



**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 62 Приморского района Санкт-Петербурга**

---

ПРИНЯТ:

Педагогическим советом ОУ  
ГБДОУ детский сад № 62  
Приморского района Санкт-Петербурга  
Протокол от 30.08.2021 г. №1

УТВЕРЖДЕН:

Приказом ГБДОУ детский сад № 62  
Приморского района Санкт-Петербурга  
от 30.08.2021 г. № 36-01/2  
Заведующий



В.М. Янковская

Янковская  
Валентина  
Михайловна

Подписано цифровой  
подписью: Янковская  
Валентина  
Михайловна  
Дата: 2021.09.01  
12:08:08 +03'00'

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

*Срок реализации: 2021-2022 учебный год  
Составитель:  
Копягина Н.С., инструктор по ФК*

Санкт-Петербург  
2021

Содержание

	<b>Наименования разделов</b>	<b>Стр.</b>
<b>1.</b>	<b>Пояснительная записка</b>	3
1.1	Актуальность программы	3
1.2	Теоретические основы программы и специфика содержания программы	4
1.3	Возрастные и индивидуальные особенности детей, особенности образовательного учреждения, особенности региона	7
1.4	Цель и задачи в соответствии с ФГОС ДО	28
1.5	Условия, необходимые для реализации программы	31
1.6	Особенности организации педагогического процесса	33
1.7	Используемые образовательные технологии	36
1.8	Временная продолжительность реализации программы, срок реализации	37
1.9	Инструментарий определения эффективности освоения детьми содержания рабочей программы	37
<b>2.</b>	<b>Проектирование образовательного процесса</b>	46
2.1	Комплексно-тематический план	49
2.2	Расписание непосредственно-образовательной деятельности (НОД) инструктора ФК	133
<b>3.</b>	<b>Информационно-методическое обеспечение программы</b>	134
	<i>Приложение 1. Протоколы тестирования</i>	141
	<i>Приложение 2. Конспект интегрированного детско-родительского мероприятия</i>	143

## **Пояснительная записка**

### **1.1 Актуальность программы**

Закон «Об образовании в Российской Федерации» ст. 48 «Обязанности и ответственность педагогических работников» гласит:

«1. Педагогические работники обязаны:

1) осуществлять свою деятельность на высоком профессиональном уровне, обеспечивать в полном объеме реализацию преподаваемых учебных предметов, курса, дисциплины (модуля) в соответствии с утвержденной рабочей программой».

В концепции дошкольного воспитания решению проблем, связанных с охраной и укреплением здоровья детей, отводится ведущее место. Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей – одна из главных стратегических задач развития страны.

Эта задача регламентируется и обеспечивается такими нормативно-правовыми документами как Закон РФ «Об образовании» (ст.51), «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», а также Указами Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения Российской Федерации», «Об утверждении основных направлений государственной и социальной политики по улучшению положения детей в

Российской Федерации» и другие. Одним из важнейших средств воспитания здорового ребенка с самого раннего возраста, несомненно, является физическая культура. Правильная организация непосредственно- образовательной деятельности по физической культуре способствует гармоничному развитию жизненно необходимых физических качеств детей: ловкости, гибкости, быстроты, силы, выносливости, а также выработке гигиенических навыков.

Плавание в детских образовательных учреждениях приобрело большую популярность, прежде всего потому, что появилась возможность эффективного закаливания детей. Важно обучить детей плаванию, но не следует забывать и о больших оздоровительных возможностях бассейна детского сада. В последние годы среди средств оздоровления детей в ДОО всё чаще упоминается плавательный бассейн. Занятия плаванием широко

пропагандируются как мощное средство укрепления здоровья и закаливания организма детей дошкольного возраста. Каждый человек должен уметь плавать. И чем раньше он научится, тем лучше для него. Купание, игры в воде, плавание оказывают благоприятное воздействие на всестороннее физическое развитие ребёнка. Регулярные занятия плаванием положительно влияют на закаливание детского организма: совершенствуется

механизм терморегуляции, повышаются иммунологические свойства, улучшается адаптация к разнообразным условиям внешней среды. Также укрепляется нервная система, крепче становится сон, улучшается аппетит, повышается общий тонус организма, совершенствуются движения, увеличивается выносливость. Во время занятий плаванием детям прививаются умения и навыки самообслуживания, что очень важно для их всестороннего развития. Умение плавать часто может сохранить не только здоровье, но и жизнь ребёнка

В нашем детском саду, на занятиях по плаванию, физкультурно-оздоровительная направленность, является приоритетной. Поэтому главная задача в ДОО – обеспечение полноценного физического развития детей.

## **1.2 Теоретические основы программы и специфика содержания программы**

Рабочая программа (далее Программа) является документом, обосновывающим выбор цели, содержания, применяемых методик и технологий, форм организации воспитательно-образовательного процесса в группе. Она представляет собой модель процесса воспитания и обучения детей, охватывающую все основные моменты их жизнедеятельности с учетом приоритетности видов детской деятельности в данном возрастном периоде, обеспечивает разностороннее гармоничное развитие детей с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям: социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

Программа разработана на основе ряда документов:

Федеральный закон «Об образовании в РФ» от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ;

Санитарные правила СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";

Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;

Основная образовательная программа дошкольного образования ГБДОУ детский сад №62 Приморского района Санкт-Петербурга;

Положение о рабочей программе педагога ГБДОУ детский сад №62 Приморского района Санкт-Петербурга.

В свою очередь, ООП ДО ГБДОУ детский сад №62 Приморского района Санкт-Петербурга разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 № 1155), с учетом Примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию протокол от 20.05.2015г. №2/15, а также парциальных образовательных программ (часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений).

Программа построена на позициях гуманно-личностного отношения к ребенку и направлена на его всестороннее развитие, формирование духовных и общечеловеческих ценностей, а также способностей и интегративных качеств.

В Программе отсутствуют жесткая регламентация знаний детей и предметный центризм в обучении.

Особая роль в Программе уделяется игровой деятельности как ведущей в дошкольном детстве.

Программа строится на важнейшем дидактическом принципе – развивающем обучении и на научном положении Л.С. Выготского о том, что правильно организованное обучение «ведет» за собой развитие. Таким образом, развитие в рамках Программы выступает как важнейший результат успешности воспитания и образования детей.

В Программе комплексно представлены все основные содержательные линии воспитания и образования ребенка от рождения до школы.

Данная программа входит в вариативную часть, которую формирует образовательное учреждение как третье занятие по физическому развитию. Программа построена на основе программы Т.И. Осокиной «Обучение плаванию в детском саду». Эта одна из базовых программ, в которой представлена система работы по обучению плаванию детей 2-7 лет, а также раскрыты вопросы, касающиеся организации и методики обучения в различных условиях.

Программа основана на следующих принципах, которые структурируют Программу и позволяют реализовать поставленные цели и задачи:

- *принцип развивающего образования* предполагает, что образовательное содержание предъявляется ребенку с учётом его актуальных и потенциальных возможностей усвоения этого содержания и совершения им тех или иных действий, с учётом его интересов, склонностей и способностей. Данный принцип предполагает работу педагога в зоне ближайшего развития ребёнка, что способствует развитию, т.е. реализации как явных, так и скрытых возможностей ребёнка;
- *принцип позитивной социализации ребенка* предполагает освоение ребёнком в процессе сотрудничества с обучающим взрослым и сверстниками культурных норм, средств и способов деятельности, культурных образцов поведения и общения с другими людьми;
- *принцип возрастной адекватности образования* предполагает подбор педагогом содержания и методов дошкольного образования на основе законов возраста. Важно использовать все специфические детские деятельности, опираясь на особенности возраста и психологический анализ задач развития, которые должны быть решены в дошкольном возрасте. При этом необходимо следовать психологическим законам развития ребёнка, учитывать его индивидуальные интересы, особенности и склонности.
- *принцип личностно-ориентированного взаимодействия* с детьми находится в центре образования детей дошкольного возраста. Способ межличностного взаимодействия является чрезвычайно важным компонентом образовательной среды и определяется, прежде всего, тем, как строятся взаимоотношения между педагогами и детьми. Обычно воспитатели,

анализирующие своё общение с детьми, акцентируют внимание на его содержании, то есть на том, о чём они говорят с детьми, и упускают из виду форму общения, – как они это делают. Однако *форма* взаимодействия педагога с детьми не в меньшей степени, чем содержание, определяет личностно-ориентированный характер этого взаимодействия. В Программе заложено отношение к ребёнку как к качественно отличному от взрослого, но равноценному партнёру: ребёнок как личность равноценен взрослому, хотя и обладает специфически детскими возрастными и индивидуальными особенностями. В соответствии с этим воспитатели предоставляют детям *право выбора* и учитывают их *интересы* и *потребности*. Рассматривая детей как равноценных партнёров, воспитатель уважает в каждом из них право на индивидуальную точку зрения, на самостоятельный выбор. Поэтому, общаясь с детьми, он предоставляет им не универсальный образец для подражания, а определённое поле выбора, то есть диапазон одинаково принятых в культуре форм поведения, и каждый ребёнок находит свой собственный, адекватный его индивидуальным особенностям стиль поведения. Тем самым, усвоение культурных норм не противоречит развитию у детей творческой и активной индивидуальности. *Активность* ребёнка выходит далеко за пределы усвоения взрослого опыта и рассматривается как накопление *личного опыта* в процессе самостоятельного исследования и преобразования окружающего его мира;

- *принцип индивидуализации образования* в дошкольном возрасте предполагает:

- постоянное наблюдение, сбор данных о ребёнке, анализ его деятельности
- помощь и поддержку ребёнка в сложной ситуации;
- предоставление ребёнку возможности выбора в разных видах деятельности, акцент на инициативность, самостоятельность и личностную активность.

Рациональная методика обучения плаванию базируется на общих педагогических принципах:

- *принцип сознательности и активности* – предполагает устойчивый интерес и активное участие в занятиях плаванием;
- *принцип наглядности* – предполагает использование наглядных пособий, ориентиров, образных выражений, заданий предметного характера, которые создают условия более четкого ощущения, воспитания, представления движений в воде и их совершенствование;
- *принцип доступности* – предполагает постепенное возрастание требований, соответствующих психологической, физической, координационной готовности к обучению;
- *принцип индивидуального подхода* – обеспечивает учет индивидуальных способностей и возможностей ребенка в процессе обучения;
- *принцип постепенности в повышении требований* – предполагает определенную методическую последовательность в освоении навыка плавания – от легкого к трудному, от простого к сложному; применение широкого круга упражнений, движений и использование игрового метода для разнообразия процесса обучения.

### **1.3 Возрастные и индивидуальные особенности детей, особенности образовательного учреждения, особенности региона**

Программа предусмотрена для детей младших групп ДОО (3-4лет).

По состоянию на 01.09.2021 года детский сад посещают 320 детей.

Дошкольное детство - важный период в жизни ребенка. Э. Эриксон отмечает, что именно на этом этапе у ребенка формируется либо инициатива, либо чувство вины. При нормальном развитии ребенок активно изучает окружающий его мир, подражая взрослым, включается в полоролевое поведение. При аномальном развитии формируется пассивность, отсутствие инициативы, вялость, инфантильное чувство зависти к другим детям, подавленность, отсутствие признаков полоролевого поведения. Поэтому так велика доля ответственности взрослых, находящихся рядом с ребенком в этот период и так необходим учет возрастных особенностей ребенка.

В этом возрасте ребенок начинает осознавать себя как индивидуальность. Если раньше его вопросы, в основном, касались окружающих, то теперь ребенок начинает оценивать себя и сравнивать с окружающими.

#### **Возрастные особенности детей 3-4 лет**

В 3 года ребенок обретает новый статус – статус «дошкольника». Но, несмотря на это, весь период от 3-х до 4 –х лет является переходным от преддошкольного к дошкольному детству, и как всякий переходный период, имеет специфические особенности как раннего, так и дошкольного детства. Ребенок, выходя из ответственного и сложного кризисного периода, желает действовать автономно. И задача взрослых – поддержать его попытки стать самостоятельным (если это не несет угрозы его жизни и здоровью).

В этом возрасте ребенок начинает осознавать себя как индивидуальность. Если раньше его вопросы, в основном, касались окружающих, то теперь ребенок начинает оценивать себя и сравнивать с окружающими. Возраст от трех до пяти – это возраст «почемучек». Малыш интересуется все: что это? зачем? почему? что будет? Он исследует мир и свое место в этом мире.

Игра ребенка становится все более планомерной: «Сегодня я буду играть с куклой Машей», «Буду строить гараж».

В интеллектуальном развитии ребенка – это один из самых важных и значительных этапов. Малыш учится обобщать, отгадывать загадки, знакомится с числами, исключать лишние понятия и объяснять, почему («медведь, лиса, волк и ворона»). Родители и педагоги помогают ребенку, и с помощью игры развивают его способности размышлять, рассуждать, делать выводы.

В этот период развиваются творческие особенности ребенка, и основной сферой для творчества является рисование. Все, что ребенок видит вокруг себя, он изображает в рисунках. В них и переживания, и личное отношение ко всему, что окружает маленького человека.

И главное – начиная с трех лет, развивается сюжетно-ролевая игра. Если раньше игра зависела от наличия той или иной игрушки, и играл ребенок почти всегда один, то теперь ребенок знает, во что он хочет играть, и изменяет сюжет в процессе игры. Однако, еще слабы навыки коллективной игры, нередко возникают конфликты и недоразумения. Помощь взрослого приносит мир в игру, помогает ее разнообразить, усложнить сюжет.

*Игры маленького ребенка поначалу связаны с семьей, как главным объектом своих наблюдений. Но с возрастом расширяется горизонт познаний ребенка и в игре появляются новые сюжеты, связанные с детским садом, зоопарком, магазинами, больницей и так далее.*

Такая игра помогает ребенку понять мир взрослых, попробовать себя в той или иной роли, через игру малыш учится выполнять требования взрослых («съем все быстро, как солдат», «оденусь на прогулку быстро, как пожарный»). Как правило, продолжительность игры – 10-15 минут.

#### *Физическое развитие*

3-4 года – период стремительного физического развития ребенка, выраженного желанием независимости в передвижениях, в обслуживании себя. Он уже может самостоятельно умываться, пользоваться туалетом, обуваться и раздеваться (справляется с расстегиванием и даже с застегиванием пуговиц на одежде), самостоятельно ест. Уверенно бегаёт, может по сигналу взрослого регулировать скорость передвижения, перейти от бега к ходьбе. Ребенок уже не только поднимается и спускается по лестнице (причем, чередуя при этом ноги), но прыгает с нижней ступеньки. Он с удовольствием катается на трехколесном велосипеде, удерживая равновесие при поворотах. Он уже так умело управляет своим телом, что может 5-10 секунд балансировать на одной ноге. Может одновременно действовать и руками, и ногами (например, хлопать в ладоши и притопывать ногами). К 3 с половиной годам научается балансировать на одной ноге и ходить на цыпочках. Пытается прыгать на одной ноге и делать кувырки вперед. Ловит мяч и бросает его в цель.

В период 3-4 лет за счет значительного увеличения диаметра мышц (в 2-2,5 раза) происходит постепенная дифференциация мышечных волокон. Так, если в 3 года ребенок может с легкостью прокатить мяч, машину (используя движение всей руки), то к концу периода у него совершенствуются движения кисти и пальцев.

