

ПРИНЯТО

на педагогическом совете № 1
Протокол № 1 «30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МДОАУ № 199
_____ Е.Н. Бахчеева

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
"МАЛЕНЬКИЕ ДЕЛЬФИНЯТА"
ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 4 ДО 7 ЛЕТ**

срок реализации 3 года

Автор составитель:
инструктор по физической культуре:
Власова И.А.

2024 год

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

	Наименование разделов программы	Стр.
I.	Целевой раздел дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы "Маленькие дельфинята"	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цель, задачи дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы "Маленькие дельфинята".	4
1.3.	Принципы и подходы в организации занятий по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе "Маленькие дельфинята"	5
	Учет возрастных и индивидуальных особенностей развития детей 5 – 6 лет, 6 – 7 лет	6
1.4.	Планируемые результаты освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы "Маленькие дельфинята"	6
II.	Содержательный раздел дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы "Маленькие дельфинята"	7
I2.1.	Формы, способы, методы реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы "Маленькие дельфинята"	7
2.2.	Взаимодействие с семьями воспитанников	10
2.3.	Тематическое планирование	10
III.	Организационный раздел	12
3.1.	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды в бассейне	13
3.2.	Описание материально-технического и научно-методического обеспечения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы "Маленькие дельфинята"	13
3.3.	Расписание занятий	16
3.4.	Продолжительность дополнительных занятий по плаванию в бассейне в режиме дня	19

I. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Значительные перемены в жизни нашего общества повлекли за собой большие изменения в сфере общественной жизни, в ценностных установках. Возрастание ценности жизни, здоровья, активного долголетия и реализация человеческой индивидуальности все чаще рассматриваются как критерии социального прогресса общества.

Формирование здоровья ребенка, полноценное развития его организма одна из основных проблем современного общества. Дошкольное воспитание должно быть пронизано заботой о физическом здоровье ребенка и его психологическом благополучии такова концепция дошкольного образования. Для решения этой задачи необходимо еще с самых юных лет формировать здоровый образ жизни, используя все средства физического воспитания, формировать жизненно необходимые двигательные умения и навыки.

Плавание является уникальным видом физических упражнений, превосходным средством для развития и совершенствования физических качеств ребенка дошкольного возраста и оказывает существенное влияние на состояние его здоровья. Это одна из эффективнейших форм закаливания и профилактики многих заболеваний. Занятия плаванием имеют огромное воспитательное значение. Они создают условия для формирования личности. А также приобщают детей к спортивному плаванию и другим видам спорта, ориентируют на выбор профессии, хобби.

Одно из важнейших значений массового обучения плаванию детей дошкольного возраста – это залог безопасности на воде, осознанного безопасного поведения, а значит уменьшение несчастных случаев, потому что именно большой процент погибших на воде это дети. И для взрослых очень важно и социально значимо сохранить эти маленькие жизни, сохранить будущих преобразователей нашей страны. Только взрослые в ответе за своевременное обучение плаванию детей.

Ведь умение плавать приобретенное в детстве сохраняется на всю жизнь. И от того насколько будет эффективней процесс обучения, зависит сознательное отношение подрастающего поколения к себе, к своему здоровью. Обеспечение начального обучения плаванию представляет одну из самых важных и благородных целей в области физического воспитания, особенно среди подрастающего поколения.

Программа расширяет содержание образовательной программы дошкольного образования МДОАУ №199 за счет интеграции направлений физического и социально-коммуникативного развития детей.

Современные программы обучения детей плаванию включают в себя этап подготовительных занятий, когда дети знакомятся со свойствами воды; подготовительные упражнения на суше, обучение плаванию.

Важно заинтересовать ребенка процессом обучения, учитывая его возможности и возрастные предпочтения. Рассказы о водной среде, обитателях морей и рек, о том, кто и как передвигается в воде, какие возможности

передвижения в воде имеет человек, умеющий плавать, - все эти темы должны присутствовать в общении с детьми на занятиях по обучению плаванию. Интерьер бассейна, инвентарь, который используется на занятиях, должны быть привлекательными для дошкольников.

Актуальность – выбранной темы заключается в том, что купание, игры на воде, плавание благоприятны для всестороннего физического развития ребенка.

