аппарат, формировать привычку правильной осанки;</li> <li>- содействовать повышению функциональных возможностей внутренних органов;</li> <li>- способствовать развитию навыков личной гигиены.</li> </ul> <p><b>Развивающие:</b></p> <p>✓ Физическое развитие:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- развивать физические качества, умение владеть своим телом в непривычной обстановке;</li> <li>- освоить технические элементы плавания;</li> <li>- сформировать умения плавать способами кроль на груди, кроль на спине в полной координации, при помощи рук брассом;</li> <li>- способствовать формированию у детей потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.</li> </ul> <p>✓ Познавательное развитие:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать представление о водных видах спорта;</li> <li>- формировать познавательные интересы и познавательные</li> </ul>

	<p>инициативы детей в соответствии с тематическим планированием ГБДОУ №43;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать целостную картину мира. <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Социально-коммуникативное развитие:</li> </ul> </li> <li>- формировать основы безопасности в процессе выполнения физических упражнений, подвижных игр, совместной деятельности педагога и детей;</li> <li>- формировать представление о гендерной принадлежности, развивать партнерские взаимоотношения в процессе двигательной деятельности;</li> <li>- осваивать навыки ухода за физкультурным инвентарем и спортивной одеждой.</li> <li>- формировать бережное отношение к личным вещам. <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Художественно-эстетическое развитие:</li> </ul> </li> <li>- развивать музыкально-ритмическую деятельность на основе основных движений и физических качеств;</li> <li>- использовать сюжетную деятельность для освоения движений в творческой форме.</li> </ul> <p><b>Воспитательные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- воспитывать морально-волевые качества;</li> <li>- воспитывать самостоятельность и организованность;</li> <li>- воспитывать бережное отношение к своему здоровью, привычку к закаливанию;</li> <li>- способствовать формированию у детей положительных эмоций от упражнений в воде;</li> <li>- воспитывать патриотизм;</li> <li>- воспитывать любовь к природе.</li> </ul>
<p>Принципы и подходы к формированию рабочей программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечение охраны жизни, физического и психического здоровья детей;</li> <li>- организация системы физкультурно-оздоровительной работы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей развития детей;</li> <li>- обеспечение лично-ориентированного подхода к физическому развитию воспитанников;</li> <li>- поиск возможности интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными особенностями детей;</li> <li>- опора на комплексно-тематический принцип построения образовательного процесса;</li> <li>- планирование образовательной деятельности в группах компенсирующей направленности в соответствии с лексическими темами учителя-логопеда;</li> <li>- построение процесса с учетом соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой;</li> <li>- обеспечение оздоровительной направленности;</li> <li>- формирование разностороннего и гармоничного развития личности;</li> <li>- учет постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередования нагрузок и отдыха;</li> </ul>

<p>Краткая педагогическая характеристика особенностей физического развития детей (по психолого-педагогическим особенностям физического развития детей (по возрастам))</p>	<p>- работа в единстве с семьей.</p> <p><b>Средний дошкольный возраст:</b></p> <p>Пятый год жизни является периодом интенсивного роста и развития ребёнка. В этом возрасте вес увеличивается за год в среднем на 1,5-2кг, рост—на 6-7см, к пяти годам средний вес ребенка достигает 17,5-19кг, рост—107-110см, окружность грудной клетки—54см.</p> <p>Взросли и физические возможности: движения стали значительно более уверенными и разнообразными. Дошкольники испытывают острую потребность в движении. В случае неудовлетворения этой потребности, ограничения активной двигательной деятельности они быстро перевозбуждаются, становятся непослушными, капризными. Эмоционально окрашенная деятельность становится не только средством физического развития, но и способом психологической разгрузки детей среднего дошкольного возраста, которых отличает довольно высокая возбудимость.</p> <p>Особенности опорно-двигательного аппарата. К пяти годам соотношение размеров различных отделов позвоночника у ребенка становится таким же, как у взрослого, но рост позвоночника продолжается вплоть до зрелого возраста. Скелет ребенка-дошкольника отличается гибкостью, так как процесс окостенения еще не закончен. В связи с этим детям 4—5 лет нельзя на физкультурных занятиях давать силовые упражнения, необходимо постоянно следить за правильностью их позы. Длительное сохранение одной позы может вызвать перенапряжение мускулатуры и в конечном итоге нарушение осанки. Поэтому на занятиях, связанных с сохранением статической позы, используются разнообразные формы физкультурных пауз. Мышцы развиваются в определенной последовательности: сначала крупные мышечные группы, потом мелкие. Поэтому следует строго дозировать нагрузку, в частности, для мелких мышечных групп.</p> <p>Органы дыхания. Потребность организма ребенка в кислороде возрастает за период от 3 до 5 лет на 40%. Происходит перестройка функции внешнего дыхания. Преобладающий у детей 2—3 лет брюшной тип дыхания к 5 годам начинает заменяться грудным. В возрасте 4—5 лет ритм сокращений сердца легко нарушается, поэтому при физической нагрузке сердечная мышца быстро утомляется. Нервные процессы — возбуждение и торможение — у ребенка, как и у взрослого, характеризуются тремя основными свойствами: силой, уравновешенностью и подвижностью. К 4—5 годам у ребенка возрастает сила нервных процессов, повышается их подвижность. Однако нервные процессы у ребенка среднего дошкольного возраста еще далеки от совершенства. Преобладает процесс возбуждения. При нарушении привычных условий жизни, при утомлении это проявляется в бурных эмоциональных реакциях, несоблюдении правил поведения. Бурные эмоции,</p>
---	--

суетливость, обилие движений у ребенка свидетельствуют о том, что процесс возбуждения у него преобладает и, сохраняя тенденцию к распространению, может перейти в повышенную нервную возбудимость. Важно, чтобы сложные системы связей, из которых складываются навыки, умения, упрочивались постепенно, на повторяющемся с усложнениями материале.