Одна из основных потребностей ребенка 3-4 лет - потребность в движении, и его двигательная активность должна составлять не менее половины времени бодрствования. В этом возрасте можно начинать работу по формированию физических качеств (скоростных, силовых, координации, гибкости, выносливости).

Вся физическая деятельность малыша обусловлена познавательной активностью, ребенок «знакомится» с возможностями своего тела, окружающих его предметов. И успешность ребенка, полноценное его развитие во многом зависит от позиции взрослых, окружающих его. Разумное сочетание «можно» и «нельзя», дозволенности и запретов, поддержка взрослого, - все это может стать условием развития самостоятельности трехлетнего человека. И, напротив, гиперопека и отсутствие поддержки взрослого приведут к инфантилизму ребенка.

#### *Познавательная сфера*

Период дошкольного детства – время бурного развития всех познавательных процессов. Однако характерными особенностями развития познавательной сферы ребенка 3-4 лет являются произвольный характер внимания, памяти, мышления, эмоциональная лабильность (подвижность) и потребность в эмоциональном комфорте.

Переходный (от раннего к дошкольному возрасту) период – от 3-х до 4-х лет – связан с дальнейшим накоплением чувственного опыта ребенка, характеризуется развитием восприятия. Если в раннем детстве ребенок просто манипулировал предметами,

то теперь он переносит практические действия во внутренний план на психическом уровне<sup>1</sup>.

По мнению А. В. Запорожца, при переходе от раннего к дошкольному возрасту развитие *восприятия* вступает в принципиально новую фазу: под влиянием игровой и конструктивной деятельности у детей складываются сложные виды зрительного анализа и синтеза, ребенок учится мысленно расчленять воспринимаемый объект на части в зрительном поле, исследуя каждую из этих частей в отдельности и затем объединяя их в одно целое<sup>2</sup>.

Результатом сенсорного развития, совершенствования ощущений, восприятия, наглядных представлений ребенок овладевает перцептивными действиями, основной функций которых является обследование объектов и вычленение их характерных свойств, усвоение сенсорных эталонов – геометрических форм (квадрат, треугольник, круг) и цветов спектра. Эти сенсорные эталоны формируются в деятельности, доступной ребенку 3-4 лет в связи с развитием мелкой моторики. Конструирование (например, строительство башни уже из 9 кубиков), лепка (шаров, колбасок и др.), рисование (кругов, квадратов, линий), - все это способствует ускорению сенсорного развития<sup>3</sup>.

Однако возможности ребенка еще ограничены, и ему необходима помощь взрослого при сравнении эталонов с реальными предметами. Восприятие пространства и времени тоже пока может вызывать затруднения.

Восприятие младшего дошкольника 3-4 лет носит предметный характер: свойства предмета (цвет, форма, вкус и др.) не отделяются у ребенка от предмета. Он считает их нераздельно принадлежащими предмету, воспринимает только самые яркие детали. Богатая развивающая среда вокруг ребенка развивает его способность отделять свойства от предмета, замечать похожие качества в разных предметах и разные в одном.

*Память* на протяжении дошкольного возраста все больше выделяется из восприятия<sup>4</sup>. Она становится доминирующей функцией развития, но имеет ряд специфических особенностей. В младшем дошкольном возрасте заметную роль в развитии памяти играет узнавание при повторном восприятии предмета. На рубеже 3-4 лет происходит переход от младенческой к взрослой организации памяти, развивается способность к воспроизведению. К концу третьего года ребенок может вспомнить то, что воспринималось им несколько месяцев назад, а концу четвертого - то, что было примерно год назад.

Но пока еще степень запоминания зависит от уровня заинтересованности запоминаемой информацией. Память в 3-4 года – пока еще носит произвольный характер. Ребенок может запомнить то, что вызвало у него эмоциональный отклик. Хорошо запоминаются стихи, сказки – звучные, с рифмами, вызывающие сопереживания героям<sup>5</sup>. Значительно легче запоминаются наглядные образы, а не словесные рассуждения. Объем памяти существенно зависит от того, увязан материал в смысловое целое или разрознен. Дети данного возраста в начале года могут запомнить при помощи наглядно-образной, а также слуховой вербальной памяти два объекта, к концу года - до

---

<sup>1</sup> Психология человека от рождения до смерти / Под ред. А.А. Реана. - СПб.: Прайм-Еврознак, 2002.

<sup>2</sup> Там же.

<sup>3</sup> Генезис сенсорных способностей / Под ред. Л.А. Венгера. - М.: Педагогика, 1976.

<sup>4</sup> Возрастная и педагогическая психология/Под ред. М.В. Гамезо. - М.: Просвещение, 1984.

<sup>5</sup> Кулагина И.Ю. Возрастная психология: развитие ребенка от рождения до 17 лет. - М. : Изд-во УРАО, 1999.

четырёх объектов. Ребенок хорошо запоминает все, что представляет для него жизненный интерес,

Хорошо развита двигательная память: лучше запоминается то, что было связано с собственным движением.

Способствует запоминанию и игровая деятельность ребенка, в процессе которой он вынужден, по условиям игры, запоминать довольно-таки много информации.

*Внимание.* В дошкольном детстве преобладает непроизвольное внимание: ребенок обращает внимание на то, что представляет для него определенный интерес, вызывает эмоции. Появление нового предмета в поле зрения ребенка вызывает переключение внимания (что важно учитывать как при проведении занятий, так и при решении конфликтных ситуаций между детьми). Устойчивость внимания зависит от степени заинтересованности ребенка: если бычно он может успешно заниматься только 10-15 минут, то привлекательное занятие может продолжаться гораздо дольше.

*Мышление.* На протяжении дошкольного детства основная линия развития мышления – переход от наглядно-действенного к наглядно-образному и в конце периода – к словесному мышлению<sup>6</sup>. В три-четыре года ребенок, пусть несовершенно, пытается анализировать то, что видит вокруг себя; сравнивать предметы друг с другом и выводить заключение об их взаимозависимостях. В быту и на занятиях, в результате наблюдений за окружающим, сопровождаемых объяснениями взрослого, дети постепенно получают элементарное представление о природе и быте людей. Ребенок и сам стремится объяснить то, что видит вокруг. Правда, понять его порой бывает трудно, поскольку, например, следствие он зачастую принимает за причину факта. Сравнивают, анализируют младшие дошкольники в наглядно-действенном плане. Но у части детей уже начинает проявляться способность решать задачи по представлению. Дети могут сравнивать предметы по цвету и форме, выделять отличия по другим признакам. Могут обобщать предметы по цвету (это все красное), форме (это все круглое), величине (это все маленькое). На четвертом году жизни дети несколько чаще, чем раньше, пользуются в разговоре родовыми понятиями типа игрушки, одежда, фрукты, овощи, животные, посуда, включают в каждое из них большее число конкретных наименований. Однако отношение общего к частному и частного к общему понимается ребенком своеобразно. Так, например, слова посуда, овощи являются для него лишь собирательными названиями для групп предметов, а не отвлеченными понятиями, как это бывает при более развитом мышлении.

*Речь.* Речь детей в основном продолжает оставаться ситуативной и диалогической, но становится более сложной и развернутой. Словарный запас увеличивается за год в среднем до 1500 слов. Индивидуальные различия колеблются от 600 до 2300 слов. Изменяется словарный состав речи: возрастает по сравнению с именами существительными доля глаголов, прилагательных и других частей речи. Длина предложений увеличивается, появляются сложные предложения. В речи детей четвертого года жизни имеется еще одна особенность: занимаясь каким-либо делом, дети часто сопровождают свои действия малопонятной для окружающих негромкой речью – «приборматыванием». Эти «разговоры с собой» имеют огромное значение для развития детей. С их помощью ребенок удерживает в памяти поставленные им перед собой цели, строит новые планы, обдумывает пути их достижения, наконец, выполняет на словах действия, которые опускает в реальности.

---

<sup>6</sup> Там же.

Поскольку речь ребенка находится в стадии становления, она не может быть использована для выявления знаний малыша. Ребенок уже выполняет словесные указания взрослых, знает имя и фамилию, пересказывает небольшие сказки, потешки, отвечает на вопросы, понимает последовательность из 2-3 смешанных команд. Речь ребенка уже понятна посторонним людям, но все еще содержит некоторые ошибочные формы и произношение.

*Воображение.* Воображение в дошкольный период в своем развитии переходит из произвольного в произвольное и начинает выполнять две функции: познавательно-интеллектуальную и аффективно-защитную. Специалисты считают, что воображение начинает развиваться в конце второго, в начале третьего года.

Однако ребенок 3-4 лет находится на первой стадии развития воображения, характерной особенностью которой является произвольный характер возникновения представлений воображения. Чаще всего представления воображения в этот период формируются у ребенка произвольно, спонтанно ситуации, в которой он находится. Таким образом, в этом возрастном периоде можно говорить о преобладании репродуктивного воображения, механически воспроизводящего полученные впечатления в виде психических образов.

#### *Социально-эмоциональное развитие*

А.Н. Леонтьев называет дошкольный возраст периодом первоначального склада личности, становления основных личностных механизмов. И.Ю. Кулагина отмечает, что для ребенка-дошкольника характерно противоречие: с одной стороны, он хочет включиться во взрослую жизнь, с другой – стремится к самостоятельности. Ролевая игра – самостоятельная деятельность, моделирующая взрослый мир, - обусловлена именно этим противоречием.

Игра «вырастает» из предметно-манипулятивной деятельности предыдущего периода (раннего детства). В режиссерской игре этого периода ребенок воспроизводит образ, который произвел на него яркое впечатление. Ребенок 3-4 лет имитирует предметную деятельность. Если играют несколько детей – их действия могут быть не согласованы друг с другом, роли могут внезапно меняться, отношения между детьми не моделируются. Они пока еще, по выражению Д.Б. Эльконина, играют «рядом, а не вместе». Но именно в процессе игры дети учатся общению, и роль взрослого, хоть и снижается по сравнению с периодом раннего детства, все еще остается значительной.

Если до 3 лет дети преимущественно общаются со взрослыми и игнорируют других детей, то после 3 лет количество контактов с детьми быстро возрастает.

В целом для дошкольника характерна спокойная эмоциональность. И хотя эмоциональная насыщенность жизни сохраняется, эмоциональные процессы становятся постепенно более уравновешенными. В основе эмоциональной регуляции действий ребенка лежит механизм эмоционального предвосхищения.

Кроме того, расширяется круг эмоций, появляются сочувствие, сопереживание другому, без чего невозможна совместная деятельность.

Постепенно ребенок усваивает этические нормы общества, оценивает свои поступки с точки зрения морали. Нормы поведения усваиваются из сказок и поведения взрослого. Огромное воздействие на ребенка оказывают культура, психологическая атмосфера вокруг него. Ребенку необходимы правила действий и поведения, поскольку собственная ответственность еще не сформирована. Однако навязанные правила, к которым он еще не готов, в его личный опыт не включаются.

Ребенок 3-4 лет пока еще не способен к восприятию и к выполнению сложных многочисленных правил. Освоение правил начинается с самых необходимых, связанных прежде всего с безопасностью. Причем, в составлении правил обязательно участие и взрослого, и ребенка.

Ведущими факторами развития ребенка являются: общение со взрослыми и со сверстниками; игра как специфический вид деятельности для данного возраста.

#### Особенности региона, образовательной организации

ДОО расположено в городе федерального значения Санкт-Петербурге, являющемся центром Северо-Западного федерального округа (СЗФО).

СЗФО занимает выгодное геополитическое положение – граничит с Финляндией, Норвегией, Польшей, Латвией, Эстонией, Беларусью, имеет выход в Балтийское, Белое, Баренцево, Карское моря.

Площадь округа составляет 1677,9 тыс. кв. километров – 10,5% территории России. Национальный состав неоднороден, большая часть населения – русские.

В Стратегии развития системы образования Санкт-Петербурга в 2011–2020 гг. «Петербургская Школа 2020» (далее Стратегия) под Школой понимается образовательная организация (учреждение) любой организационно-правовой формы, типа и вида, имеющее государственный статус и расположенное на территории Санкт-Петербурга. Стратегия сформирована с учетом основных тенденций и потребностей развития системы образования Санкт-Петербурга в условиях становления новой культуры образования, рассматриваемой в качестве инновационного потенциала общества.

Становление открытой образовательной культуры происходит в условиях реализации новой государственной образовательной политики, основными ориентирами которой являются: формирование российской идентичности; создание условий для сохранения, приумножения культурных и духовных ценностей народов России; рост качества социальной среды; обеспечение условий развития каждого человека; понимание зависимости изменения качества человеческого ресурса от изменения качества образования; становление открытой, гибкой и доступной системы образования Санкт-Петербурга.

ГБДОУ детский сад №62 Приморского района Санкт-Петербурга функционирует с 2008 года. Учреждение располагается в отдельном типовом здании, общей площадью 4415 кв.м., проектной мощностью 12 групп на 220 мест. По состоянию на 01.09.2021 года детский сад посещают 320 детей.

ГБДОУ имеет удобное транспортное расположение: находится у метро «Комендантский проспект».

Режим работы: пять дней в неделю с 07 часов утра до 19 часов вечера; суббота, воскресенье – выходной.

Выполняя социальный заказ, в ГБДОУ функционирует 16 групп, из них:

- 2 группы общеразвивающей направленности для детей раннего возраста от 2 до 3 лет;
- 10 групп общеразвивающей направленности с 3 до 7 лет;
- 3 группы кратковременного пребывания;

- 1 группа –СРП.

Здание ДОО включает в себя:

- 14 групповых помещений;
- физкультурный и музыкальный залы, бассейн;
- кабинеты: заведующего, приемная, заместителя заведующего по АХР, методический, зал совещаний, творческая мастерская, помещений для оказания дополнительных образовательных услуг, кабинет логопеда, кабинет психолога, сенсорная комната, компьютерный зал, зимний сад, интерактивная песочница, развивающее пространство «Фиолетовый лес»;
- медицинский блок (медицинский и процедурный кабинеты, изолятор);
- сопутствующие помещения (прачечная, пищеблок, пищевой и бельевой склады, гладильная);
- открытую площадку (прогулочные участки, автогородок, 2 спортивные площадки).

Материально-технические и медико-социальные условия пребывания детей в ДОО обеспечивают высокий уровень всестороннего развития дошкольников в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями.

Штатное расписание ГБДОУ включает в себя ставки учителя-логопеда и педагога-психолога, музыкального руководителя, инструктора по физической культуре.

Помимо лицензии на образовательную деятельность, ГБДОУ имеет медицинскую лицензию. ГБДОУ реализует дополнительное (платные) образовательные и медицинские услуги.

В ГБДОУ с 2012 года открыт ИМЦ «Русский музей: виртуальный филиал».

Санкт–Петербург находится, как правило в неблагоприятных климатических условиях, и имеет свои особенности. В результате резких изменений климатических условий происходят неблагоприятные изменения в функционировании не только центральной нервной системы, но и всех систем организма детей дошкольного возраста.

Низкая температура, повышенная влажность воздуха и недостаток солнечного света в зимний период ограничивают возможность двигательной деятельности, которая необходима для нормального функционирования и развития детского организма. С учетом климатических особенностей в нашем дошкольном учреждении разработан гибкий режим дня, во все части которого интегрирована физкультурно-оздоровительная работа. Дополнительно к занятиям физической культурой в нашем саду включены занятия по плаванию.