Работоспособность мышц у дошкольников невелика, они довольно быстро утомляются при статических нагрузках. Детям более свойственна динамика. Во время плавания чередуются напряжение и расслабление разных мышц, что увеличивает их работоспособность и силу. В воде уменьшается статическое напряжение тела, снижается нагрузка на еще не окрепший и податливый детский позвоночник, который в этом случае правильно формируется, вырабатывается хорошая осанка. В то же время активное движение ног в воде в без опорном положении укрепляет стопы ребенка и предупреждает развитие плоскостопия. Систематические занятия плаванием ведут к совершенствованию органов кровообращения и дыхания. Это происходит благодаря ритмичной работе мышц, необходимости преодолевать сопротивление воды. Улучшается сердечная деятельность, подвижность грудной клетки, увеличивается жизненная емкость легких. Регулярные занятия плаванием положительно влияют на закаливание детского организма.

Одновременно с обучением плаванию детям прививаются умения и навыки самообслуживания, что очень важно для всестороннего развития.

Особенности данной программы в ускоренном обучении плаванию стилем кроль на груди.

Важным аспектом программы является формирование у ребенка умения сочетать дыхание с движениями рук и ног. Плавание благоприятно влияет не только на физическое развитие ребенка, но и на формирование его личности. Не всем детям общение с водой доставляет удовольствие и радость, некоторые боятся входить в воду, боятся глубины. Психологами установлено, что главная опасность на воде – не действия в ней, а чувство страха и боязнь глубины. Именно поэтому первые шаги обучению плаванию направлены на то, чтобы помочь ребенку преодолеть это неприятное и небезобидное чувство. Занятия плаванием развивают такие черты личности: как целеустремленность, настойчивость, самообладание, решительность, смелость, дисциплинированность, умение действовать в коллективе, проявлять самостоятельность.

1.2. Цель, задачи дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы "Маленькие дельфинята".

Цель программы: обучение технике плавания разными способами детей старшего дошкольного возраста.

Задачи:

- Сформировать умение плавать разными способами.
- Совершенствовать двигательные умения детей при обучении плаванию разными способами.
- Отработать технику прыжков в воду с бортика до автоматизма.

1.3. Принципы и подходы в организации занятий

Принципы	Подходы
<p><i>Принцип систематичности.</i> Занятия плаванием должны проводиться регулярно, в определенной системе. Следует учитывать, что регулярные занятия дают несравненно больший эффект, чем эпизодические.</p> <p><i>Принцип доступности</i> Объяснение и показ упражнений инструктором по плаванию, их выполнение и физическая нагрузка должны быть доступны детям.</p> <p><i>Принцип активности.</i> Известно, что основной формой деятельности дошкольников является игра. Исходя из этого, необходимо применять как можно больше игр и игровых упражнений. Это позволит разнообразить занятия, повысить активность детей и сделать интересным процесс обучения.</p> <p><i>Принцип наглядности.</i> Что бы обучение проходило успешно, любое объяснение сопровождайте показом упражнений. Полезны в обучении наглядные пособия – рисунки, плакаты и т.д.</p> <p><i>Принцип последовательности и постепенности.</i> При обучению детей плаванию простые и легкие упражнения должны предшествовать более сложным и трудным. Не следует форсировать разучивание большого количества новых</p>	<p><i>Деятельностный подход.</i> Деятельность – основа, средство и условие развития личности, это целесообразное преобразование модели окружающей действительности, заключающаяся в выборе организация деятельности ребенка с позиции субъекта познания труда и общения (активность самого).</p> <p><i>Индивидуальный подход</i> заключается в поддержке и индивидуальных особенностей каждого ребенка.</p> <p><i>Аксиологический (ценностный) подход</i> предусматривает организацию воспитания на основе определенных ценностей, которые с одной стороны, становятся целью и результатом воспитания, а с другой – его средством.</p> <p><i>Компетентностный подход.</i> Основным результатом образовательной деятельности становится формирование основ компетентностей как постоянно развивающейся способности воспитанников самостоятельно действовать при решении актуальных проблем, т.е. быть готовым: решать проблемы в сфере учебной деятельности; объяснять явления действительности, их сущность, причины, ориентироваться в проблемах современной жизни; решать проблемы, связанные с реализацией определённых социальных ролей.</p> <p><i>Культурологический подход</i> – методологическое основание процесса воспитания, предусматривающее опору в обучении и воспитании на национальные традиции народа, его культуру и этнические особенности.</p>

Учет возрастных и индивидуальных особенностей развития детей 4-5 лет, 5 – 6 лет, 6 – 7 лет.