#### **Старший дошкольный возраст.**

Возраст 5—6 лет часто называют «периодом первого вытяжения», когда за год ребенок может вырасти на 7—10 см. Но все-таки эти показатели у детей шестого года жизни чуть ниже, чем у воспитанников подготовительной группы. На протяжении шестого года жизни средняя прибавка массы тела в месяц — 200,0 г, а роста — 0,5 см. Каждый возрастной этап характеризуется, кроме того, разной интенсивностью роста отдельных частей тела. Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребенка к пяти-шести годам еще не завершено. Позвоночный столб ребенка пяти-шести лет также чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций, связок. К шести годам у ребенка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы, особенно кистей рук. Поэтому дети относительно легко усваивают задания на ходьбу, бег, прыжки, но затрудняются в выполнении упражнений, требующих работы мелких мышц. Основой двигательной деятельности является развитие устойчивого равновесия. Размеры и строение дыхательных путей ребенка дошкольного возраста отличаются от таковых у взрослых. Так, они значительно уже, поэтому нарушения температурного режима и влажности воздуха в помещении приводят к заболеваниям органов дыхания. Жизненная емкость легких у ребенка пяти-шести лет в среднем 1100—1200 см<sup>3</sup>, но она зависит от многих факторов (длины тела, типа дыхания и др.). К семи годам у детей ярко выражен грудной тип дыхания. Число дыханий в минуту — в среднем 25. Исследования по определению общей выносливости у дошкольников (на примере беговых и прыжковых упражнений) показали, что резервные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем у детей достаточно высоки. Прыгать через скакалку дети могут в течение 5 минут. У многих потребность в двигательной активности настолько велика, что врачи и физиологи называют период от пяти до семи лет «возрастом двигательной расточительности». К пяти годам у ребенка по сравнению с периодом новорожденного размеры сердца увеличиваются в 4 раза. Так же интенсивно формируется и сердечная деятельность, но процесс этот не завершается даже у подростков. В первые годы жизни ребенка пульс его неустойчив и не всегда ритмичен. Средняя частота его к шести-семи годам составляет 92—95 ударов в минуту.

	<p>Развитие высшей нервной деятельности характеризуется ускоренным формированием ряда морфо-физиологических признаков. Бурно развиваются лобные доли мозга. На шестом году жизни ребенка совершенствуются основные нервные процессы: возбуждение и особенно торможение. Свойства нервных процессов (возбуждения и торможения) — сила, уравновешенность и подвижность — также совершенствуются. Дети быстрее отвечают на вопросы, меняют действия, движения, что позволяет увеличивать плотность занятий, включать в двигательные упражнения элементы, формирующие силу, скорость, выносливость. Но все-таки свойства нервных процессов, особенно подвижность, развиты недостаточно. Ребенок порой медленно реагирует на экстренную просьбу, в необходимых случаях не может быстро по сигналу оттолкнуться, отскочить, отпрыгнуть и др. У детей пяти-шести лет динамические стереотипы, составляющие биологическую основу навыков и привычек, формируются достаточно быстро, но перестройка их затруднена, что тоже свидетельствует о недостаточной подвижности нервных процессов. Ребенок, например, отрицательно реагирует на смену привычного уклада жизни. С целью совершенствования подвижности нервных процессов и придания гибкости формируемым навыкам используют прием создания нестандартной (на время частично измененной) обстановки при проведении подвижных игр, режимных мероприятий и т.д.</p> <p><b>Дети 6-7 лет.</b></p> <p>Седьмой год жизни — продолжение очень важного целостного периода в развитии детей, который начинается в пять лет и завершается к семи годам. На седьмом году продолжается становление новых психических образований, появившихся в пять лет. Вместе с тем дальнейшее развертывание этих образований создает психологические условия для появления новых линий и направлений развития. В шестилетнем возрасте идет процесс активного созревания организма. Вес ребенка увеличивается в месяц на 200 граммов, рост на 0,5 см, изменяются пропорции тела. В среднем рост 7-летних детей равен 113—122 см, средний вес — 21—25 кг. Области мозга сформированы почти как у взрослого. Хорошо развита двигательная сфера. Продолжаются процессы окостенения, но изгибы позвоночника еще неустойчивы. Идет развитие крупной и особенно мелкой мускулатуры. Интенсивно развивается координация мышц кисти. Общее физическое развитие тесно связано с развитием тонкой моторики ребенка. Тренировка пальцев рук является средством повышения интеллекта ребенка, развития речи и подготовки к письму.</p>
<p>Основания разработки рабочей программы (документы и программно-</p>	<p>-Закон РФ «Об образовании в РФ» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ); - Федеральный государственный образовательный стандарт</p>

методические материалы)	<p>дошкольного образования (приказ МОиН РФ от 17.10.2013 № 1155);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15. 05. 2013 г. № 26);</li> <li>- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 г. № 16 "Об утверждении санитарно- эпидемиологических правил СП 3.1/2.4 3598 -20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)";</li> <li>-Письмо Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и Министерства просвещения РФ от 12 августа 2020 г. №№ 02/16587-2020-24, ГД-1192/03 “Об организации работы общеобразовательных организаций”;</li> </ul>
Срок реализации рабочей программы	2020-2021 учебный год (01.09.2020 – 31.08.2021 года)
<p><u>Целевые ориентиры</u> освоения детьми группы образовательной программы (по плаванию)</p>	<p><b>Средний дошкольный возраст.</b> Дети 5-го года жизни <u>должны знать:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные правила безопасности поведения на воде;</li> <li>- правила личной гигиены;</li> <li>- основы здорового образа жизни.</li> </ul> <p><u>должны уметь:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- должны уметь плавать в надувных кругах при помощи ног на груди и спине;</li> <li>- погружаться в воду с головой.</li> </ul> <p><b>Старший дошкольный возраст.</b> Дети 6-го года жизни <u>должны знать:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные правила безопасности поведения на воде;</li> <li>- правила личной гигиены;</li> <li>- основы здорового образа жизни;</li> </ul> <p><u>должны иметь представление:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- о разных стилях плавания («кроль», «брасс», «дельфин»);</li> <li>- о водных видах спорта;</li> </ul> <p><u>должны уметь:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять вдох над водой выдох в воду;</li> <li>- скользить на груди и спине;</li> <li>- плавать при помощи ног, проплывать произвольным способом расстояние до 6-ти метров.</li> </ul> <p><b>Дети 6-7 лет.</b> <u>должны знать:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные правила безопасности поведения на воде;</li> <li>- правила личной гигиены;</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- основы здорового образа жизни;</li> <li><u>должны иметь представление:</u></li> <li>- о разных стилях плавания («кроль», «брасс», «дельфин»);</li> <li>- о водных видах спорта;</li> <li><u>должны уметь:</u></li> <li>- делать вдох над водой, затем выдох в воду от 3-ех до 10-ти раз подряд;</li> <li>- скользить на груди и спине;</li> <li>- работать ногами способами кроль на груди и кроль на спине;</li> <li>- плавать с доской в руках;</li> <li>- уметь плавать при помощи рук спортивными способами плавания.</li> </ul>
--	---