#### **1.4 Цель и задачи в соответствии с ФГОС ДО**

Ведущие цели Программы — создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, обеспечение безопасности жизнедеятельности ребёнка на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующих возрасту видов деятельности.

Программа обеспечивает создание социальной ситуации развития для участников образовательных отношений, включая создание образовательной среды, которая:

- ✓ гарантирует охрану и укрепление физического и психического здоровья детей;
- ✓ обеспечивает эмоциональное благополучие детей;

- ✓ способствует профессиональному развитию педагогических работников;
- ✓ создаёт условия для развивающего вариативного дошкольного образования;
- ✓ обеспечивает открытость дошкольного образования;
- ✓ создает условия для участия родителей (законных представителей).

Программа решает все эти задачи в комплексе:

- способствуя развитию детей во всех образовательных областях, сохраняя и укрепляя физическое и психическое здоровье детей, создавая в детском саду сообщество детей и взрослых, в рамках которого детям прививаются принципы свободной дискуссии, сотрудничества, содействия, уважения к личности каждого человека, ответственности и самостоятельности;
- оказывая поддержку всем детям, включая детей со специальными потребностями, в достижении высоких стандартов, устанавливаемых программой, обеспечивая равный доступ к обучающему содержанию, методам обучения, обучающим заданиям, материалам и образовательной среде группы;
- создавая условия для вовлечения семьи в образовательный процесс в детском саду, уважая и поддерживая все формы участия семей и местного сообщества в образовании детей.

Исходя из поставленных целей, формируются следующие специфические задачи программы:

- приобщать ребенка к здоровому образу жизни, формировать знания о нем
- укреплять здоровье ребенка
- обучить основам навыков плавания
- формировать знания о способах плавания
- укреплять опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку
- формировать необходимые двигательные умения и навыки, воспитывать двигательную культуру
- воспитывать нравственно волевые качества, такие как смелость, настойчивость, уверенность в себе;
- воспитывать чувство заботы о своем здоровье

Рабочая Программа основана на практике образования, учитывающего развитие каждого ребенка, что позволяет большинству детей развиваться и учиться, полностью используя свой потенциал. Именно такая практика является основой высококачественной работы дошкольных организаций. Однако для многих детей со специальными потребностями может потребоваться применение дополнительных методов, обеспечивающих им условия полноценного обучения и развития.

В ДОО проводится целенаправленная работа по обучению детей плаванию, которая включает следующие формы:

- непосредственно образовательную деятельность по плаванию;
- оздоровительно-профилактическая работа;
- развлечения, праздники на воде.

## 1.5 Условия, необходимые для реализации программы

Согласно ФГОС ДО, существует ряд требований к психолого-педагогическим, кадровым, материально-техническим и финансовым условиям реализации Программы, а также к развивающей предметно-пространственной среде.

Для педагогов-практиков в наибольшей степени важны психолого-педагогические условия и требования к предметно-развивающей среде, остальные требования подробно рассмотрены в ОП ДО ГБДОУ детский сад №62 Приморского района Санкт-Петербурга.

Условия реализации Программы должны обеспечивать полноценное развитие личности детей во всех основных образовательных областях, а именно: в сферах социально-коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического и физического развития личности детей на фоне их эмоционального благополучия и положительного отношения к миру, себе и к другим людям.

Программа предполагает создание *следующих психолого-педагогических условий*, обеспечивающих развитие ребёнка в соответствии с его возрастными и индивидуальными возможностями и интересами:

- *личностно-ориентированное взаимодействие взрослых с детьми*, т. е. создание таких ситуаций, когда каждому ребёнку предоставляется возможность выбора деятельности, партнера, средств и пр.; обеспечение опоры на личный опыт ребёнка при освоении им новых знаний;

- *ориентированность педагогической оценки на относительные показатели детской успешности*, т. е. сравнение сегодняшних достижений ребёнка с его собственными вчерашними достижениями, стимулирование самооценки ребёнка;

- *формирование игры* как важнейшего фактора развития ребёнка;

- *создание развивающей образовательной среды*, способствующей физическому, социально-личностному, познавательному-речевому, художественно-эстетическому развитию ребёнка и сохранению его индивидуальности (к образовательной среде относится социальная среда в группе, методы оценки развития ребёнка и связанное с ними планирование, развивающая предметно-пространственная среда и др.);

- *сбалансированность репродуктивной деятельности* (воспроизводящей готовый образец) *и продуктивной деятельности* (производящей субъективно новый продукт), т.е. детской исследовательской, творческой деятельности, совместных и самостоятельных, подвижных и статичных форм активности;

- *вовлечение семьи* как необходимое условие для полноценного развития ребёнка дошкольного возраста

- *профессиональное развитие педагогов*, направленное на развитие профессиональных компетентностей, а также предполагающего создание сетевого взаимодействия педагогов и управленцев, работающих по программе

Пространство, в котором проходит реализация программы организовано следующим образом:

- бассейн (3\*7м), глубина от 0,7м до 0,9м с пологим дном; температура воды 32\*С

- специальное покрытие на бортике бассейна для занятий на суше

- 2-е раздевалки и 2-е душевых комнаты для девочек и мальчиков; каждая раздевалка оснащена туалетной комнатой и фенами для просушки волос детей после плавания

- помещение чаши бассейна оснащено стеллажами для плавательного инвентаря и игрушек.

- плавательный инвентарь и игрушки отличаются разнообразием и соответствуют возрасту занимающихся

При проектировании предметной среды следует помнить, что «застывшая» (статичная) предметная среда не сможет выполнять своей развивающей функции в силу того, что перестает пробуждать фантазию ребенка. В целом принцип динамичности — статичности касается степени подвижности игровых пространств, вариантности предметных условий и характера детской деятельности. Вместе с тем, определенная устойчивость и постоянство среды — это необходимое условие ее стабильности, привычности, особенно если это касается мест общего пользования (шкафчики для переодевания, туалетные комнаты, душевые, фены). Трансформируемость предметно-игровой среды позволяет ребенку взглянуть на игровое пространство с иной точки зрения, проявить активность в обустройстве места игры и предвидеть ее результаты. Ребенок социализируется и учится с помощью взрослых, но на своем собственном опыте. Роль взрослого в этом случае состоит в поддержке детской инициативы, создании среды для ее проявления, в оказании помощи, в осуществлении совместной деятельности

## **1.6 Особенности организации педагогического процесса**

*Формы реализации Программы:* игра, познавательная и исследовательская деятельность, творческая активность, проектная деятельность.

*Реализация Программы* осуществляется в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие ребенка, в организованной образовательной деятельности.

Успешность обучения дошкольников практическим навыкам плавания и степень его оздоровительного влияния зависят от того, насколько четко и правильно соблюдаются все основные требования к его организации, обеспечиваются меры безопасности, выполняются необходимые санитарно - гигиенические правила.

Обучение детей плаванию представляет собой ряд взаимосвязанных процессов, достаточно сложных в организационном и методическом плане. Организация обучения детей плаванию в детском саду осуществляется в комплексе со всеми многообразными формами физкультурно - оздоровительной работы, так как только в сочетании непосредственно образовательной деятельности в бассейне с рациональным режимом деятельности и отдыха детей может дать положительный результат в укреплении их здоровья и закаливания организма.

Режим дня, включающий непосредственно образовательную деятельность по плаванию предусматривает достаточное пребывание детей на воздухе, полноценное проведение общеобразовательной деятельности, приема пищи, сна, всех других форм, физкультурно-оздоровительной и воспитательной работы. Обязательно учитывается время приема пищи. Непосредственно образовательная деятельность по плаванию должна проходить не ранее чем через 40 мин после еды.

Обучение плаванию проходит в форме групповой образовательной деятельности по установленному расписанию. Группы делят на подгруппы в зависимости от возраста детей и от конкретных условий.

Таблица 1

Длительность занятий по плаванию в разных возрастных группах в течение года

Возрастная группа	Количество подгрупп	Число детей в подгруппе	Длительность занятий, мин.	
			в одной подгруппе	во всей группе
Первая младшая	3(4)	5-6	15	от 15-20 до 45-60
Вторая младшая	2(3)	8-10	15	от 20-30 до 40-60
Средняя	2	10-12	20	40
Старшая	2	10-12	25	50
Подготовительная к школе	2	10-12	30	60

Таблица 2

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

Возрастная группа	Количество занятий		Количество часов		
	в неделю	в год	в неделю	в месяц	в год
Первая младшая	1	36	15мин	1	9
Вторая младшая	1	36	15мин	1	9
Средняя	1	36	20мин	1 час 20мин	12
Старшая	1	36	25мин	1 час 40мин	15
Подготовительная к школе	1	36	30мин	2	18

Длительность образовательной деятельности в разных возрастных группах неодинакова. Она устанавливается в зависимости от возраста, периода обучения. В начале обучения занятия короче по времени, затем, по мере освоения детей с водой, их длительность постепенно увеличивается.

Отличается и длительность пребывания в воде в каждой возрастной группе и зависит уже не только от вышеперечисленных причин, но и от того как организована совместная работа всего коллектива образовательного учреждения.

Непосредственную образовательную деятельность по плаванию проводит инструктор по физической культуре, имеющий специальное образование.

Большая роль в подготовке и проведении непосредственно образовательную деятельность по плаванию отводится воспитателям групп. Воспитатели групп работают в тесном контакте с инструктором по физической культуре и медицинским персоналом. Они ведут работу в своей группе: следят за выполнением расписания образовательную деятельность и готовят подгруппы к ним, знакомят с правилами поведения в бассейне, непосредственно во время занятий, учат быстро раздеваться и одеваться. Вместе с медсестрой определяет, кому из детей необходим щадящий режим или освобождение от занятий, поддерживает тесную связь с родителями. Воспитатель перед образовательной деятельностью по плаванию проверяет наличие у детей всех плавательных принадлежностей, помогает детям подготовить все необходимое. Роль воспитателя очень важна при организации плавания в бассейне и имеет огромное значение для воспитания гигиенических навыков.

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

Санитарно-гигиенические условия проведения НОД по плаванию включают следующее:

- освещенные и проветриваемые помещения;
- текущая и генеральная дезинфекция помещений и инвентаря;
- дезинфекция ванны при каждом спуске воды;
- анализ качества воды и дезинфекции помещений и оборудования контролируется санэпидстанцией.

До начала организации плавания в бассейне детей надо ознакомить с правилами поведения в помещении бассейна и на воде. Все взрослые должны знать меры по оказанию помощи на воде и в любую минуту быть готовыми помочь детям.

Обеспечение безопасности при организации плавания с детьми дошкольного возраста включает следующие правила.

- Непосредственно образовательную деятельность по плаванию проводить в местах, полностью отвечающих всем требованиям безопасности и гигиены.
- Не допускать неорганизованного плавания, самовольных прыжков в воду и ныряния.
- Не разрешать детям толкать друг друга и погружать с головой в воду, садиться друг на друга, хватать за руки и за ноги, нырять навстречу друг другу, громко кричать, звать на помощь, когда она не требуется.
- Не проводить непосредственно образовательную деятельность по плаванию с группами, превышающими 10-12 человек.
- Допускать детей к непосредственно образовательной деятельности только с разрешения врача.
- Приучать детей выходить из воды по неотложной необходимости только с разрешения преподавателя.
- Проводить поименно переключку детей до входа в воду и после выхода из нее.
- Научить детей пользоваться спасательными средствами.

- Во время непосредственно образовательной деятельности внимательно наблюдать за детьми, видеть всю группу, каждого воспитанника отдельно и быть готовым в случае необходимости быстро оказать помощь ребенку.
- Обеспечить обязательное присутствие медсестры при проведении непосредственно образовательной деятельности по плаванию.
- Не проводить непосредственно образовательную деятельность раньше, чем через 40 минут после еды.
- При появлении признаков переохлаждения (озноб, «гусиная кожа», посинение губ) вывести ребенка из воды и дать ему согреться.
- Соблюдать методическую последовательность обучения.
- Знать индивидуальные данные физического развития, состояние здоровья и плавательную подготовку каждого ребенка.
- Прыжки в воду разрешать детям, умеющим уверенно держаться на поверхности воды.
- Не злоупотреблять возможностями ребенка, не форсировать увеличения плавательной дистанции.
- Добиваться сознательного выполнения детьми правил обеспечения безопасности непосредственно образовательной деятельности по плаванию.

Каждый воспитанник должен знать и соблюдать следующие правила безопасного поведения в бассейне:

- внимательно слушать преподавателя;
- входить в воду только по разрешению преподавателя;
- спускаться в воду по лестнице;
- не стоять без движений в воде;
- не мешать друг другу;
- не наталкиваться друг на друга;
- не кричать;
- не звать нарочно на помощь;
- не топить друг друга;
- не бегать в помещении бассейна;
- проситься выйти по необходимости;
- выходить из воды всем вместе по команде преподавателя.

При обучении прыжкам каждый воспитанник должен знать и соблюдать правила прыжков в воду.

- Во время проведения прыжков в воду необходимо соблюдать строгую дисциплину: не толкать и не торопить друг друга, внимательно слушать объяснения преподавателя.
- Выполняются прыжки строго под наблюдением преподавателя и по его команде.
- Очередная команда подается после того, как выполнившие прыжок дети, отплыли на безопасное расстояние или вышли из воды.
- При прыжках в воду с твердой опоры необходимо обхватывать пальцами ног передний край этой опоры, чтобы не поскользнуться и не упасть назад.
- При выполнении прыжка вниз ногами нужно, попав в воду согнуть ноги в коленях.
- Внимательно слушать объяснение техники прыжка инструктором.

Соблюдение правил поведения в бассейне при организации плавания с детьми дошкольного возраста способствует обеспечению безопасности при проведении непосредственно образовательной деятельности.

### **1.7 Используемые образовательные технологии**

**Технология** – это совокупность приемов, применяемых в каком-либо деле, мастерстве, искусстве (толковый словарь).

**Педагогическая технология** - это совокупность психолого-педагогических установок, определяющих специальный набор и компоновку форм, методов, способов, приёмов обучения, воспитательных средств; она есть организационно - методический инструментальный педагогического процесса (Б.Т.Лихачёв).

Целью **здоровьесберегающих** технологий является обеспечение ребенку возможности сохранения здоровья, формирование у него необходимых знаний, умений, навыков по здоровому образу жизни.

Здоровьесберегающие педагогические технологии включают все аспекты воздействия педагога на здоровье ребенка на разных уровнях — информационном, психологическом, биоэнергетическом.

В современных условиях развитие человека невозможно без построения системы формирования его здоровья. Выбор здоровьесберегающих педагогических технологий очень широк. Это занятия из серии «Здоровье», дни здоровья, релаксация, спортивные развлечения, праздники в бассейне и т.п.

**Игровые** технологии строятся как целостные образования, охватывающее определенную часть учебного процесса и объединенное общим содержанием, сюжетом, персонажем. Большинство психологов и педагогов рассматривают игру в дошкольном возрасте как деятельность, определяющую психическое развитие ребенка, как деятельность ведущую, в процессе которой возникают психические новообразования. Игра — наиболее доступный для детей вид деятельности, это способ переработки полученных из окружающего мира впечатлений, знаний. Уже в раннем детстве ребенок имеет наибольшую возможность именно в игре, а не в какой-либо другой деятельности, быть самостоятельным, по своему усмотрению общаться со сверстниками, выбирать игрушки и использовать разные предметы, преодолевать те или иные трудности, логически связанные с сюжетом игры, ее правилами.