Особенности развития детей 4 – 5 лет

Средний до школьный возраст (от 4 до 5 лет). Скелет ребенка дошкольника отличается гибкостью, так как процесс окостенения ещё незакончен. В связи с

особенностями развития и строения скелета детям 5 лет не рекомендуется предлагать силовые упражнения.

Если у детей 2- 3 лет преобладал брюшной тип дыхания, то к 5-и годам он начинает заменяться грудным. Это связано с изменением объёма грудной клетки. У детей, находящихся в течении дня в помещении, падает работоспособность, появляется раздражительность, плаксивость, снижается аппетит, становится тревожным сон. Всё это результат кислородного голодания. Поэтому важно, чтобы сон, игры, занятия в бассейне детей проводились в комфортных условиях. В возрасте 4-5 лет ритм сокращений сердца легко нарушается, поэтому при Физической нагрузке сердечная мышца быстро утомляется. В связи с этим при составлении плана занятия это нужно учитывать.

Особенности развития детей 5 – 6 лет

Старший дошкольный возраст (от 5 до 6 лет). Развитие опорно-двигательной системы ребёнка ещё не завершено (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура). Позвоночный столб ребёнка шестого года жизни чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, связок - нарушается осанка. У ребёнка преобладает тонус мышц разгибателей, что не даёт возможности при длинном статическом положении долго удерживать спину прямой. Сердечно - сосудистая система ещё не достигает полного развития. Общее физическое развитие и динамика функциональной зрелости системы дыхания идёт неравномерно. У детей возрастает осознанность освоения более сложных основных движений. Это позволяет повысить требования к качеству их выполнения, больше внимания уделять развитию физических и морально - волевых качеств.

Особенности развития детей 6 – 7 лет.

Старший дошкольный возраст (от 6 до 7 лет) Седьмой год жизни ребёнка характеризуется продолжением активного формирования осанки и свода стопы. Так как костная ткань богата органическими элементами, то скелет старших дошкольников всё ещё эластичен и подвержен деформации. Это может стать причиной травм не только конечностей, но и позвоночника. К семи годам у ребёнка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы. У детей ярко выражен грудной тип дыхания. Резервные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной системы у детей достаточно высоки. Динамика нервной системы облегчает освоение детьми движений, физических упражнений, улучшается качество двигательной деятельности дошкольников. Движения ребёнка становятся более координированными и точными. В двигательной деятельности формируются навыки самоорганизации, взаимоконтроля. Дети проявляют волевые усилия при выполнении заданий, для них важен результат. Появляется возможность на основе закладывающейся произвольности сформировать у детей потребность заниматься физическими упражнениями, развивать самостоятельность, инициативу в освоении новых видов движений.

1.4. Планируемые результаты освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы "Маленькие дельфинята"

Требования к результатам освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы: "Маленькие дельфинята" МДОАУ №199 представлены в виде планируемых результатов, которые показывают нормативные характеристики возможных достижений ребенка по обучению технике плавания разными способами.

Планируемые результаты:

4- 5 лет

Погружение в воду: опускаться без боязненно лицо в воду, с задержкой дыхания и стараться сделать выдох.

Принимать упор лёжа на груди опустив лицо в воду с выдохом в воду передвигаясь по дну бассейна.

Движения по бассейну: в полном приседе, с помощью и без помощи рук, прыжками, быстрыми и мелкими шагами. погружаться под воду с головой используя игры: (карусель, пузырь, качели)

5 – 6 лет

Погружение в воду: с головой, с задержкой дыхания, с выдохом в воду.

Движения под водой: в полном приседе, с помощью и без помощи рук, прыжками, с головой уходя под воду, быстрыми и мелкими шагами.

Скольжение на груди: самостоятельно, лежать на воде свободно принимать положения "звездочка", "медуза", "поплавок", "мельница" 5 – 6 раз.

6 – 7 лет

Погружение в воду: с головой (задержка дыхания на 8, 16, 20, 32 счета), прикладное плавание (собираение предметов со дна бассейна, при этом погружаясь полностью).