## **2. Содержательный раздел рабочей программы**

### **2.1. Содержание образовательной работы с детьми.**

#### **Средняя группа общеразвивающей направленности:**

Месяц № занятия	Темы	Основные задачи работы с детьми	Формы работы
1.	2.	3.	4.
09.20 №1, №2, №3	«Плаваем на суше»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Выполнять упражнения для профилактики плоскостопия, закаливания;</li> <li>2. Формировать представление об упражнениях по освоению с водой;</li> <li>3. Формировать представление о движениях рук и ног в воде при помощи имитационных упражнений</li> </ol>	занятие
10.20 №4, №5	Упражнения по освоению в воде	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Формировать в детях уверенность в безопасности при нахождении в воде;</li> <li>2. Развивать способность изображать морских обитателей, выполнять пальчиковую гимнастику по показу;</li> <li>3. Формировать навык движения ногами в воде</li> </ol>	занятие
10. 20 №6	«Морские фигуры»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Протестировать детей на предмет владения навыками выполнения упражнений в воде;</li> <li>2. Развивать у детей познавательные интересы;</li> <li>3. Доставить детям радость от упражнений в воде.</li> </ol>	совместная деятельность сюжетного характера
10. 20 №7, №8	Плавание на груди при помощи ног	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Закалывать;</li> <li>2. Формировать навыки работы ног при плавании на груди;</li> <li>3. Продолжать освоение детей с водой;</li> <li>4. Воспитывать смелость, внимательность.</li> </ol>	занятие
11. 20 №9	«Приключения лягушки путешественницы»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Формировать представления о перелетных птицах;</li> <li>2. Развивать познавательные интересы детей;</li> <li>3. Учить выполнять упражнения по показу;</li> <li>4. Формировать умение выполнять упражнения на задержке дыхания, плавать на груди при помощи ног.</li> </ol>	совместная деятельность сюжетного характера
11. 20 №10, №11,	Плавание на груди при помощи ног	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Закалывать;</li> <li>2. Формировать навыки работы ног при плавании</li> </ol>	занятие

№12		на груди; 3. Продолжать освоение детей с водой.	
12.20 №13, №14	«Морские обитатели хотят найти друзей...»	1.Профилактика плоскостопия; 2. Продолжать освоение детей в воде; 3. Формировать умение передвигаться в воде при помощи ног; 4. Развивать образное мышление.	совместная деятельность сюжетного характера
12.20 №15, №16	«Я лесок тебя люблю»	1.Профилактика плоскостопия; 2. Продолжать освоение детей в воде; 3. Формировать умение передвигаться в воде при помощи ног; 4. Развивать образное мышление.	совместная деятельность сюжетного характера
01.21 №17, №18 №19	«Зимние забавы»	1. Развивать координационные способности, выносливость;2. Развивать умение передвигаться в воде при помощи ног, ловить руками мячи и бросать их,3. Продолжать закаливание.	занятие
02.21 №20 №21, №22	«Вместе весело играть!»	1. Развивать координационные способности;2. Осваивать детей в воде;3. Формировать доброжелательное отношение друг к другу, умение делиться игрушками.	занятие
02.21 №22	«Аты, баты шли солдаты!»	1.Продолжать формировать представление о празднике «День защитника отечества»; 2. Развивать координационные способности; 3. Доставить детям радость.	совместная деятельность с элементами соревнования
03.21 №23 №24, №25	Игры на формирование навыка вдоха над водой, выдоха в воду, работы ног	1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду 2.Развивать координационные способности 3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди 4. Формировать навык движения при помощи ног на спине	занятие
03.21 №26	«Путешествие с золотой рыбкой к острову здоровья»	1. Закаливание организма; 2. Развитие дыхательной системы детей; развитие координационных способностей; 3. Формирование навыков выполнения вдоха над водой, выдоха в воду различной продолжительности, задержки дыхания; выполнения упражнений на задержке дыхания, согласования работы рук и дыхания в плавании брассом; 4. Активизация познавательных интересов - отгадывание загадок про морских обитателей; 5.Развитие воображения, творческого мышления; 6. Воспитание любви к природе	совместная деятельность сюжетного характера
04.21 №27	«Полетели к звездам!»	1. Формировать представление о празднике «День космонавтики» 2. Развивать общую выносливость, плавательные навыки 3. Доставить радость	совместная деятельность сюжетного характера

04.21 №28, №29 №30, №31	«Купаемся с игрушками»	1. Развивать координационные способности; 2. Развивать выносливость; 3. Формировать умение передвигаться в воде при помощи ног, ловить руками игрушки, называть, что они изображают.	занятие
05.21 №32 №33, №34	«Морские фигуры»	1. Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду; 2. Развивать координационные способности; 3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди; 4. Развивать познавательные интересы детей; 5. Формировать навык движения при помощи ног на спине	совместная деятельность сюжетного характера
12 05.21 №35	«Переправа»	1. Подвести итоги усвоения детьми программного материала (тестирование); 2. Развивать выносливость, ловкость; 3. Доставить детям радость.	Игровая деятельность с элементами соревнования