Цель игровой терапии - не менять ребенка и не переделывать его, не учить его каким-то специальным поведенческим навыкам, а дать возможность "прожить" в игре волнующие его ситуации при полном внимании и сопереживании взрослого. Используя игровые технологии в образовательном процессе, взрослому необходимо обладать эмпатией, доброжелательностью, уметь осуществлять эмоциональную поддержку, создавать радостную обстановку, поощрения любой выдумки и фантазии ребенка. Только в этом случае игра будет полезна для развития ребенка и создания положительной атмосферы сотрудничества со взрослым.

### **1.8 Временная продолжительность реализации программы, срок реализации**

Программа предусмотрена для детей всех возрастных групп ДОО (3-7лет). Программа включает в себя: для младшего возраста 36 занятий, для среднего возраста

36 занятий, для старшего возраста 36 занятий и 36 занятий для подготовительной группы (занятия проводятся 1 раза в неделю). Продолжительность занятия в младшей группе -15 минут, в средней группе -20 минут, в старшей группе -25 минут, в подготовительной группе - 30 минут.

*Сроки реализации.* Программа рассчитана 1 год (2021 - 2022 учебный год).

### **1.9 Инструментарий определения эффективности освоения детьми содержания рабочей программы**

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

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и непроизвольность), а также системные особенности дошкольного образования (необязательность уровня дошкольного образования в Российской Федерации, отсутствие возможности вменения ребенку какой-либо ответственности за результат) делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений и обуславливают необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров.

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

- Ребенок овладевает основными культурными средствами, способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности.
- Ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх.
- Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты. Умеет выражать и отстаивать свою позицию по разным вопросам.
- Способен сотрудничать и выполнять как лидерские, так и исполнительские функции в совместной деятельности.
- Понимает, что все люди равны вне зависимости от их социального происхождения, этнической принадлежности, религиозных и других верований, их физических и психических особенностей.
- Проявляет эмпатию по отношению к другим людям, готовность прийти на помощь тем, кто в этом нуждается.
- Проявляет умение слышать других и стремление быть понятым другими.
- Ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации; умеет подчиняться разным правилам и

социальным нормам. Умеет распознавать различные ситуации и адекватно их оценивать.

- Ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности.
- У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.
- Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и навыки личной гигиены.
- Проявляет ответственность за начатое дело.
- Ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.
- Открыт новому, то есть проявляет желание узнавать новое, самостоятельно добывать новые знания; положительно относится к обучению в школе.
- Проявляет уважение к жизни (в различных ее формах) и заботу об окружающей среде.
- Эмоционально отзывается на красоту окружающего мира, произведения народного и профессионального искусства (музыку, танцы, театральную деятельность, изобразительную деятельность и т. д.).
- Проявляет патриотические чувства, ощущает гордость за свою страну, ее достижения, имеет представление о ее географическом разнообразии, многонациональности, важнейших исторических событиях.
- Имеет первичные представления о себе, семье, традиционных семейных ценностях, включая традиционные гендерные ориентации, проявляет уважение к своему и противоположному полу.
- Соблюдает элементарные общепринятые нормы, имеет первичные ценностные представления о том, «что такое хорошо и что такое плохо», стремится поступать хорошо; проявляет уважение к старшим и заботу о младших.
- Имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

Целевые ориентиры программы выступают основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования. При соблюдении требований к условиям реализации Программы настоящие целевые ориентиры предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок к учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования.

Целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей. Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников.

Освоение примерной основной образовательной программы, на основе которой разрабатывается рабочая программа, не сопровождается проведением промежуточной и итоговой аттестаций воспитанников.

Оценка индивидуального развития детей может проводиться педагогом в ходе внутреннего мониторинга становления основных (ключевых) характеристик развития личности ребенка, результаты которого могут быть использованы только для оптимизации образовательной работы с группой дошкольников и для решения задач индивидуализации образования через построение образовательной траектории для детей, испытывающих трудности в образовательном процессе или имеющих особые образовательные потребности.

Мониторинг осуществляется в форме регулярных наблюдений педагога за детьми в повседневной жизни и в процессе непосредственной образовательной работы с ними.

Общая картина по группе позволит выделить детей, которые нуждаются в особом внимании педагога и в отношении которых необходимо скорректировать, изменить способы взаимодействия.

Данные мониторинга должны отражать динамику становления основных (ключевых) характеристик, которые развиваются у детей на протяжении всего образовательного процесса. Прослеживая динамику развития основных (ключевых) характеристик, выявляя, имеет ли она неизменяющийся, прогрессивный или регрессивный характер, можно дать общую психолого-педагогическую оценку успешности воспитательных и образовательных воздействий взрослых на разных ступенях образовательного процесса, а также выделить направления развития, в которых ребенок нуждается в помощи.

Выделенные показатели отражают основные моменты развития дошкольников, те характеристики, которые складываются и развиваются в дошкольном детстве и обуславливают успешность перехода ребенка на следующий возрастной этап. Поэтому данные мониторинга – особенности динамики становления основных (ключевых) характеристик развития личности ребенка в дошкольном образовании – окажут помощь и педагогу начального общего образования для построения более эффективного взаимодействия с ребенком в период адаптации к новым условиям развития на следующем уровне образования.

В 2013 году издательство «Детство-пресс» опубликовало учебно-методическое пособие «Педагогическое наблюдение как метод мониторинга в дошкольном образовании» (под ред. Л.С. Вакуленко), в котором подробно описана технология организации педагогического наблюдения.

#### *Педагогическая диагностика*

Реализация Программы предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с

оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

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

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

В ходе образовательной деятельности педагоги должны создавать диагностические ситуации, чтобы оценить индивидуальную динамику детей и скорректировать свои действия. Программой также предусмотрено рассмотрение **результатов с позиции всех участников образовательного процесса**.

- Благодаря индивидуализации особенности, способности, интересы и потребности ребёнка соответствуют его образованию.
- Дети приобретают компетентность и самоуважение, им нравится учиться, у них появляется желание браться за ещё более сложные задачи.
- Дети учатся осуществлять осознанный и ответственный выбор, решать проблемы, планировать свою деятельность и достигать цели, взаимодействовать с окружающими людьми.
- У детей развивается чувство собственной значимости, они становятся самостоятельными и инициативными.
- Родители ощущают личную причастность к программе.
- Родители начинают лучше ориентироваться в процессах развития ребёнка.
- Родители получают большее представление о работе воспитателей и начинают испытывать большее уважение к ним.
- Родители обучаются тому, что могут использовать во взаимодействии со своим ребёнком дома.
- Объединяясь в сообщество, семьи поддерживают друг друга в решении задач образования детей
- Педагоги ДОО образуют команду и получают истинное удовлетворение от работы с детьми, осуществляя самостоятельное и ответственное профессиональное действие. Они включены в разноуровневое сетевое взаимодействие с педагогами своей и других ДОО и работают в ситуации постоянного профессионального развития через разные формы взаимодействия с коллегами и представителями социальных партнеров.

Определение физической подготовленности дошкольников в воде и на «суше» (в зале сухого плавания) в рамках программы по обучению плаванию должно проводиться только качественно и характеризовать уровень овладения основными движениями по освоению с водой и основами элементов техники способов плавания. Восприятие движений в водной среде осложнено, двигательный опыт незначителен. Как указывается в программе, проведение занятий в воде предъявляет особые требования к учету особенностей развития каждого ребенка, а так же его сил и возможностей. Важно так же состояние здоровья детей, степень подверженности простудным заболеваниям, индивидуальные реакции на физические нагрузки и изменение температурных условий. Следует учитывать, что успешное выполнение заданий в воде требует от детей высокой

концентрации духовных сил и приложение волевых усилий. Из этого следует сделать вывод, что количественные показатели не могут в полной мере отразить степень сформированности двигательных навыков и овладение элементами техники способов плавания.

От обычного наблюдения метод педагогической диагностики развития детей отличается тем, что контроль проводится по единой методике, иногда с помощью определенного материала, в определенной ситуации, которая должна быть максимально приближена к естественным условиям реализации программы.

Данная форма контроля позволяет установить не только уровень развития ребенка и уровень освоения им образовательной программы, но и определить «зону ближайшего развития».

Контрольно-измерительный комплекс опубликован в сборнике «Комплекс диагностических материалов по мониторингу состояния оздоровительной работы в ДОО» в соавторстве Л.С.Вакуленко, К.Ю. Заходякина, Ю.В. Ахтырская, С.В.Удалова в 2015 году ISBN 978-5-43-86-0712-0.

### **Описание диагностических тестов**

#### Младшая группа.

- СУША Соответствующие возрасту общеразвивающие упражнения (ОРУ) для рук, плечевого пояса, туловища, ног.
- ВОДА Упражнения по начальному освоению с водой (вход в воду и выход из воды по лестнице, передвижения в различных направлениях разными способами, игра с надувными предметами).

#### Средняя группа.

- СУША «Стрелочка»; «Ножницы».
- ВОДА «Стрелочка» на груди; 5-6 вдохов-выдохов в воду подряд с полным погружением лица в воду.

#### Старшая группа

- СУША «Лодочка»; «Лодочка плывёт»; «Мельница».
- ВОДА «Стрелочка»; «Поплавок» (задержка дыхания на вдохе), «Звездочка» на спине.

#### Подготовительная группа

- СУША «Лодочка»; «Лодочка плывёт»; «Мельница»; «Стрелочка на спине».
- ВОДА Кроль на груди в полной координации; «поплавок» (задержка дыхания на вдохе); стрелочка на спине с работой ног кролем.

### **Организация тестирования**

1.Тестирование занимающихся проводится два раза в год: в начале года - в сентябре, в конце года - в мае (в первой половине дня). Первичное и повторное обследование детей проводится в одинаковых условиях.

2.Тестирование проводится только во время, отведенное для занятий в бассейне. Тестирование на суше и на воде проводятся на разных занятиях. Перед тестированием необходимо провести разминку. Она включает в себя ходьбу, ОРУ, дыхательные упражнения.

### **Методика проведения тестов**

#### Младшая группа

Вода. На первом, втором занятии в сентябре и на последних занятиях в мае инструктор ведет письменные наблюдения на занятиях, оценивая выполнение каждым ребенком упражнений по начальному освоению с водой (вход в воду и выход из воды по лестнице, передвижения в различных направлениях разными способами, игра с надувными предметами).

**Высокий уровень (В)** - самостоятельно смело входит в воду, не боится брызг, передвигается по дну разными способами во всех направлениях, с удовольствием играет с игрушками, не хочет выходить из воды.

**Средний уровень (С)** - входит в воду при помощи инструктора, не любит брызги, несмело передвигается по дну, играет с игрушками.

**Низкий уровень (Н)** - боится входить в воду, не любит передвигаться, стоит и держится за поручень, стремится быстрее выйти из воды.

Суша. Инструктор предлагает ребёнку выполнить соответствующие возрасту общеразвивающие упражнения (ОРУ) для рук, плечевого пояса, туловища, ног.

**В** – внимательно слушает, старательно повторяет.

**С** – не всегда внимательно слушает, отвлекается, не всегда повторяет

**Н** – слушает невнимательно, постоянно отвлекается, повторяет редко.

Для того, чтобы оценить физическую подготовленность детей дошкольного возраста в воде и на суше в рамках программы по обучению плаванию необходимо присвоить уровням освоения упражнений следующие баллы:

Высокий(В) – 3, Средний(С) – 2, Низкий(Н) – 1. Затем баллы суммируются и рассчитывается средний балл.

Если средний балл составляет от 1 до 1,9, то можно говорить о низкой степени освоения программы.

При среднем балле от 2 до 2,9 – средняя степень.

Величина среднего балла равная 3 свидетельствует о высокой степени освоения программы. В (*Приложение 2*) представлены протоколы тестирования детей в разных возрастных группах.

## 2. ПРОЕКТИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Содержание работы по образовательной области «Физическое развитие» (в бассейне) ориентировано на разностороннее развитие дошкольников с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей с учетом интеграции следующих образовательных областей: «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие». Задачи психолого-педагогической работы по формированию физических, интеллектуальных и личностных качеств детей решаются интегрированно в ходе освоения всех образовательных областей наряду с задачами, отражающими специфику каждой образовательной области, с обязательным психологическим сопровождением.

При этом решение программных образовательных задач предусматривается не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и в ходе режимных моментов — как в совместной деятельности взрослого и детей, так и в самостоятельной деятельности дошкольников.

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.

Младший дошкольный возраст – возраст активного приобщения к воде, подготовки к занятиям плаванием. С самого начала детей знакомят с основными правилами: входить в воду по разрешению педагога, не стоять в воде без движения, не мешать друг другу купаться, не толкать друг друга, не бегать, не кричать, по команде преподавателя быстро выходить из воды. После того как дети научились самостоятельно входить в воду, надо приучать их к простейшим передвижениям и продвижениям. Основные задачи начального обучения плаванию на данном этапе включают в себя игры с игрушками, все виды ходьбы: по одному, группой, вдоль бортика, на носках, по кругу и т.д., бега: произвольном и заданном направлении, с высоким подниманием коленей, убегать и догонять и т.д., прыжков: на двух ногах на месте, продвигаясь вперед, в длину с места, подпрыгивать высоко и падать в воду. Дети второй младшей группы должны освоить погружение под воду. При обучении детей младшего дошкольного возраста плаванию большое внимание уделяется начальному этапу формирования правильных навыков. На занятиях во 2 младшей группе дети обучаются держаться на поверхности воды (всплывать, лежать, скользить) хотя бы в течение непродолжительного времени, тем самым получая представление о выталкивающей и поддерживающей силе воды, кроме того, дети должны самостоятельно научиться выполнять вдох – выдох в воду несколько раз. Это связано с тем, что первоначально созданные и закрепленные навыки, они не разрушаются полностью и впоследствии могут проявиться. При неправильно сформированных навыках в плавании (скольжении) движения выполняются неэкономно, и это затрудняет весь дальнейший процесс обучения. Переучивать детей очень сложно. По мнению Т. И. Осокиной, к концу учебного года дети младшей группы в воде должны уметь: свободно перемещаться в воде (ходить, бегать, прыгать), доставать со дна игрушки, погружаться в воду с открытыми глазами; делать выдохи в воду (3-4 раза). При таком подходе уже в

средней группе выполняются требования программы воспитания и обучения в детском саду по плаванию.