### Старшая группа общеразвивающей направленности:

Месяц № занятия	Темы	Основные задачи работы с детьми	Формы работы
1.	2.	3.	4.
09.20 №1, №2, №3	«Плаваем на суше»	1. Выполнять упражнения для профилактики плоскостопия, закаливания; 2. Формировать представление об упражнениях по освоению с водой; 3. Формировать представление о движениях рук и ног в воде при помощи имитационных упражнений	занятие
10.20 №4, №5	Упражнения по освоению в воде	1. Формировать в детях уверенность в безопасности при нахождении в воде; 2. Развивать способность изображать морских обитателей, выполнять пальчиковую гимнастику по показу; 3. Формировать навык движения ногами в воде при плавании кролем на груди, спине; 4. Формировать умение работать руками при плавании кролем на груди и брассом.	Занятие
10.20 №6	«Морские фигуры»	1. Протестировать детей на предмет владения навыками выполнения упражнений в воде; 2. Развивать у детей познавательные интересы; 3. Доставить детям радость от упражнений в воде.	совместная деятельность сюжетного характера
10.20 №7, №8	Плавание на груди при помощи ног	1. Закаливать; 2. Формировать навыки работы ног при плавании на груди и спине; 3. Продолжать формирование навыков работы рук в плавании кролем на груди, брассом; 4. Воспитывать смелость, внимательность.	Занятие
11.20 №9	«Приключения лягушки»	1. Формировать представления о перелетных птицах;	совместная деятельность

	путешественницы»	2. Развивать познавательные интересы детей; 3. Учить выполнять упражнения по показу; 4. Формировать умение выполнять упражнения на задержке дыхания, плавать на груди при помощи ног.	сюжетного характера
11.20 №10, №11, №12	Плавание на груди при помощи ног	1. Закалять; 2. Формировать навыки работы ног при плавании на груди и спине; 3. Формировать способность детей выполнять вдох над водой выдох в воду.	Занятие
12.20 №13, №14	«Морские обитатели хотят найти друзей...»	1. Профилактика плоскостопия; 2. Продолжать формировать способность детей выполнять вдох над водой выдох в воду; 3. Формировать умение передвигаться в воде при помощи ног на груди и на спине и при помощи рук брассом, кролем; 4. Развивать умение выполнять упражнения на лежание, всплытие, скольжение; 5. Развивать образное мышление.	совместная деятельность сюжетного характера
1.	2.	3.	4.
12.20 №15	«Я люблю тебя лесок...»	1. Профилактика плоскостопия; 2. Формировать умение передвигаться в воде при помощи ног кролем на груди и на спине; 3. Развивать мелкую моторику, путем выполнения пальчиковой гимнастики; 4. Развивать образное мышление.	совместная деятельность сюжетного характера
12.20 №16	«Край суровый, край прекрасный!»	1. Закалять организм; 2. Развивать выносливость и координационные способности; 3. Продолжать совершенствовать навыки ныряния и согласованной работы ног и дыхания в плавании на груди и спине; 4. Познакомить детей с природой крайнего севера России, формировать умение классифицировать животных, обитающих на севере и в других регионах. 5. Способствовать формированию положительных эмоций у детей от упражнений в воде, потребности в систематических занятиях физической культурой, 6. Воспитывать патриотизм, 7. Воспитывать любовь к природе.	
01.21 №17, №18 №19	«Зимние забавы»	1. Развивать координационные способности, выносливость; 2. Развивать умение передвигаться в воде при помощи ног и рук кролем и брассом, ловить руками мячи и бросать их. 3. Продолжать закаливание.	Занятие
02.21 №20 №21, №22	«Вместе весело играть!»	1. Развивать координационные способности; 2. Формировать доброжелательное отношение друг к другу, умение делиться игрушками; 3. Способствовать расширению кругозора детей в	Занятие с элементами соревнования

		процессе участия в подвижных играх в воде.	
02.21 №22	«Мы - морской десант!»	1.Продолжать формировать представление о празднике «День защитника отечества»; 2. Развивать координационные способности; 3. Развивать умение нырять, передвигаться под водой; 4. Доставить детям радость.	совместная деятельность с элементами соревнования
03.21 №23	«Путешествие с золотой рыбкой к острову здоровья»	1. Закаливание организма; 2. Развитие дыхательной системы детей; развитие координационных способностей; 3. Формирование навыков выполнения вдоха над водой, выдоха в воду различной продолжительности, задержки дыхания; выполнения упражнений на задержке дыхания, согласования работы рук и дыхания в плавании брассом; 4. Активизация познавательных интересов - отгадывание загадок про морских обитателей.	совместная деятельность сюжетного характера
03.21 №24 №25, №26	Игры на формирование навыка вдоха над водой, выдоха в воду, работы ног	1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду 2.Развивать координационные способности 3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног и рук на груди и спине 4. Формировать навык движения при помощи рук брассом; 5. Выполнять упражнения для согласования работы рук, ног и дыхания в плавании кролем на груди и кролем на спине.	Занятие
04.21 №27	«Полетели к звездам!»	1. Формировать представление о празднике «День космонавтики»; 2. Развивать общую выносливость, координационные способности, плавательные навыки, мелкую моторику; 3. Выполнять упражнения для согласования работы рук, ног и дыхания в плавании кролем на груди и кролем на спине. 4. Доставить радость.	совместная деятельность сюжетного характера
04.21 №28, №29 №30, №31	«Путешествие в океанариум»	1. Профилактика простудных заболеваний, закаливание организма, профилактика нарушений осанки. 2. В игровой форме выполнять упражнения по освоению с водой, формировать представление о различных животных. 3. Развивать выносливость и координационные способности. 4. Воспитывать смелость и внимательность при выполнении заданий инструктора; 5. Выполнять упражнения для согласования работы рук, ног и дыхания в плавании кролем на	совместная деятельность сюжетного характера

		грудь и кролем на спине.	
05.21 №32 №33, №34	«Морские фигуры»	1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду; 2.Развивать координационные способности; 3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди и спине; 4.Развивать познавательные интересы детей; 5. Выполнять упражнения для согласования работы рук, ног и дыхания в плавании кролем на груди и кролем на спине.	совместная деятельность сюжетного характера
05.21 №34	«Люблю, тебя, Петра творенье!»	1. Закаливание организма. 2. Развивать выносливость и координационные способности, 3. Продолжать совершенствовать навыки согласованной работы ног и рук в плавании кролем на груди и брассом, 4. Продолжать знакомить детей с историей г. Санкт-Петербурга, формировать умение составлять из букв слова; 5. Воспитывать патриотизм, 6. Формировать интерес к истории и культуре Санкт-Петербурга, 7. Воспитывать любовь к родному городу.	совместная деятельность сюжетного характера
05.21 №35	«Переправа»	1. Подвести итоги усвоения детьми программного материала (тестирование); 2. Развивать выносливость, ловкость; 3.Доставить детям радость.	Игровая деятельность с элементами соревнования