**Развернутое комплексно-тематическое планирование работы с детьми по образовательной области  
«Физическое развитие» (в бассейне) согласно ФГОС ДО в младшей группе на 2021-2022 уч. год**

<b>Сентябрь</b>				
<b>Виды движений</b>	<b>Программные задачи</b>		<b>Содержание</b>	<b>Интеграция образовательных областей</b>
	<b>Обучающие</b>	<b>Воспитательные</b>		
<b>1</b>	<b>2</b>		<b>3</b>	<b>4</b>
<b>Непосредственно-образовательная деятельность (Регламентированная деятельность)</b>				
<b>Упражнения на суше</b>	Ознакомить с плавающими игрушками	Ознакомить с правилами безопасного поведения в бассейне (в раздевалке, в душе, на бортике)	Правила поведения в бассейне. Перечисление основных принадлежностей для занятий. Имитационные игры с плавающими игрушками. Ходьба вокруг чаши (на носочках, руки вверх, руки вперед)	<i>Социально-коммуникативное развитие</i> формирование основ безопасного поведения в быту  <i>Познавательное развитие</i> формирование
<b>Упражнения по освоению с водой</b>	Ознакомить со свойствами воды (прозрачность, текучесть, выталкивание и др.)	Ознакомить с правилами поведения в воде (не кричать, не толкаться, не мешать друг другу и т.п.)	Вход и выход из воды по лестнице. Передвижение вдоль поручня приставными шагами, держась 2-мя руками, 1ой рукой	первичных представлений об объектах окружающего мира, о свойствах и отношениях объектов окружающего мира
<b>Упражнения на обучение дыханию</b>	Обучить начальным основам дыхания в воде	Воспитать дисциплинированность (начинать и заканчивать упражнения по команде)	Гудеть, подражая самолету, пароходу, поезду (губы трубочкой), ходьба с корабликом в руках и с гудением.	<i>Речевое развитие</i> пополнение картотеки игр с использованием звуков

<b>Упражнения с предметом</b>	Ознакомить с плавающими игрушками в водной среде	Развить познавательный интерес к плавающим животным	Ознакомление с плавающими игрушками. Покатать по воде кораблик в разные стороны.	<i>Художественно-эстетическое развитие</i> упражнения, имитирующие различных животных
<b>Подвижные игры</b>	Развить общую моторику и координацию движений	Воспитать гигиенические навыки	«Моем ручки» «Умываем личико» «Кораблик»	
<b>Создание единого физкультурно-образовательного пространства детства</b>				
<b>Взаимодействие с воспитателями</b>	Консультация «Что нужно для занятий в бассейне»			
<b>Взаимодействия с родителями</b>	Выступление на родительских собраниях. Индивидуальные беседы			
<b>Не регламентированная деятельность</b>				
<b>Совместная деятельность детей с воспитателем</b>	Гигиенические процедуры в режиме дня			
<b>Самостоятельная деятельность</b>	Игры			
<b>Октябрь</b>				
<b>Виды движений</b>	<b>Программные задачи</b>		<b>Содержание</b>	<b>Интеграция образовательных областей</b>
	<b>Обучающие</b>	<b>Воспитательные</b>		
<b>1</b>	<b>2</b>		<b>3</b>	<b>4</b>
<b>Непосредственно-образовательная деятельность (Регламентированная деятельность)</b>				
<b>Упражнения на суше</b>	Обучить ОРУ на суше	Воспитать самостоятельность (самообслуживание в	Ходьба, ОРУ («потягушки», руки вверх, руки вперед, руки	<i>Социально-коммуникативное развитие</i>

		раздевалке, душе)	в стороны)	воспитание самостоятельности
<b>Упражнения по освоению с водой</b>	Продолжить ознакомление со свойствами воды	Продолжить ознакомление с правилами поведения в воде	Вход и выход из воды по лестнице. Ходьба вдоль поручня без поддержки. Подскоки, держась за поручень.	<i>Познавательное развитие</i> формирование первичных представлений об объектах окружающего мира (водная среда), о свойствах и отношениях объектов окружающего мира (водные животные)
<b>Упражнения на обучение дыханию</b>	Обучить начальным основам дыхания в воде	Воспитать дисциплинированность (начинать и заканчивать упражнения по команде)	Дуть на игрушки, заставляя их перемещаться. Дуть на малый мяч, перемещая его вдоль бортика.	<i>Речевое развитие</i> <i>Художественно-эстетическое развитие</i> упражнения,
<b>Упражнения с предметом</b>	Продолжить ознакомление с плавающими игрушками в водной среде	Воспитывать активность, инициативность	Ходить, прятать под воду, отпускать, приносить рыбку, кораблик. Броски и ловля малого мяча. Ходьба от бортика до бортика, держа в руках игрушку.	имитирующие различных животных
<b>Подвижные игры</b>	Развить общую моторику и координацию движений	Воспитывать эмоциональность	«Море волнуется» «Кораблики плывут» «Ветерок» «Умываемся»	
<b>Создание единого физкультурно-образовательного пространства детства</b>				
<b>Взаимодействие с воспитателями</b>	Беседа «Индивидуальная работа с детьми страдающими водобоязнью»			
<b>Взаимодействия с родителями</b>	Консультация «Что делать, если малыш боится воды»			
<b>Не регламентированная деятельность</b>				
<b>Совместная</b>	Гигиенические процедуры в режиме дня			

деятельность детей с воспитателем				
Самостоятельная деятельность	Игры			
<b>Ноябрь</b>				
Виды движений	Программные задачи		Содержание	Интеграция образовательных областей
	Обучающие	Воспитательные		
1	2		3	4
<b>Непосредственно-образовательная деятельность (Регламентированная деятельность)</b>				
Упражнения на суше	Продолжить обучение ОРУ	Воспитать самостоятельность (самообслуживание в раздевалке, душе)	Ходьба, бег, подскоки («мячики»), ОРУ.	<i>Социально-коммуникативное развитие</i> воспитание самостоятельности
Упражнения по освоению с водой	Продолжить ознакомление со свойствами воды	Развивать внимание	Ходьба, подскоки руки в стороны от бортика до бортика.	
Упражнения на обучение дыханию	Развивать длительный непрерывный выдох	Воспитать дисциплинированность (начинать и заканчивать упражнения по команде)	Зачерпнуть воду в ладошку, опустить туда губы, громко погудеть, вытягивая губы трубочкой («пузыри») Дуть на малый мяч, перемещая его вдоль бортика.	<i>Познавательное развитие</i> ознакомление с особенностями функционирования дыхательной системы в водной среде
Упражнения с предметом	Познакомить со свойствами плавающих	Воспитывать активность,	Ходьба, бег, подскоки в круге;	

	кругов	инициативность	опускание под воду, ловля плавающих игрушек, сбор плавающих игрушек.	артикуляции  <i>Художественно-эстетическое развитие</i>
<b>Подвижные игры</b>	Развить общую моторику и координацию движений	Способствовать развитию психических процессов и положительных эмоций	«Летучие рыбки» «Умываемся» «Пузыри» «Хлопай – топай» «Мячики» «Принеси мяч»	пополнение картотеки игр с плавающими животными
<b>Создание единого физкультурно-образовательного пространства детства</b>				
<b>Взаимодействие с воспитателями</b>	Рабочее совещание «Двигательная активность детей в режиме дня»			
<b>Взаимодействия с родителями</b>	Консультация «Как помочь ребёнку быть здоровым»			
<b>Не регламентированная деятельность</b>				
<b>Совместная деятельность детей с воспитателем</b>	Игры в центре «Песок и вода»			
<b>Самостоятельная деятельность</b>	Игры			
<b>Декабрь</b>				
<b>Виды движений</b>	<b>Программные задачи</b>		<b>Содержание</b>	<b>Интеграция образовательных областей</b>
	<b>Обучающие</b>	<b>Воспитательные</b>		
<b>1</b>	<b>2</b>		<b>3</b>	<b>4</b>
<b>Непосредственно-образовательная деятельность (Регламентированная деятельность)</b>				
<b>Упражнения на суше</b>	Развить координацию движений	Ознакомить с пользой закаливания	Ходьба, бег, подскоки («мячики»),	<i>Социально-коммуникативное</i>

			ОРУ.	<i>развитие</i>
<b>Упражнения по освоению с водой</b>	Сосредоточить внимание на выталкивающих свойствах воды	Способствовать воспитанию активности и смелости	Ходьба, бег, подскоки в разных направлениях. Движения рук в разных направлениях для создания волн. Прыжки у поручня, приседая под воду.	значение формирования основ здорового образа жизни для жизни в социуме  <i>Познавательное развитие</i>
<b>Упражнения на обучение дыханию</b>	Развивать длительный непрерывный выдох. Способствовать дифференциации гласных звуков	Воспитать дисциплинированность (начинать и заканчивать упражнения по команде)	Зачерпнуть воду в ладонку, опустить туда губы, сильно подуть. Дуть на мяч, перемещая его вдоль бортика	воображения и творческой активности в играх с плавающими игрушками  <i>Речевое развитие</i>
<b>Упражнения с предметом</b>	Ознакомить с безопасным положением в круге	Воспитывать активность, инициативность	Ходьба, бег, подскоки от бортика до бортика с мячом, ходьба, бег, подскоки в круге, вис в круге. Сбор плавающих игрушек шагом и бегом	дифференциации гласных звуков при обучении дыханию  <i>Художественно-эстетическое развитие</i>
<b>Подвижные игры</b>	Развить общую моторику и координацию движений	Способствовать развитию психических процессов и положительных эмоций	«Мячики» «Принеси мяч» «Поймай мяч» «Волны на море» «Остуди чай» «Лодочки плывут» «Рыбалка» «Спрячемся под воду»	развитие воображения и творческой активности в играх с плавающими игрушками

<b>Создание единого физкультурно-образовательного пространства детства</b>				
<b>Взаимодействие с воспитателями</b>	Консультация «Закаливание водой»			
<b>Взаимодействия с родителями</b>	Консультация «Закаливание водой в домашних условиях»			
<b>Не регламентируемая деятельность</b>				
<b>Совместная деятельность детей с воспитателем</b>	Закаливающие процедуры в режиме дня. Игры в центре «Песок и вода»			
<b>Самостоятельная деятельность</b>	Игры			
<b>Январь</b>				
<b>Виды движений</b>	<b>Программные задачи</b>		<b>Содержание</b>	<b>Интеграция образовательных областей</b>
	<b>Обучающие</b>	<b>Воспитательные</b>		
<b>1</b>	<b>2</b>		<b>3</b>	<b>4</b>
<b>Непосредственно-образовательная деятельность (Регламентированная деятельность)</b>				
<b>Упражнения на суше</b>	Развить координацию движений. Закрепить умение ориентироваться в пространстве	Способствовать воспитанию инициативности	Ходьба, бег, подскоки. Броски и ловля малого мяча. Потягивание, лежа на груди и на спине. Сидя в упоре сзади махи прямыми ногами попеременно	<i>Социально-коммуникативное развитие</i> обновление информационного стенда «Учись плавать»
<b>Упражнения по освоению с водой</b>	Сосредоточить внимание на выталкивающих	Воспитывать активность, инициативность	Ходьба, бег, подскоки от бортика до бортика. Движения рук в	

	свойствах воды		разных направлениях для создания волн. Прыжки у поручня, приседая под воду.	первичных представлений о себе (почему я могу плавать)
<b>Упражнения на обучение дыханию</b>	Развивать длительный непрерывный выдох. Способствовать дифференциации гласных звуков	Воспитать дисциплинированность (начинать и заканчивать упражнения по команде)	Зачерпнуть воду в ладонку, опустить туда губы, сильно подуть. Держась руками за поручень, присесть, опуская губы в воду с активным выдохом. Дуть на мяч, перемещая его вдоль бортика	<i>Речевое развитие</i> пополнение картотеки «Загадки о плавающих животных»  <i>Художественно-эстетическое развитие</i> развитие воображения и творческой активности в играх с плавающими игрушками
<b>Упражнения с предметом</b>	Продолжить ознакомление с безопасным положением в круге	Развивать эмоциональность и активность	Ходьба, бег, подскоки в круге. Лежание на круге на груди и на спине. Ходьба, бег, подскоки от бортика до бортика с малым мячом, броски и ловля мяча	
<b>Подвижные игры</b>	Развить общую моторику и координацию движений	Формировать коммуникативные навыки	«Пузыри» «Догони меня» «Катаемся на круге» «Принеси мяч» «Катаемся на мяче» «Катаемся на палке» «Ураган на море»	

<b>Создание единого физкультурно-образовательного пространства детства</b>				
<b>Взаимодействие с воспитателями</b>	Консультация «Центр движения в группе»			
<b>Взаимодействия с родителями</b>	Консультация «Плыть-здоровым быть»			
<b>Не регламентированная деятельность</b>				
<b>Совместная деятельность детей с воспитателем</b>	Закаливающие процедуры в режиме дня. Игры в центре «Песок и вода»			
<b>Самостоятельная деятельность</b>	Игры			
<b>Февраль</b>				
<b>Виды движений</b>	<b>Программные задачи</b>		<b>Содержание</b>	<b>Интеграция образовательных областей</b>
	<b>Обучающие</b>	<b>Воспитательные</b>		
<b>1</b>	<b>2</b>		<b>3</b>	<b>4</b>
<b>Непосредственно-образовательная деятельность (Регламентированная деятельность)</b>				
<b>Упражнения на суше</b>	Развить координацию движений, гибкость. Закрепить умение ориентироваться в пространстве	Поддерживать инициативу детей	Ходьба, бег, подскоки. ОРУ. Потягивание, лежа на груди и на спине. Сидя в упоре сзади махи прямыми ногами попеременно. Упражнения в парах с малым мячом.	<i>Социально-коммуникативное развитие</i> обновление информационного стенда «Учись плавать»
<b>Упражнения по освоению с водой</b>	Обучить лежанию на воде у неподвижной опоры	Воспитать дисциплинированность (начинать и заканчивать	Ходьба, бег, подскоки от бортика до бортика. Движения рук в	<i>Познавательное развитие</i>

		упражнения по команде)	разных направлениях для создания волн. Прыжки у поручня, приседая под воду. Лежание на животе держась, за поручень	формирование первичных представлений о себе (почему я могу плавать)
<b>Упражнения на обучение дыханию</b>	Развивать длительный непрерывный выдох в сочетании с глубоким вдохом	Развивать внимание	Держась руками за поручень, приседать, опуская губы в воду с активным выдохом. Дуть на мяч, перемещая его вдоль бортика, от бортика к бортику	<i>Речевое развитие</i> пополнение картотеки «Загадки о плавающих животных»  <i>Художественно-эстетическое развитие</i>
<b>Упражнения с предметом</b>	Обучить передвижению в безопасном положении в круге при помощи ног	Воспитывать активность, инициативность	Ходьба, бег, подскоки в круге. Лежание на круге на груди и на спине. Движения ногами вверх – вниз в круге. Разбрасывание и сбор плавающих игрушек. Броски и ловля в парах малого мяча.	развитие воображения и творческой активности в играх с плавающими игрушками
<b>Подвижные игры</b>	Развить общую моторику и координацию движений	Формировать коммуникативные навыки	«Спрячемся в круг» «Фонтаны на круге» «Кораблики плывут в порт» «Поймай мяч»  «Какая пара лучше ловит мяч» «Уточки	

			уплывают»	
<b>Создание единого физкультурно-образовательного пространства детства</b>				
<b>Взаимодействие с воспитателями</b>	Консультация «Взаимодействие педагогов и родителей по вопросам здоровьесбережения детей»			
<b>Взаимодействия с родителями</b>	Консультация «Семейное посещение аквапарка» (актуальные вопросы безопасности)			
<b>Не регламентируемая деятельность</b>				
<b>Совместная деятельность детей с воспитателем</b>	Закаливающие процедуры в режиме дня. Игры в центре «Песок и вода»			
<b>Самостоятельная деятельность</b>	Игры			
<b>Март</b>				
<b>Виды движений</b>	<b>Программные задачи</b>		<b>Содержание</b>	<b>Интеграция образовательных областей</b>
	<b>Обучающие</b>	<b>Воспитательные</b>		
<b>1</b>	<b>2</b>		<b>3</b>	<b>4</b>
<b>Непосредственно-образовательная деятельность (Регламентированная деятельность)</b>				
<b>Упражнения на суше</b>	Развить координацию движений, гибкость. Закрепить умение ориентироваться в пространстве	Поддерживать инициативу детей	Ходьба, бег, подскоки. ОРУ. Стоя на одной ноге покачать другой вперед – назад. Потягивание, лежа на груди и на спине. Сидя в упоре сзади махи прямыми ногами попеременно.	<i>Социально-коммуникативное развитие</i> создание карточек по безопасности на занятиях по ФК <i>Познавательное развитие</i> формирование первичных представлений о себе (почему я могу
<b>Упражнения по</b>	Обучить лежанию	Воспитать	Ходьба, бег,	