### Старшая группа компенсирующей направленности:

Месяц № занятия	Темы	Основные задачи работы с детьми	Формы работы
1.	2.	3.	4.
09.20 №1, №2, №3	«Плаваем на суше», «Наши игры и игрушки»	1. Выполнять упражнения для профилактики плоскостопия, закаливания; 2. Формировать представление об упражнениях по освоению с водой; 3. Формировать представление о движениях рук и ног в воде при помощи имитационных упражнений	занятие
10.20 №4, №5	Упражнения по освоению в воде «Фрукты, овощи»	1. Формировать в детях уверенность в безопасности при нахождении в воде; 2. Развивать способность изображать морских обитателей, выполнять пальчиковую гимнастику по показу; 3. Формировать навык движения ногами в воде при плавании кролем на груди, спине; 4. Формировать умение работать руками при плавании кролем на груди и брассом.	занятие
10.20 №6	«Морские фигуры»	1. Протестировать детей на предмет владения навыками выполнения упражнений в воде;	совместная деятельность

		2. Развивать у детей познавательные интересы; 3. Доставить детям радость от упражнений в воде.	сюжетного характера
10.20 №7, №8	Плавание на груди при помощи ног «Перелетные птицы»	1. Закалять; 2. Формировать навыки работы ног при плавании на груди и спине; 3. Продолжать формирование навыков работы рук в плавании кролем на груди, брассом; 4. Воспитывать смелость, внимательность.	занятие
11.20 №9	«Приключения лягушки путешественницы»	1. Формировать представления о перелетных птицах; 2. Развивать познавательные интересы детей; 3. Учить выполнять упражнения по показу; 4. Формировать умение выполнять упражнения на задержке дыхания, плавать на груди при помощи ног.	совместная деятельность сюжетного характера
11.20 №10, №11, №12	Плавание на груди при помощи ног	1. Закалять; 2. Формировать навыки работы ног при плавании на груди и спине; 3. Формировать способность детей выполнять вдох над водой выдох в воду.	занятие
12.20 №13, №14	«Морские обитатели хотят найти друзей...»	1. Профилактика плоскостопия; 2. Продолжать формировать способность детей выполнять вдох над водой выдох в воду; 3. Формировать умение передвигаться в воде при помощи ног на груди и на спине и при помощи рук брассом, кролем; 4. Развивать умение выполнять упражнения на лежание, всплытие, скольжение; 5. Развивать образное мышление.	совместная деятельность сюжетного характера
12.20 №15	«Я люблю тебя лесок...»	1. Профилактика плоскостопия; 2. Формировать умение передвигаться в воде при помощи ног кролем на груди и на спине; 3. Развивать мелкую моторику, путем выполнения пальчиковой гимнастики; 4. Развивать образное мышление.	совместная деятельность сюжетного характера
12.20 №16	«Край суровый, край прекрасный!»	1. Закалять организм; 2. Развивать выносливость и координационные способности; 3. Продолжать совершенствовать навыки ныряния и согласованной работы ног и дыхания в плавании на груди и спине; 4. Познакомить детей с природой крайнего севера России, формировать умение классифицировать животных, обитающих на севере и в других регионах. 5. Способствовать формированию положительных эмоций у детей от упражнений в воде, потребности в систематических занятиях физической культурой, 6. Воспитывать патриотизм, 7. Воспитывать любовь к природе.	

01.21 №17, №18 №19	«Зимние забавы»	1. Развивать координационные способности, выносливость; 2. Развивать умение передвигаться в воде при помощи ног и рук кролем и брассом, ловить руками мячи и бросать их. 3. Продолжать закаливание.	занятие
02.21 №20 №21, №22	«Вместе весело играть!»	1. Развивать координационные способности; 2. Формировать доброжелательное отношение друг к другу, умение делиться игрушками; 3. Способствовать расширению кругозора детей в процессе участия в подвижных играх в воде.	Занятие с элементами соревнования
02.21 №22	«Мы - морской десант!»	1. Продолжать формировать представление о празднике «День защитника отечества»; 2. Развивать координационные способности; 3. Развивать умение нырять, передвигаться под водой; 4. Доставить детям радость.	совместная деятельность с элементами соревнования
03.21 №23	«Путешествие с золотой рыбкой к острову здоровья»	1. Закаливание организма; 2. Развитие дыхательной системы детей; развитие координационных способностей; 3. Формирование навыков выполнения вдоха над водой, выдоха в воду различной продолжительности, задержки дыхания; выполнения упражнений на задержке дыхания, согласования работы рук и дыхания в плавании брассом; 4. Активизация познавательных интересов - отгадывание загадок про морских обитателей.	совместная деятельность сюжетного характера
03.21 №24 №25, №26	Игры на формирование навыка вдоха над водой, выдоха в воду, работы ног «Букет для мамы» «Морские обитатели» «В гостях у сказки»	1. Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду 2. Развивать координационные способности 3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног и рук на груди и спине 4. Формировать навык движения при помощи рук брассом; 5. Выполнять упражнения для согласования работы рук, ног и дыхания в плавании кролем на груди и кролем на спине.	занятие
04.21 №27	«Полетели к звездам!»	1. Формировать представление о празднике «День космонавтики»; 2. Развивать общую выносливость, координационные способности, плавательные навыки, мелкую моторику; 3. Выполнять упражнения для согласования работы рук, ног и дыхания в плавании кролем на груди и кролем на спине. 4. Доставить радость.	совместная деятельность сюжетного характера
04.21 №28, №29 №30, №31	«Путешествие в океанариум»	1. Профилактика простудных заболеваний, закаливание организма, профилактика нарушений осанки.	совместная деятельность сюжетного