<b>освоению с водой</b>	на воде у неподвижной опоры	дисциплинированность (начинать и заканчивать упражнения по команде)	энергично разгребая воду руками. Прыжки у поручня и без поддержки, приседая под воду. Лежание на животе, держась за поручень	плавать)  <i>Речевое развитие</i> развитие артикуляции <i>Художественно-эстетическое развитие</i>
<b>Упражнения на обучение дыханию</b>	Развивать длительный непрерывный выдох в сочетании с глубоким вдохом	Развивать внимание	Держась руками за поручень, присесть, опуская губы в воду с активным выдохом. Держась руками за большую плавающую палку, присесть, опуская губы в воду с активным выдохом.	развитие воображения и творческой активности в играх с плавающими игрушками
<b>Упражнения с предметом</b>	Обучить передвижению в безопасном положении в круге при помощи ног. Обучить безопасному положению на мяче	Развивать эмоциональность и активность	Лежание на круге на груди и на спине. Движения ногами вверх – вниз в круге. Броски и ловля мяча. Обнять мяч поднять ноги. Разбрасывание и сбор плавающих игрушек.	
<b>Подвижные игры</b>	Развить общую моторику и координацию движений	Способствовать развитию психических процессов и положительных эмоций	«Переправа» «Найди себе пару» «Пузыри» «Бегом за мячом» «Потягушки» «Прыг – скок»	

<b>Создание единого физкультурно-образовательного пространства детства</b>				
<b>Взаимодействие с воспитателями</b>	Консультация «Дышим правильно» (рекомендации по дыхательной гимнастике в воде)			
<b>Взаимодействия с родителями</b>	Анкетирование «Система взаимодействия ДОО и семьи в вопросах сохранения здоровья детей»			
<b>Не регламентированная деятельность</b>				
<b>Совместная деятельность детей с воспитателем</b>	Закаливающие процедуры в режиме дня. Игры в центре «Песок и вода». Игры, направленные на развитие дыхательной системы детей			
<b>Самостоятельная деятельность</b>	Игры			
<b>Апрель</b>				
<b>Виды движений</b>	<b>Программные задачи</b>		<b>Содержание</b>	<b>Интеграция образовательных областей</b>
	<b>Обучающие</b>	<b>Воспитательные</b>		
<b>1</b>	<b>2</b>		<b>3</b>	<b>4</b>
<b>Непосредственно-образовательная деятельность (Регламентированная деятельность)</b>				
<b>Упражнения на суше</b>	Закрепить координацию ранее разученных движений	Закреплять и поощрять проявление самостоятельности и дисциплинированности	Ходьба, бег, подскоки. ОРУ. Стоя на одной ноге покачать другой вперед – назад. Потягивание, лежа на груди и на спине. Движения ногами вверх – вниз, лежа на груди.	<i>Социально-коммуникативное развитие</i>  <i>Познавательное развитие</i> формирование первичных представлений о себе (почему я могу плавать) <i>Речевое развитие</i> пополнение
<b>Упражнения по освоению с водой</b>	Закрепить умение лежать на воде у неподвижной опоры на груди. Обучить умение	Способствовать развитию инициативности	Ходьба, бег, энергично разгребая воду руками. Прыжки у поручня и без поддержки,	

	лежать на воде у неподвижной опоры на спине		приседая под воду. Лежание на животе и на спине, держась за поручень	картотеки стихотворений для использования в подвижных играх в воде  <i>Художественно-эстетическое развитие</i>
<b>Упражнения на обучение дыханию</b>	Развивать длительный непрерывный выдох в сочетании с глубоким вдохом	Развивать внимание	Держась руками за поручень, приседать, опуская губы в воду с активным выдохом. Приседая в круге громко гудеть, опуская губы в воду.	
<b>Упражнения с предметом</b>	Закрепить умение передвигаться в безопорном положении в круге при помощи ног. Обучить безопорному положению на мяче	Развивать эмоциональность и активность	Прохождение в обруч, держа в руках кораблик. Плавание в круге на груди и на спине при помощи ног. Обнять мяч поднять ноги.	
<b>Подвижные игры</b>	Развить общую моторику и координацию движений	Воспитывать активность, инициативность; способствовать развитию психических процессов и положительных эмоций	«Спрячемся под воду» «Потягушки» «Пузыри» «Ледокол» «Кораблики плывут в ворота» «Море волнуется» «Кипит вода»	
<b>Создание единого физкультурно-образовательного пространства детства</b>				
<b>Взаимодействие с</b>	Лекция-практикум «Валеологические аспекты в работе с детьми»			

<b>воспитателями</b>				
<b>Взаимодействия с родителями</b>	Открытые уроки для родителей			
<b>Не регламентированная деятельность</b>				
<b>Совместная деятельность детей с воспитателем</b>	Закаливающие процедуры в режиме дня. Игры в центре «Песок и вода». Игры, направленные на развитие дыхательной системы детей			
<b>Самостоятельная деятельность</b>	Игры			
<b>Май</b>				
<b>Виды движений</b>	<b>Программные задачи</b>		<b>Содержание</b>	<b>Интеграция образовательных областей</b>
	<b>Обучающие</b>	<b>Воспитательные</b>		
<b>1</b>	<b>2</b>		<b>3</b>	<b>4</b>
<b>Непосредственно-образовательная деятельность (Регламентированная деятельность)</b>				
<b>Упражнения на суше</b>	Закрепить координацию ранее разученных движений	Закреплять и поощрять проявление самостоятельности и дисциплинированности	Ходьба, бег, подскоки. ОРУ. Стоя на одной ноге покачать другой вперед – назад. Потягивание, лежа на груди и на спине. Движения ногами вверх – вниз, лежа на груди.	<i>Социально-коммуникативное развитие</i> Создание условий для лучшей коммуникации детей и родителей в процессе обучения плаванию «Как заниматься с детьми летом в воде»
<b>Упражнения по освоению с водой</b>	Закрепить умение лежать на воде у неподвижной опоры на груди и на спине	Способствовать развитию инициативности	Ходьба, бег, энергично разгребая воду руками. Прыжки у поручня и без поддержки, приседая под воду. Лежание на животе и на	<i>Познавательное развитие</i> игры, направленные на

			спине, держась за поручень	формирование первичных представлений о природных явления (дождь, ливень, буря) и фауне (плавающие животные)
<b>Упражнения на обучение дыханию</b>	Развивать длительный непрерывный выдох в сочетании с глубоким вдохом	Развивать внимание	Держась руками за поручень, присесть, опуская губы в воду с активным выдохом. Приседая в круге громко гудеть, опуская губы в воду	<i>Речевое развитие</i> игры разной подвижности с проговариванием текста
<b>Упражнения с предметом</b>	Закрепить умение передвигаться в безопасном положении в круге при помощи ног. Закрепить умение сохранять безопасное положение на мяче	Развивать эмоциональность и активность	Прохождение в обруч, держа в руках кораблик. Плавание в круге на груди и на спине при помощи ног. Обнять мяч поднять ноги. Разбрасывание и сбор плавающих игрушек.	<i>Художественно-эстетическое развитие</i> создание картотеки упражнений для занятий на суше, имитирующих различных водных животных
<b>Подвижные игры</b>	Развить общую моторику и координацию движений	Формировать доброжелательное отношение друг к другу и коммуникативные навыки	«Поймай мяч» «Пузыри» «Быстрые мячи» «Катаемся на мяче» «Спрячемся под воду» «Море волнуется» «У кого больше пузырей?» «Переправа»	
<b>Создание единого физкультурно-образовательного пространства детства</b>				
<b>Взаимодействие с воспитателями</b>	Выступление на итоговом педсовете «Достижения детей в конце учебного года»			

<b>Взаимодействия с родителями</b>	Консультация «Как заниматься с детьми летом в воде»
<b>Не регламентированная деятельность</b>	
<b>Совместная деятельность детей с воспитателем</b>	Закаливающие процедуры в режиме дня. Игры в центре «Песок и вода». Игры, направленные на развитие дыхательной системы детей
<b>Самостоятельная деятельность</b>	Игры

У детей пятого года жизни закрепляются умения и навыки плавания, приобретённые в младшем возрасте. Для их совершенствования важно, чтобы упражнения усложнялись, повышались требования к самостоятельности детей. На занятиях в средней группе дети обучаются держаться на поверхности воды (всплывать, лежать, скользить) хотя бы в течение непродолжительного времени, тем самым получая представление о выталкивающей поддерживающей силе воды, кроме того, дети должны научиться, самостоятельно выполнять вдох – выдох в воду несколько раз. С учетом основных задач обучения плаванию мы включаем на данном этапе игры с игрушками, включая все виды ходьбы, бега и прыжков (упражнения усложняются по мере их усвоения детьми). Занятие начинается с построения группы и перекички детей. Занятие начинается с ОРУ на суше или в воде (упражнения должны быть энергичными). Количество повторений упражнений и игр, их интенсивность увеличивается по мере овладения навыками. Дозировка упражнений для мальчиков и девочек пятого года жизни одинакова. В средней группе идёт обучение лежанию на воде, всплытию, скольжению. В обучении плаванию используются разнообразные игры, подготовительные и подводящие упражнения. С большинством упражнений дети знакомятся вначале на суше, а потом разучивают их в воде. Также идёт обучение таким упражнениям как «Стрела», «Медуза», «Поплавок», «Звезда». При обучении детей среднего дошкольного возраста плаванию уделяется большое внимание формированию правильных навыков. Это связано с тем, что первоначально созданные и закреплённые, они не разрушаются полностью и впоследствии могут проявиться. При неправильно сформированных навыках в плавании (скольжении) движения выполняются неэкономно, и это затрудняет весь дальнейший процесс обучения. По мнению Т. И. Осокиной, к концу учебного года дети средней группы в воде должны уметь: доставать со дна игрушку, погружаясь в воду с открытыми глазами; делать выдох в воду (5-6 раз); скользить на груди; выполнять упражнение «поплавок» (3-4 раза); с помощью взрослого лежать на спине. При таком подходе уже в средней группе выполняются требования программы воспитания и обучения в детском саду по плаванию.

### 3. Информационно-методическое обеспечение программы

Согласно ОП ДО ГБДОУ детский сад №62 Приморского района Санкт-Петербурга, в образовательной деятельности с детьми используются следующие парциальные программы и технологии:

1. Воскобович В.В., Харько Т.Г. Сказочные лабиринты игры: игровая технология интеллектуально-творческого развития детей 3-7 лет. – СПб.: ООО «РИВ», 2009.
2. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Богина Т.Л. Обучение плаванию в детском саду: Книга для воспитателей детского сада и родителей. - М.: Просвещение, 1991.
3. Здоровый малыш: Программа оздоровления детей в ДОО / Под ред. З.И. Берсневой. – М.: ТЦ СФЕРА, 2008.
4. Авдеева Н.Н., Князева Н.Л., Стеркина Р.Б. Безопасность: Учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста. – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2008.
5. Вербенец А. М. Мы входим в мир прекрасного: образовательная программа и методические рекомендации для педагогов дошкольных образовательных учреждений, музейных педагогов и студентов педагогических вузов. – СПб.: изд—во Русского музея, 2008.

Применительно к рассматриваемой группе, из данного списка применяются программы/технологии № 2, 3, 4

#### Методические пособия по управлению и организации работы в ДОО

- Агурищева Е.А., Баландина Л.А. Комплексная безопасность в дошкольной образовательной организации. Информационно-методическое обеспечение : Практическое пособие. / Под ред. А.К. Сундуковой. – М.: ИД «Цветной мир», 2014.
- Адаптация ребенка в детском саду. Советы педагогам и родителям: Сборник. – СПб.: Речь, Образовательные проекты; М.: Сфера, 2010.
- Адаптация ребенка к ДОО. / автор-сост. Т.В. Иванова. – Волгоград: Корифей, 2009.
- Бережнова О.В., Тимофеева Л.Л. Оценка профессиональной деятельности педагога детского сада. Методическое пособие. – М.: Издательский дом «Цветной мир», 2014.
- Богословец Л.Г., Давыдова О.И. Положения, регламентирующие деятельность ДОО: учеб.-метод. пособие.- М.: ТЦ Сфера, 2014 .
- Веракса Н.Е., Веракса А.Н. Проектная деятельность дошкольников. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014.
- Виноградова Н.А., Микляева Н.В. Формирование гендерной идентичности. Методическое пособие. – М.: ТЦ Сфера, 2012.
- Внедрение ФГОС ДО в практику работы дошкольных образовательных организаций / сост. Н.В. Нищеева. – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2014.
- Журнал контроля и оценки развивающей предметно-пространственной среды в ДОО / авт.-сост. Н.Н. Гладышева, Л.В. Чернова. – Волгоград: Учитель, 2015.
- Зверева О.Л., Кротова Т.В. Общение педагога с родителями в ДОО: Методический аспект. – М.: ТЦ Сфера, 2009.