		<p>2. В игровой форме выполнять упражнения по освоению с водой, формировать представление о различных животных.</p> <p>3. Развивать выносливость и координационные способности.</p> <p>4. Воспитывать смелость и внимательность при выполнении заданий инструктора;</p> <p>5. Выполнять упражнения для согласования работы рук, ног и дыхания в плавании кролем на груди и кролем на спине.</p>	характера
05.21 №32 №33, №34	«Морские фигуры»	<p>1. Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду;</p> <p>2. Развивать координационные способности;</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди и спине;</p> <p>4. Развивать познавательные интересы детей;</p> <p>5. Выполнять упражнения для согласования работы рук, ног и дыхания в плавании кролем на груди и кролем на спине.</p>	совместная деятельность сюжетного характера
05.21 №34	«Люблю, тебя, Петра творенье!»	<p>1. Закаливание организма.</p> <p>2. Развивать выносливость и координационные способности,</p> <p>3. Продолжать совершенствовать навыки согласованной работы ног и рук в плавании кролем на груди и брассом,</p> <p>4. Продолжать знакомить детей с историей г. Санкт-Петербурга, формировать умение составлять из букв слова;</p> <p>5. Воспитывать патриотизм,</p> <p>6. Формировать интерес к истории и культуре Санкт-Петербурга,</p> <p>7. Воспитывать любовь к родному городу.</p>	совместная деятельность сюжетного характера
05.21 №35	«Переправа»	<p>1. Подвести итоги усвоения детьми программного материала (тестирование);</p> <p>2. Развивать выносливость, ловкость;</p> <p>3. Доставить детям радость.</p>	Игровая деятельность с элементами соревнования

**Подготовительная группа компенсирующей направленности:**

Месяц № занятия	Темы	Основные задачи работы с детьми	Формы работы
1.	2.	3.	4.
09.20 №1, №2, №3	«Плаваем на суше»	<p>1. Выполнять упражнения для профилактики плоскостопия, закаливания;</p> <p>2. Формировать представление об упражнениях по освоению с водой;</p> <p>3. Формировать представление о движениях рук и ног в воде при помощи имитационных упражнений</p>	занятие
10.20 №4, №5	Упражнения по освоению в воде	1. Формировать в детях уверенность в безопасности при нахождении в воде;	занятие

		<p>2. Развивать способность изображать морских обитателей, выполнять пальчиковую гимнастику по показу;</p> <p>3. Формировать навык движения ногами в воде при плавании кролем на груди, спине;</p> <p>4. Формировать умение работать руками при плавании кролем на груди и брассом.</p>	
10.20 №6	«Морские фигуры»	<p>1. Протестировать детей на предмет владения навыками выполнения упражнений в воде;</p> <p>2. Развивать у детей познавательные интересы;</p> <p>3. Доставить детям радость от упражнений в воде.</p>	совместная деятельность сюжетного характера
10.20 №7, №8	Плавание на груди при помощи ног	<p>1. Закалять;</p> <p>2. Формировать навыки работы ног при плавании на груди и спине;</p> <p>3. Продолжать формирование навыков работы рук в плавании кролем на груди, брассом;</p> <p>4. Воспитывать смелость, внимательность.</p>	занятие
11.20 №9	«Приключения лягушки путешественницы»	<p>1. Формировать представления о перелетных птицах;</p> <p>2. Развивать познавательные интересы детей;</p> <p>3. Учить выполнять упражнения по показу;</p> <p>4. Формировать умение выполнять упражнения на задержке дыхания, плавать на груди при помощи ног.</p>	совместная деятельность сюжетного характера
11.20 №10, №11, №12	Плавание на груди при помощи ног	<p>1. Закалять;</p> <p>2. Формировать навыки работы ног при плавании на груди и спине;</p> <p>3. Формировать способность детей выполнять вдох над водой выдох в воду.</p>	занятие
12.20 №13, №14	«Морские обитатели хотят найти друзей...»	<p>1. Профилактика плоскостопия;</p> <p>2. Продолжать формировать способность детей выполнять вдох над водой выдох в воду;</p> <p>3. Формировать умение передвигаться в воде при помощи ног на груди и на спине и при помощи рук брассом, кролем;</p> <p>4. Развивать умение выполнять упражнения на лежание, всплытие, скольжение;</p> <p>5. Развивать образное мышление.</p>	совместная деятельность сюжетного характера
12.20 №15	«Я люблю тебя лесок...»	<p>1. Профилактика плоскостопия;</p> <p>2. Формировать умение передвигаться в воде при помощи ног кролем на груди и на спине;</p> <p>3. Развивать мелкую моторику, путем выполнения пальчиковой гимнастики;</p> <p>4. Развивать образное мышление.</p>	совместная деятельность сюжетного характера
12.20 №16	«Край суровый, край прекрасный!»	<p>1. Закалять организм;</p> <p>2. Развивать выносливость и координационные способности;</p> <p>3. Продолжать совершенствовать навыки ныряния и согласованной работы ног и дыхания в плавании на груди и спине;</p> <p>4. Познакомить детей с природой крайнего севера</p>	

		<p>России, формировать умение классифицировать животных, обитающих на севере и в других регионах.</p> <p>5. Способствовать формированию положительных эмоций у детей от упражнений в воде, потребности в систематических занятиях физической культурой,</p> <p>6. Воспитывать патриотизм,</p> <p>7. Воспитывать любовь к природе.</p>	
01.21 №17, №18 №19	«Зимние забавы»	<p>1. Развивать координационные способности, выносливость; 2. Развивать умение передвигаться в воде при помощи ног и рук кролем и брассом, ловить руками мячи и бросать их. 3. Продолжать закаливание.</p>	занятие
02.21 №20 №21, №22	«Вместе весело играть!»	<p>1. Развивать координационные способности;</p> <p>2. Формировать доброжелательное отношение друг к другу, умение делиться игрушками;</p> <p>3. Способствовать расширению кругозора детей в процессе участия в подвижных играх в воде.</p>	Занятие с элементами соревнования
02.21 №22	«Мы - морской десант!»	<p>1. Продолжать формировать представление о празднике «День защитника отечества»;</p> <p>2. Развивать координационные способности;</p> <p>3. Развивать умение нырять, передвигаться под водой;</p> <p>4. Доставить детям радость.</p>	совместная деятельность с элементами соревнования
03.21 №23	«Путешествие с золотой рыбкой к острову здоровья»	<p>1. Закаливание организма;</p> <p>2. Развитие дыхательной системы детей; развитие координационных способностей;</p> <p>3. Формирование навыков выполнения вдоха над водой, выдоха в воду различной продолжительности, задержки дыхания; выполнения упражнений на задержке дыхания, согласования работы рук и дыхания в плавании брассом;</p> <p>4. Активизация познавательных интересов - отгадывание загадок про морских обитателей.</p>	совместная деятельность сюжетного характера
03.21 №24 №25, №26	Игры на формирование навыка вдоха над водой, выдоха в воду, работы ног	<p>1. Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2. Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног и рук на груди и спине</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи рук брассом;</p> <p>5. Выполнять упражнения для согласования работы рук, ног и дыхания в плавании кролем на груди и кролем на спине.</p>	занятие
04.21 №27	«Полетели к звездам!»	<p>1. Формировать представление о празднике «День космонавтики»;</p> <p>2. Развивать общую выносливость,</p>	совместная деятельность сюжетного характера