- *Карabanова О.А. и др. Организация развивающей предметно-пространственной среды в соответствии с ФГОС ДО. – М.: ФИРО, 2014.*
- *Контроль в детском саду: планирование, анализ, практический инструментарий / авт.-сост. С.Е. Шамрай [и др.]. – Волгоград: Учитель, 2015.*
- *Кочкина Н.А., Чернышева А.Н. Портфолио в ДОО. – М.: Скрипторий 2003, 2010.*
- *Михайлова-Свирская Л.В. Работа с родителями: пособие для педагогов ДОО / Л. В. Михайлова-Свирская. - М.: Просвещение, 2015.*
- *Михайлова-Свирская Л.В. Индивидуализация образования детей дошкольного возраста: пособие для педагогов ДОО / Л. В. Михайлова-Свирская.- М.: Просвещение, 2015.*
- *Педагогическое наблюдение как метод мониторинга в дошкольном образовании: учеб.-метод. пособие / под ред. Л.С. Вакуленко, А.К. Золотовой. – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2013.*
- *Планирование образовательной деятельности и оздоровления в ДОО в летний период / Методическое пособие под ред. Тимофеевой Л.Л. – М.: Центр педагогического образования, 2014.*
- *Погребняк Л.П. Правовое обеспечение реализации ФГОС дошкольного образования. Учебно-методическое пособие.- М.: Педагогическое общество России, 2014.*
- *Сертакова Н.М. Инновационные формы работы взаимодействия дошкольного образовательного учреждения с семьей: метод. пособие. – СПб.: ИЗДАТЕЛЬСТВО ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2013.*
- *Создание условий для реализации основной образовательной программы ДОО. Годовое планирование / авт.- сост. В.В. Ужастова. – Волгоград: Учитель, 2015.*
- *Создание условий для реализации основной образовательной программы ДОО. Годовое планирование / авт.-сост. В.В. Ужастова. – Волгоград: Учитель, 2014.*
- *Хабарова Т.В. Педагогические технологии в дошкольном образовании. – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2012.*

**Методические пособия и наглядно-дидактические пособия для педагогов по образовательной области «Физическое развитие»**

- *Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения: Для занятий с детьми 3-7 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015.*
- *Воробьева Т.А., Гузенко Т. В. Леворукий ребёнок: 50 уроков для подготовки к письму.- СПб.: Литера, 2011.*
- *Гаврилова Н.Н. , Микляева Н. В. Педагогические ситуации как средство активизации здоровьесберегающей среды ДОО.- М.: АРКТИ, 2011.*
- *Галанов А. С. Оздоровительные игры для дошкольников.- СПб.: Речь, 2007.*
- *Галигузова Л. Н. Мещерякова С. Ю. Физическое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2007.*
- *Гигиена и здоровье. Тематический словарь в картинках Мир человека / авт.-сост. Н.Л. Шестернина. - М.: Школьная Пресса, 2009.*
- *Голицына Н. С., Шумова И. М. Воспитание основ здорового образа жизни у малышей.- М.: Скрипторий 2003, 2010.*
- *Закаливание детей дошкольного возраста./ Автор-сост. С.Е. Голомидова. – Волгоград: Корифей, 2010.*

- Зверева М.В. *Готовимся к школе. Сохрани своё здоровье сам! Школа здоровья для старших дошкольников и их родителей/ М. В. Зверева. 2012.*
- *Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения: модели программ, рекомендации, разработки занятий/ авт.-сост. М.А. Павлова, М. В Лысогоorskая. - Волгоград: Учитель, 2009.*
- *Здравствуй, пальчик! Как живёшь?: картотека тематических пальчиковых игр/ сост. Л. Н. Калмыкова. - Волгоград: Учитель, 2014.*
- *Картушина М. Ю. Праздники здоровья для детей 3-4 лет. Сценарии для ДОО. – М.: ТЦ Сфера, 2009.*
- *Кириллова Ю. А. Навстречу Олимпиаде. Физкультурные досуги для детей старшего дошкольного возраста. – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2012.*
- *Козлова С.А. , Шукина С.Е. Тематический словарь в картинках. Мир человека: Я и моё тело. – М.: Школьная Пресса, 2012.*
- *Лаптева Г.В. Развивающие прогулки для детей 3-4 лет. Программа для детского сада и не только.- СПб.: Речь; М.: Сфера, 2011.*
- *Маханева М. Д. Программа оздоровления детей дошкольного возраста. – М.: ТЦ Сфера, 2013.*
- *Николаева Е. И., Федорук В. И., Захарина Е. Ю. Здоровьесбережение и здоровьесформирование в условиях детского сада : метод. Пособие. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2014.*
- *Овчинникова Т.С., Потапчук А. А. Двигательный игротренинг для дошкольников. – СПб.: Речь; М.: Сфера, 2009.*
- *Оздоровительная работа в ДОО: нормативно-правовые документы, рекомендации / авт.-сост. М.С. Горбатова. – Волгоград: Учитель, 2008.*
- *Оздоровительные игры. Подготовительная группа. / Автор-сост. С.Е. Голомидова. – Волгоград: Корифей, 2010.*
- *Оздоровление детей в условиях детского сада/Под ред. Л.В.Кочетковой. – М.: ТЦ Сфера, 2008.*
- *Охрана здоровья дошкольников: Справочное пособие для ДОО/ Сост. Ахметзянов И. М. - М.: ТЦ Сфера, 2007.*
- *Пензулаева Л. И. . Растём здоровыми и крепкими! : книга для родителей и детей 4-5 лет/ Пензулаева Л. И. - М.: Дрофа, 2007.*
- *Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015.*
- *Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015.*
- *Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду: Младшая группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015.*
- *Пензулаева Л. И. Растём здоровыми и крепкими! : книга для родителей и детей 5-6 лет/ Пензулаева Л. И. - М.: Дрофа, 2007.*
- *Покровский Е. А. Игры н аразвитие ловкости. Коллекция русских игр.- СПб.: Речь, 2010.*
- *Покровский Е.А. Игры дома и на улице. Коллекция русских детских игр. – СПб.: Речь, 2010.*
- *Потапчук А.А. Как сформировать правильную осанку у ребенка. – СПб.: Речь; М.: Сфера, 2009.*
- *Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОО: Практическое пособие / Авт.-сост. О.Н. Моргунова О. Н. – Воронеж: Метода, 2013.*
- *Сизова Н. О. Валеология. Конспекты комплексных занятий в детском саду (от 3 до 7 лет). - СПб.: Паритет, 2008.*

- Система физического воспитания в ДОО: Планирование, информационно-методические, материалы разработки занятий и упражнений спортивные игры/ авт.-сост. Литвинова О. М.- Волгоград: Учитель, 2007.
- Сметанкин А., Сметанкин А., Межевалов А., Ромодин В. «Будь здоров, малыш!»: Учебник здоровья для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – СПб.: Белл, 2011.
- Сочеванова Е.А. Подвижные игры с бегом для детей 4-7 лет: Методическое пособие для педагогов ДОО. – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2008.
- Стожарова М.Ю. Формирование психологического здоровья дошкольников / М. Ю. Стажарова.- Ростов н/Д: Феникс, 2007.
- Таплюк С. Н. Занятия на прогулке с малышами: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. Для работы с детьми 2-4 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010.
- Татарникова Л.Г. Педагогическая валеология: Генезис. Тенденции развития. – СПб.: Петроградский и К°, 1995.
- Теория и методика физической культуры дошкольников: учеб. пособие для студентов академий, университетов, институтов физической культуры и факультетов физической культуры педагогических ВУЗов / Под ред. С.О. Филипповой, Г.Н. Пономарева. - СПб.: ДЕТСТВА-ПРЕСС, 2010.
- Филякина Л.К. Промокашка для фантазера. Освоение письма дошкольниками с помощью родителей, перьевой ручки, мелка, карандаша, фломастера, а главное - разговоров между собой и со взрослыми.- СПб.: Образовательные проекты, 2013.
- Фирилева Ж.Е., Сейкина Е.Г. СА-ФИ-ДАНСЕ. Танцевально-игровая гимнастика для детей. учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. - СПб.; ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2007.
- Шорыгина Т. А. Беседы о здоровье: Методическое пособие. – М.: ТЦ Сфера, 2008.
- Шорыгина Т.А. Спортивные сказки. Беседы с детьми о спорте и здоровье.- М.: ТЦ Сфера, 2015.
- Щетинин М.Н. Стрельниковская дыхательная гимнастика для детей. – М.: Айрис-пресс, 2007.
- Янушко Е.А. Развитие мелкой моторики рук у детей раннего возраста (1-3года). Методическое пособие для воспитателей и родителей. – М.: Мозаика-Синтез, 2007.
- Осокина Т. И., Тимофеева Е.А., Богина Т.Л.; Обучение плаванию в детском саду; М. «Просвещение»; 1991
- Петрова Н.Л., Баранов В.А.; Плавание. Техника обучения детей с раннего возраста; М.; «Издательство ФАИР», 2008
- Булгакова Н.Ж.; Отбор и подготовка юных пловцов; М.; ФиС, 1986.
- Макаренко Л.П.; Техническое мастерство пловца; М.; ФиС, 1975.
- Левин Герхард; Плавание для малышей; М. «Физкультура и спорт»; 1974
- Осокина Т. И.; Как научить детей плавать; М. «Просвещение»; 1985
- Курамшин Ю.Ф., Поповский В.М.; Найдите свой талант; Л., «Лениздат»; 1987
- Васильев В.С., Обучение детей плаванию; М., «Физкультура и спорт»; 1989
- Спортивное плавание. Учебник для вузов физической культуры / Под ред. Н.Ж. Булгаковой; М.; ФОН, 1996.
- Ласточкина Е.В., Ващук О.В., Леонтьук А.М., Леонтьук Л.М., Плавание для детей с нарушениями осанки; С-Пб., Балтийская Педагогическая Академия; 2001

**Методические пособия и наглядно-дидактические пособия для педагогов по образовательной области «Социально-коммуникативное развитие»**

- Безопасность: Наглядно-методический комплект / Сост. Е.А. Кудрявцева и др. – Волгоград: Учитель, 2014.

- Буре Р.С. Социально-нравственное воспитание дошкольников. Для занятий с детьми 3-7 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014.
- Вдовиченко Л.А. Ребенок на улице: Цикл занятий для детей старшего дошкольного возраста по обучению правилам безопасного поведения на дороге и Правилам дорожного движения. – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2009.
- Есина Л.Д. Воспитание культуры поведения у старших дошкольников. – М.: Скрипторий 2003, 2008.
- Зеленова Н.Г., Осипова Л.Е. Мы живем в России. Гражданско-патриотическое воспитание дошкольников. (Старшая группа.) – М.: Скрипторий 2003, 2008.
- Зеленова Н.Г., Осипова Л.Е. Мы живем в России. Гражданско-патриотическое воспитание дошкольников. (Подготовительная группа.) – М.: Скрипторий 2003, 2010.
- Зеленова Н.Г., Осипова Л.Е. Мы живем в России. Гражданско-патриотическое воспитание дошкольников. (Средняя группа.) – М.: Скрипторий 2003, 2008.
- Логинова Л.В. Что может герб нам рассказать... (Нетрадиционные формы работы с дошкольниками по патриотическому воспитанию.) – М.: Скрипторий 2003, 2009.
- Лыкова И.А., Касаткина Е.И., Пеганова С.Н., Играют девочки: гендерный подход в образовании: Учебно-методическое пособие. – М.: Цветной мир, 2013.
- Лыкова И.А., Касаткина Е.И., Пеганова С.Н., Играют мальчики: гендерный подход в образовании: Учебно-методическое пособие. – М.: Издательский дом «Цветной мир», 2013.
- Лыкова И.А., Шипунова В.А. Дорожная азбука. Детская безопасность: учебно-методическое пособие для педагогов, практическое руководство для родителей. – М.: Цветной мир, 2013.
- Макарова Т.В., Ларионова Г.Ф. Толерантность и правовая культура дошкольников. Методические рекомендации – М.: ТЦ Сфера, 2008.
- Организация деятельности по формированию культурно-гигиенических навыков и этикета. Старшая и подготовительная группы. / сост. О.И. Бочкарёва. – Волгоград: Корифей, 2008.
- Потапова Т.В. Беседы о профессиях с детьми 4-7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2009.
- Права ребёнка: Дидактическое пособие в помощь педагогам дошкольного образования. - Киров: Весна Дизайн, 2007.
- Правовое воспитание. Старшая и подготовительная группы. Разработка занятий. Изд. 2-е переработанное. / сост. Р.А. Жукова. – Волгоград: Корифей, 2008.
- Прилепко Е.ф. Пожарная безопасность для дошкольников. – М.: Скрипторий 2003, 2009.
- Психология социальной одаренности: пособие по выявлению и развитию коммуникативных способностей дошкольников/[Е.А.Панько и др.]; подред .Я. Л. Коломинского, Е.А. Панько. - М.: Линка-Пресс, 2009.
- Фесюкова Л.Б. Учуся управлять собой. Комплексные занятия и игры для детей 4-7 лет. – Х.: АН ГРО ПЛЮС, 2010.
- Формирований представлений о себе у старших дошкольников: игры-занятия / авт.-сост. М.Н. Сигимова. – Волгоград: Учитель, 2009.

**Методические пособия и наглядно-дидактические пособия для педагогов по образовательной области «Познавательное развитие»**

- *Вохринцева С. Домашние животные: Дидактический материал. – Екатеринбург: Страна Фантазий, 2006.*
- *Вохринцева С. Домашние птицы: Дидактический материал. – Екатеринбург: Страна Фантазий, 2006.*
- *Вохринцева С. Жители океана: Дидактический материал. – Екатеринбург: Страна Фантазий, 2006.*
- *Вохринцева С. Обитатели Арктики и Антарктики: Дидактический материал. – Екатеринбург: Страна Фантазий, 2006.*
- *Вохринцева С. Пресмыкающиеся и земноводные: Дидактический материал. – Екатеринбург: Страна Фантазий, 2006.*
- *Вохринцева С. Растения водоемов: Дидактический материал. – Екатеринбург: Страна*
- *Дыбина О.В. Игровые технологии ознакомления дошкольников с предметным миром. Практико-ориентированная монография – М.: Педагогическое общество России, 2008.*
- *Дыбина О.В. Ребенок и окружающий мир. Программа и методические рекомендации. – М.: Мозаика-Синтез, 2008.*
- *Иванова А.И. Естественно-научные наблюдения и эксперименты в детском саду. Человек. – М.: ТЦ сфера, 2007.*
- *Иванова А.И. Мир животных. Естественно-научные наблюдения и эксперименты в детском саду. – М.: ТЦ Сфера, 2009.*
- *Иванова А.И. Экологические наблюдения и эксперименты в детском саду: Мир растений. – М.: ТЦ Сфера, 2008.*
- *Иванова А.И. Экологические наблюдения и эксперименты в детском саду: - М.: ТЦ Сфера, 2010.*
- *Игры-занятия с водой и песком. Стол-ванна для игр с водой и песком, набор для аквапескотерапии: Пособие для педагогов, психологов и родителей / Т.А. Алексеева, Л.Б. Баряева, С.Ю. Кондратьева, Л.В. Силиванова; Под ред. Проф. Л.Б. Баряевой. – СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2008.*
- *Илларионова Ю.Г. Учить детей отгадывать загадки: Пособие для воспитателя дет. сада. – 2-е изд., дораб. – М.: Просвещение, 1985.*
- *Развиваем воображение и творческое мышление / авт.-сост. Э.Н. Петлякова, С.Н. Подгорная. – Москва: ИКЦ «МарТ»; Ростов н/Д: Издательский центр «МарТ», 2004.*
- *Рыбы: морские и пресноводные: Демонстрационный материал. – Киров: Весна Дизайн, 2007.*
- *Скоролупова О.А. занятия с детьми старшего дошкольного возраста по теме: «Вода». – М.: ООО «Издательство Скрипторий 2003», 2008.*
- *Скоролупова О.А. транспорт: наземный, водный, воздушный. Занятия с детьми старшего дошкольного возраста. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2008.*
- *Тихомирова Л.Ф. Развитие познавательных способностей детей. Популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль: Академия развития, 1997.*
- *Тихомирова Л.Ф., Басов А.В. Развитие логического мышления детей. – Ярославль: ТОО «Гринго», 1995.*
- *Транспорт: наземный, воздушный водный: Демонстрационный материал. – Киров: Весна Дизайн, 2008.*
- *Шорыгина Т.А. Беседы о воде в природе. Методические рекомендации. – М.: ТЦ Сфера, 2008.*

### **Методические пособия и наглядно-дидактические пособия для педагогов по образовательной области «Речевое развитие»**

- Арефьева Л.Н. *Лексические темы по развитию речи детей 4-8 лет: Методическое пособие.* – М.: ТЦ Сфера, 2008.
- Буденная Т.В. *Логопедическая гимнастика: Методическое пособие.* – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 1999.
- *В мире мудрых пословиц: Комплект наглядных пособий для дошкольных учреждений и начальной школы.* – Х.: Изд-во «Ранок», 2007.
- Картушина М.Ю. *Конспекты логоритмических занятий с детьми 6-7 лет.* – М.: ТЦ Сфера, 2007.
- Лазаренко О.И. *Конспекты занятий по формированию у детей 4-х лет творческого мышления и культуры устной речи / О.И. Лазаренко, Е.Б. Спорышева.* – М.: Айрис-пресс, 2007.
- Пятибарова Н.В. *Отвечает логопед.* – М.: ИФ «Унисерв», 2009.
- *Развитие речи. Подготовительная группа. Занимательные материалы.* / Сост. О.И. Бочкарева. – Волгоград: ИТД «Корифей», 2008.
- Смирнова Л.Н. *Логопедия. Играем со звуками. Речевой дидактический материал: Пособие для логопедов, дефектологов и воспитателей.* – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2006.
- Ушакова О.С. *Методика развития речи детей дошкольного возраста: учеб.-метод. пособие для воспитателей дошкол. образоват. учреждений / О.С. Ушакова, Е.М. Струнина.* – М.: ВЛАДОС, 2008.
- Ушакова О.С. *Программа развития речи дошкольников.* – 2-е изд. М.: ТЦ Сфера, 2008.
- Ушакова О.С. *Теория и практика развития речи дошкольника.* – М.: ТЦ Сфера, 2008.
- Чулкова А.В. *Формирование диалога у дошкольников: учеб. пособие / А.В. Чулкова.* – Ростов н/Д: Феникс, 2008.

### **Методические пособия и наглядно-дидактические пособия для педагогов по образовательной области «Художественно-эстетическое развитие»**

- Князева О.Л., Маханева М.Д. *Приобщение детей к истокам русской народной культуры: Программа. Учебно-методическое пособие.* – 2-е изд., перераб. и доп. – СПб.: Детство-Пресс, 2008.
- *Воспитание детей на традициях народной культуры: программа, разработки занятий и мероприятий / авт.-сост. В.П. Ватаман.* – Волгоград: Учитель, 2008.
- Щербакова Н. А. *Музыкальный сундучок: пособие для работников дошкол. образоват. учреждений.* – М.: Обруч, 2012.
- *Музыка. Занятия с детьми старшей и подготовительной групп.* / Сост. Улашенко Н.Б. – Волгоград: Корифей, 2006.
- Картушина М.Ю. *Народные праздники в детском саду.* – М.: ТЦ Сфера, 2007.
- Штанько И.В. *Воспитание искусством в детском саду: интегрированный подход: методическое пособие.* – М.: ТЦ Сфера, 2007.
- Соломенникова О.А. *радость творчества. Ознакомление детей 5-7 лет с народным искусством.* – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Мозаика-Синтез, 2008.

**Протокол тестирования уровня освоения программы  
по обучению плаванию.**

Дата проведения тестирования:                    г

Группа: младшая №.....

Ответственный за проведение: инструктор ФК.....

№	ФИ ребёнка	ГР	Суша			Вода			Сред. бал	Уровень ФП
			ОРУ			Вход-выход				
			В	С	Н	В	С	Н		
1										
2										

**Протокол тестирования уровня освоения программы  
по обучению плаванию.**

Дата проведения тестирования:                    г

Группа: средняя №.....

Ответственный за проведение: инструктор ФК.....

№	ФИ ребёнка	ГР	Суша						Вода						Сред. бал	Уров. ФП
			Стрелочка			Ножницы			Стрелоч. на груди			Выдох в воду				
			В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н		
1																
2																

**Протокол тестирования уровня освоения программы  
по обучению плаванию.**

Дата проведения тестирования:                    г

Группа: старшая №.....

Ответственный за проведение: инструктор ФК.....

№	ФИ ребёнка	ГР	Суша						Вода						Ср. бал	Ур. ФП			
			Лодочка			Лодочка плывёт			Стрелоч. на груди			Поплавок					Звёздочка на спине		
			В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н			В	С	Н
1																			
2																			

**Протокол тестирования уровня освоения программы  
по обучению плаванию.**

Дата проведения тестирования: \_\_\_\_\_ г

Группа: подготовительная №.....

Ответственный за проведение: инструктор ФК.....

№	ФИ ребёнка	ГР	Суша															
			Лодочка			Лодочка плывёт			Мельница			Стрелочка на спине						
			В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н				
1																		
2																		

Вода									Средний бал	Уровень ФП
Кроль на груди в полной координации			Поплавок			Стрелочка на спине с работой ног кролем				
В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н		

## **Интегрированное детско-родительское мероприятие в бассейне**

**для детей старшей группы**

### **«Путешествие в страну Неболейка»**

**Современная образовательная технология:** здоровьесберегающие, обучение в сотрудничестве (работа в группах).

**Образовательные области:** согласно ФГОС «Познавательное развитие»; «Речевое развитие»; «Художественно-эстетическое развитие»; «Физическое развитие».

**Цель:** формирование у детей осознанного отношения к здоровью, умения сохранять и укреплять его.

#### **Задачи:**

1. Закреплять знания детей о профилактических мероприятиях, направленных на сохранение и укрепление здоровья.
2. Расширять словарный запас детей (полезное питание, гигиена, спорт, закаливание).
3. Способствовать развитию познавательной активности детей.
4. Повышать работоспособность детского организма посредством выполнения упражнений в воде, способствовать эффективному развитию дыхательной системы у детей.
5. Развивать интерес детей к движениям посредством музыки.
6. Развивать эмоциональную устойчивость у детей.
7. Способствовать эффективному взаимодействию родителей и детей в вопросе ЗОЖ.

#### **Подготовительная работа:**

- Провести общее организационное совещание с педагогами-участниками и родителями, распределить роли, подготовить костюмы героям.
- Провести предварительную беседу с детьми о здоровом образе жизни, о водных видах спорта, о видах закаливания.
- Разучить с детьми комплекс упражнений в воде под музыку.
- В бассейне установить экран и видеопроектор, подготовить аудиоаппаратуру, расставить спортивный инвентарь к мероприятию, обеспечить безопасность детей.

#### **Материалы и оборудование:**

- Экран и видеопроектор (видеописьмо от Нептуна).
- 2 средних обруча обтянутые сеткой, набор пластиковых игрушек «Фрукты – овощи».

- Пластиковая полая труба (Д-3см, Дл-3,5м (ширина бассейна)), на концах трубы закреплены кольца (Д-не менее 5см), две веревки (Дл-7м (длина бассейна)).
- Набор предметов гигиены (расчёска, зубная щётка (в упаковке), тюбик с зубной пастой, мочалка (в упаковке), мыльница, зеркало (муляж)).
- Плавающие обручи (3 шт.) с закреплёнными на них двумя верёвками (Дл. (длина) - 2м) по бокам.
- Шнур (Дл.- 7-8 м) зелёного цвета с привязанными по всей длине целлофановыми полосками (можно использовать искусственные растения, пластиковые контейнеры от Киндер-сюрприза соединённые в цепочки). (Дл.- 30-50см).
- Замороженные кусочки льда на подносе с ключиками внутри.
- Сундучок с призами (книги о здоровье).
- Фанатская дудка (болельщика на стадионе).
- Муз. сопровождение: песня «Золотая рыбка» (исполнитель гр. «Краски»); песня «Если хочешь быть здоров - закаляйся» (муз. В. Соловьёв-Седой, сл. В. Лебедев-Кумач); песня «Сюрприз» их к/ф «Незнайка с нашего двора», песня «Дельфин» (исполнитель гр. «Дельфины»).
- Костюм «Русалки» - для взрослых (4 шт.);, костюм Нептуна.
- Составные лепестки лотоса из картона с надписями (полезное питание, гигиена, спорт, закаливание).

#### **Ход мероприятия:**

1. Организационная часть
2. В бассейн входят дети, заходят в воду. Русалки-мамы располагаются на бортике по углам бассейна.

**Ведущий:** Здравствуйте, ребята! Сегодня к нам в садик прислали необычное видеописьмо, посмотрите....

*(На экране появляется Нептун и произносит послание детям.)*

**Нептун:**

*Вас приветствую, друзья!*

*Что, узнали вы меня?*

*Я Нептун – морской правитель,*

*Всех русалок повелитель!*

*Слышал, ищите дорогу,*

*Чтоб здоровья было много....*

*«Неболежкой» - та страна называется, друзья.*

*Вы к русалкам отправляйтесь,*

*И с заданием справляйтесь.*

*А пройдёте все преграды*

*Впереди вас ждёт награда!!!)*

***Ведущий:***

*Чтоб в путь дорогу отправляться,*

*Нужно дружно нам размяться.*

*Быстро, ловко, по порядку*

*Выполняем мы зарядку!!!*

- *Дети под музыку выполняют комплекс ОРУ на воде «Солнышко лучистое».*

## 2. Основная часть

***Ведущий:*** *(указывая)* Вот и первая русалка нас встречает...

***Русалка 1:***

*Чтоб здоровым быть всегда –*

*Помогает нам еда!*

*Но, заметьте, не любая,*

*А полезная такая.*

*Может, вам известны, дети,*

*Нужные продукты эти?*

*Дети отвечают, называют полезные продукты.*

***Русалка 1:*** Да, правильно. А вы знаете, что в овощах и фруктах очень много полезных витаминов? Вот, если поможете мне собрать овощную и фруктовую корзинки, то я укажу вам дорогу в страну «Неболейку».

- *Дети играют в игру «Фрукты-овоци»*

***Правила игры:*** *выполняя ходьбу или бег в воде, рассортировать плавающие предметы по соответствующим обручам.*

***Методические указания:*** *брать предметы по одному, во время движения не толкаться, не открывать рот (во избежание попадания воды в дыхательные пути).*

*(После игры русалка передаёт ведущему лепесток «Полезное питание» и уходит.*

*Ведущий закрепляет его на стене около экрана).*

**Ведущий:** Пора отправляться в гости к следующей русалке, она живёт на другом конце море-океана, придётся нам проплыть до неё с помощью волшебной палочки.

*Ведущий объясняет технику плавания.*

- *Дети встают вдоль трубы с одной стороны, берутся руками за трубу и по сигналу ложатся на грудь, опускают голову в воду, плывут к противоположному бортику, работая ногами кролем.*

Методические указания: *не отпускать трубу, стараться выполнять упражнение на задержке дыхания, работать ногами без остановки.*

**Русалка 2:**

Чтоб болезни стороной

Обходили нас с тобой,

Гигиену соблюдай,

Чистоту не нарушай!!!

Ребята, расскажите, а что такое гигиена?

*Дети предлагают свои варианты ответов.*

**Русалка 2:** А какими предметами мы пользуемся, чтобы всегда быть чистыми и опрятными?

*Дети предлагают свои варианты ответов (зубная паста, зубная щётка, расчёска, мыло, полотенце, зеркало, мочалка, шампунь и т.д.).*

**Русалка 2:** Ребята, на море недавно был сильный шторм, и мои любимые принадлежности для чистоты и красоты разбросало по всему морскому дну. Если можете мне их найти, то я подскажу вам дорогу в страну «Неболейку».

- *Дети играют в игру «Собери предметы»*

Правила игры: *опустить лицо в воду и найти на дне необходимый предмет, затем присев под воду выполнить погружение и постараться поднять его на бортик.*

Методические указания: *брать по одному предмету, в момент погружения сделать выдох, следить за дисциплиной, не толкаться, выполнять упражнение в спокойном темпе.*

*(После игры русалка передаёт ведущему лепесток «Гигиена» и уходит.*

*Ведущий закрепляет его на стене).*

**Русалка 3** *играет на фанатской дудке.*

**Ведущий:** Ребята, вы слышите? Нас зовёт следующая русалка. Давайте подойдём к ней поближе...

**Русалка 3:**

Мне на месте не сидится,

Я люблю в воде резвиться...

Все болезни избегать

Спорт мне будет помогать!

Ребята, а какие вы знаете водные виды спорта?

*Дети предлагают свои варианты ответов (плавание, водное поло, синхронное плавание, прыжки в воду).*

**Русалка 3:** Молодцы! А у меня есть замечательный морской друг. Он так ловко выпрыгивает из воды, быстро плавает и делает такие головокружительные трюки, что его даже приглашают выступить в шоу. Может вы отгадаете, кто это?

**Дети:** Дельфин!!!

**Русалка 3:** А хотите, я вас превращу в дельфинов, и вы поплывёте дальше к моей сестре русалке?

**Дети:** ДА!

*(Русалка передаёт ведущему лепесток «Спорт» и уходит.*

*Ведущий закрепляет его на стене).*

*Ведущий объясняет технику плавания.*

- Дети выполняют игровое упражнение «Ловкие дельфины».

**Правила:** первый ребёнок стоит перед первым обручем, по сигналу он приседает под воду и выпрыгивает вверх в обруче с выполнением «стрелки» (руки вверх за головой, ладони прижаты др. к др.), затем опять приседает под воду и выныривает за обручем. Задание выполняется поточным способом, дети проходят все обручи один за другим.

**Методические указания:** не открывать рот в воде, задание выполнять без пауз, следить за очередностью.

**Русалка 4:**

Закаляться нужно детям –

Солнышком, что в небе светит,

И водой журчащей,

И ветерком летящим!

Ребята, а вы знаете, зачем надо закаляться?

*Дети предлагают свои варианты ответов.*

**Русалка 4:** А в моих краях проходит самое холодное течение... Вы не боитесь заболеть?

**Ведущий:** Наши дети закалённые, они тебе сейчас покажут, как надо согреться в холодной воде. Ребята, давайте активнее работать ногами, и холодное течение нам будет не-почём!

- *Дети выполняют упражнение «Крепкие рыбки» под песню «Если хочешь быть здоров - закаляйся».*

Правила: *дети встают вдоль ботика, держась за поручни прямыми руками, по сигналу выполняют глубокий вдох, опускают голову в воду, ложатся на живот, ноги принимают горизонтальное положение (касаясь стопами «водорослей»).*

Методические указания: *обращать внимание детей, что упражнение выполняется на задержке дыхания, следить за выпрямлением рук, туловища, ног.*

**Русалка 4:** Да, я вижу, что вы справились с заданием. Вы очень крепкие и можете дальше отправляться в страну «Неболейка».

*(Русалка передаёт ведущему лепесток «Закаливание» и уходит.*

*Ведущий закрепляет его на стене).*

### 3. Заключительная часть.

*(На экране появляется Нептун и произносит послание детям.*

**Нептун:**

*В страну «Неболейку» вы сами пришли,*

*И в трудной дороге ответы нашли:*

*Как не болеть, оставаться здоровым,*

*Быть крепким же, сильным и очень весёлым!!!*

*Давайте все хором за мной повторяйте,*

*Что будете делать всегда – отвечайте:*

**(Дети хором)**

*Правильно питаться!*

*Спортом заниматься!*

*Гигиену соблюдать!*

*Закаливание выполнять!!!*

**Нептун:**

*Принимайте же награду...*

*Будете сюрпризу рады!!!)*

**Ведущий:** *(показывает закрытый сундучок)* Ребята, посмотрите, какой красивый сундук нам подарил Нептун, а что же внутри?! *(пробует открыть)* Без ключей не открывается.... *(смотрит по сторонам, находит поднос с замороженными ключами)* А вот и ключи, но, ребята, посмотрите ключики-то, наверное, попали в холодное течение и заморозились.... Вы же сможете их разморозить?

**Дети:** Да!!!

*Под песню «Сюрприз» ведущий раздаёт лёд детям. Дети стараются растопить лёд в воде. Затем отдают освободившиеся ото льда ключи ведущему. Ведущий открывает сундук и показывает всем подарки.*