		<p>координационные способности, плавательные навыки, мелкую моторику;</p> <p>3. Выполнять упражнения для согласования работы рук, ног и дыхания в плавании кролем на груди и кролем на спине.</p> <p>4. Доставить радость.</p>	
04.21 №28, №29 №30, №31	«Путешествие в океанариум»	<p>1. Профилактика простудных заболеваний, закаливание организма, профилактика нарушений осанки.</p> <p>2. В игровой форме выполнять упражнения по освоению с водой, формировать представление о различных животных.</p> <p>3. Развивать выносливость и координационные способности.</p> <p>4. Воспитывать смелость и внимательность при выполнении заданий инструктора;</p> <p>5. Выполнять упражнения для согласования работы рук, ног и дыхания в плавании кролем на груди и кролем на спине.</p>	совместная деятельность сюжетного характера
05.21 №32 №33, №34	«Морские фигуры»	<p>1. Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду;</p> <p>2. Развивать координационные способности;</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди и спине;</p> <p>4. Развивать познавательные интересы детей;</p> <p>5. Выполнять упражнения для согласования работы рук, ног и дыхания в плавании кролем на груди и кролем на спине.</p>	совместная деятельность сюжетного характера
05.21 №34	«Люблю, тебя, Петра творенье!»	<p>1. Закаливание организма.</p> <p>2. Развивать выносливость и координационные способности,</p> <p>3. Продолжать совершенствовать навыки согласованной работы ног и рук в плавании кролем на груди и брассом,</p> <p>4. Продолжать знакомить детей с историей г. Санкт-Петербурга, формировать умение составлять из букв слова;</p> <p>5. Воспитывать патриотизм,</p> <p>6. Формировать интерес к истории и культуре Санкт-Петербурга,</p> <p>7. Воспитывать любовь к родному городу.</p>	совместная деятельность сюжетного характера
05.21 №35	«Переправа»	<p>1. Подвести итоги усвоения детьми программного материала (тестирование);</p> <p>2. Развивать выносливость, ловкость;</p> <p>3. Доставить детям радость.</p>	Игровая деятельность с элементами соревнования

**2.2. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения основной программы дошкольного образования по физическому развитию (плаванью) воспитанников (во всех группах)**

Объект педагогической диагностики (мониторинга)	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
Индивидуальные достижения детей в образовательной области: "Физическое развитие"	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Наблюдение</li> <li>- Тестирование</li> </ul> <p><b>средние группы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ныряние в воду на задержке дыхания;</li> <li>- упражнения: звездочка на груди и спине, торпеды на груди;</li> <li>- плавание на спине при помощи ног. (все упражнения делаем в надуватниках).</li> </ul> <p><b>старшие группы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- вдох над водой выдох в воду;</li> <li>- скольжение на груди и спине;</li> <li>- плавание при помощи ног на груди и на спине;</li> <li>- плавание произвольным способом до 6-ти метров.</li> </ul> <p><b>подготовительные к школе группы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-вдох над водой, затем выдох в воду от 3-ех до 10-ти раз подряд;</li> <li>- скольжение на груди и спине;</li> <li>- плавание при помощи ног способами кроль на груди и кроль на спине;</li> <li>- плавание с доской в руках;</li> <li>- плавание кролем на груди и спине</li> </ul>	2 раза в год	2 недели в каждой группе	Сентябрь Май

### 2.3. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников

Месяц	Темы	Группы	Формы работы	Дополнительная информация
IX-2020 г.	«Адаптация» «Правила поведения на воде»	все	Беседа (родительский чат) Презентация	
X-2020г.	«Контроль посещаемости»	все	Беседа(родительский чат)	Индивидуально с родителями, у чьих детей высокая степень водобоязни
XI-2020 г.	«Контроль посещаемости»	все	Беседа(родительский чат)	Индивидуально с родителями, у чьих детей высокая степень водобоязни
XII-2020 г.	Демонстрация достижений детей	все	Открытое занятие (видеозапись)	

<b>I-2021 г.</b>	Заповедники	все	фотоколлаж	Информация о мероприятии
<b>II-2021 г.</b>	«Мы – морской десант!»	старшие, подготовит.	Праздник на воде	Информация о мероприятии
<b>III-2021 г.</b>	«Нам весело плавать!»	все	фотоколлаж	Информация о мероприятии
<b>IV-2021 г.</b>	Рекомендации по поступлению в СДЮШОР по водным видам спорта «Невская волна»	подготовит.	Беседа	Индивидуально
<b>V-2021 г.</b>	Демонстрация достижений детей Правила поведения на воде	все все	Открытое занятие Наглядная агитация по группам	Информация о мероприятии

### **3. Организационный раздел рабочей программы.**

#### **3.1. Структура реализации образовательной деятельности**

<b>Совместная деятельность педагога с детьми</b>	<b>Самостоятельная деятельность детей</b>	<b>Виды деятельности, технологии</b>	<b>Индивидуальный маршрут развития ребенка</b>
Занятия по плаванию в каждой возрастной группе – <b>1 раз в неделю</b> . Совместная деятельность сюжетного характера в каждой возрастной группе – <b>1 раз в месяц</b>	Разучивание игр, в которые можно играть, как в воде, так и на суше. Разучивание комплексов имитационных упражнений. Разучивание дыхательных упражнений, для самостоятельного выполнения во время принятия вечерних ванн.	- <b>Здоровье сберегающие технологии;</b> - <b>Личностно-ориентированные;</b> - <b>Игровые технологии;</b> - <b>Технологии проектной деятельности;</b> - <b>Технология интегрированного занятия;</b> - <b>Информационно-коммуникативные технологии.</b>	На основе принадлежности детей к группам здоровья и по результатам педагогической диагностики, инструктор осуществляет индивидуальный подход к занимающимся при планировании и организации образовательного процесса.

#### **3.2 Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию)**

(в соответствии с требованиями СанПиН, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15. 05. 2013 г. № 26)

<b>Группы</b>	<b>Продолжительность одного занятия по физическому развитию</b>	<b>Количество образовательных занятий по физическому развитию <u>в неделю</u></b>
---------------	---	---

Средние	20 мин.	1
Старшие	25 мин.	1
Подготовительные к школе	30 мин.	1

### 3.3 Организация образовательного процесса воспитанников на дому

В условиях ухудшения эпидемиологической ситуации в регионе или стране, в условиях введения карантина, в связи с погодными явлениями или высоким уровнем заболеваемости реализация программы будет осуществляться с использованием дистанционных образовательных технологий.

Методы:

- словесный;
- наглядный.

Средства:

- физические упражнения (общеразвивающие физические упражнения, специальные физические упражнения, имитационные упражнения, составленные в форме комплексов сухого плавания);

- игровые упражнения (на формирование навыков дыхания в плавании; на взаимодействие с водой в процессе умывания, на освоение в воде в процессе принятия ванны).

Формы организации занятий:

- комплексы сухого плавания составлены в двух вариантах: в виде печатного документа и видеоролика. Материалы выкладываются еженедельно в социальных сетях – в группах Whatsapp, родительских группах VK «Академия родительства»,

- игровые упражнения представлены в виде печатной картотеки игр «Поиграйте в ванной».

### 3.4 Создание развивающей предметно-пространственной среды

Образовательная область	Обогащение (пополнение) развивающей предметно-пространственной среды	
	Содержание	Срок (месяц)
Физическое развитие (плавание)	Плавательные доски;	сентябрь
	Игрушки, предметы, плавающие разных форм и размеров;	
	Игрушки и предметы, тонущие разных форм и размеров;	
	Нарукавники;	январь в течение года
	Очки для плавания;	
	Поролоновые палки (нудлсы);	
	Мячи разных размеров;	
	Обручи плавающие и с грузом;	апрель
	Аквагантели;	
	Магнитная доска, магнитные буквы, магнитные цифры;	
Создание мобильной полосы препятствий в бассейне;	февраль	
Полипропиленовый конструктор;		
Акваплот;	сентябрь	
Плакаты «Правила поведения на воде»;		
«Правила поведения в бассейне»;		
Иллюстрации с изображением водных видов спорта;		
Подборки картин с изображением морских	в течение	

	<p>животных;          Картины, схемы, фотографии,          иллюстрирующие различные способы и стили плавания;          Фонотека записей музыкальных произведений для проведения комплексов упражнений в воде.          Картотека игр и упражнений на воде для каждой возрастной группы;          Картотека комплексов дыхательных упражнений;          Картотека упражнений с элементами акваэробики и синхронного плавания;          Подборка стихов, потешек, загадок о воде, плавании, морских обитателях, животных, птиц;          Подборка комплексов пальчиковой гимнастики.</p>	<p>года           октябрь           в течение года</p>
--	--	--

### 3.5 Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.)

Образовательная область, направление образовательной деятельности	Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.)
<p><b>Физическое развитие (плавание)</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Воронова Е. К. Программа обучения плаванию в детском саду. - СПб. «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2003.-80 с.</li> <li>2.Оздоровительный комплекс в детском саду: бассейн –фитобар - сауна: Методическое пособие, Коллектив авторов, под ред. Б. Б. Егорова. - М. : Издательство «ГНОМ и Д», 2004.- 160 с.</li> <li>3.Осокина Т. И. Как научить детей плавать: Пособие для воспитателя дет.сада – М. : Просвещение, 1985.-80 с.</li> <li>4.Осокина Т. И. и др. Обучение плаванию в детском саду: Кн. для воспитателя дет.сада и родителей-М. : Просвещение, 1991.-159 с.</li> <li>5.Программы начального обучения плаванию; Под ред. С. И. Ежиковой – Москва, 1983.- 70 с.</li> <li>6.Лоурэнс Д. М. Акваэробика. Упражнения в воде. М; 2000.</li> <li>7.Яковлева С. А. Игры и обучение плаванию младших дошкольников. // Инструктор по физкультуре. – 2009. – с. 96.</li> <li>8.Рокосовская Л. Г. Обучение плаванию способом брасс. // Инструктор по физкультуре. – 2017. – с. 55.</li> <li>9.Аскарлова Г. Н. Использование нестандартного оборудования в обучении дошкольников плаванию. // Инструктор по физкультуре. – 2009. – с. 38.</li> <li>10.Есипова С. Н. Взаимодействие ДОУ и семьи по обучению детей плаванию. // Инструктор по физкультуре. – 2009. – с. 94.</li> <li>11.Полунина Н. С. Обучение детей танцам на воде с элементами синхронного плавания. // Инструктор по физкультуре. – 2010. – с. 98.</li> <li>12.Яблонская С. В., Циклис С. А. Физкультура и плавание в детском саду. – М., 2008.</li> </ol>



	<p>13.Фирсов З. П. Плавание для всех. – М., 1983.  14.Булгакова Н. Ж. Учите детей плавать. – М., 1977.  15.Левин Г. Плавание для малышей. – М., 1974.  16.Горбунов В. В. Вода дарит здоровье. – М., 1990.  17.Литвинов А. А., Иванчин Е. В. Азбука плавания. – СПб. 1995.  18. Интернет. Федеральный портал «Дополнительное образование детей»<a href="http://www.vidod.edu.ru">http://www.vidod.edu.ru</a>  19.Интернет. Международный образовательный портал Маам.2010-2016 Свидетельство о регистрации средства массовой информации Эл №ФС77-57008</p>
<p><b>Педагогическая диагностика</b></p>	<p>Детство: Примерная образовательная программа дошкольного образования/ Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева и др. – Спб. : ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014.</p>