Скольжение на груди: "стрелочка", скольжение из обруча в обруч ("тоннель").

Обучение технике плавания способом кроль на грудис полной координацией рук и ног, дыхания.

Прыжки в воду с бортика из положения присед, из положения стоя на бортике.

II. 2 Содержательный раздел

2.1. Формы, способы, методы реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы "Маленькие дельфинята"

Основной формой на занятиях по обучению плаванию является упражнение, тренировка, соревнование, чередуя нагрузки с отдыхом.

Данная организационная форма позволяет комплексно решать задачи по обучению плаванию разными способами, при этом формируется интерес к занятию, желание научиться плавать самостоятельно.

Традиционные формы организации детей	Рекомендуемые формы занятий:
групповые; командные; индивидуальные.	учебно-тренирующие; сюжетные; игровые; контрольно - учетные (промежуточная аттестация)

Методы обучения плаванию:

- Словесные: объяснения, в форме образных выражений и сравнений, рассказ, беседы, команды, распоряжения и указания.
- Наглядные: показ изучаемого движения в целостном виде, с разделением на части; анализ его с помощью наглядных пособий, видео сюжетов, жестов.
- Практические: предусматривают многократное повторение движений сначала по элементам, а затем полностью; обучение в облегченных или усложненных условиях, изучение движений в игровой и соревновательной деятельности, выполнение контрастных движений.

Способы обучения плаванию:

Общеразвивающие и специальные упражнения "суша":

- комплекс подводящих упражнений;
- элементы "сухого плавания".
- разминка на воде

Передвижение по дну и действия в воде;

- погружение в воду, в том числе с головой;
- упражнение на дыхание; открывание глаз в воде;
- всплывание и лежание на поверхности воды;
- скольжение по поверхности воды.

Прыжки в воду с бортика:

- прыжки на месте и с продвижением.

Технику плавания разными способами дети осваивают в таком порядке: разучивание движений ног; разучивание движений рук; разучивание способа плавания в целом; совершенствование плавания в полной координации.

Каждый элемент техники изучается в следующем порядке:

- ознакомление с движением на суше;
- изучение движений с неподвижной опорой;
- изучение движений с подвижной опорой;
- изучение движений в воде без опоры.

Характеристика основных навыков плавания.

Навык	Характеристика
Нырание	Помогает обрести чувство уверенности, учить произвольно, сознательно уходить под воду, ориентироваться там и передвигаться, знакомят с подъемной силой.
Лежание	Позволяет почувствовать статистическую подъемную силу, удерживать тело в состоянии равновесия, учит преодолевать чувство страха.

Скольжение	Позволяет почувствовать не только статистическую, но и динамическую подъемную силу, учит продвигаться и ориентироваться в воде, работать попеременно руками и ногами, проплывать большие расстояния, совершенствует другие навыки, способствует развитию выносливости.
Контролируемое дыхание	Ритмичное правильное дыхание, согласованное с ритмом движений, учит преодолевать давление воды, развивает дыхательную мускулатуру, оно тесно взаимосвязано со всеми навыками.

Оценка плавательной подготовленности

Уровень развития основных навыков плавания оценивается с помощью тестирования плавательных умений и навыков детей каждой возрастной группы. Для проведения контрольных упражнений необходим секундомер, с помощью которого фиксируются временные показатели упражнений с точностью до 0,1 секунды. По борту бассейна должна быть сделана не смывающаяся краской разметка.

Оценка плавательной подготовленности проводится по мере решения каждой конкретной задачи обучения.

Контрольное тестирование детей старшего дошкольного возраста 5-6 лет

Навык плавания	Контрольное упражнение
Нырание	Погружение в воду: с головой, с задержкой дыхания, с выдохом в воду
	Игровое упражнение "Пловец" – проплывание тоннеля.
Выдох в воду	Выполнение серии выдох в воду; упражнение на задержку дыхания: "Кто дольше"
Продвижение в воде	Движения под водой: в полном приседе, с помощью и без помощи рук, прыжками, с головой уходя под воду, быстрыми и мелкими шагами.
Скольжение на груди: самостоятельно	Упражнение "Поплавок", "Звездочка", "Мельница", "Медуза" на груди на спине (5 – 6 раз)

Контрольное тестирование детей старшего дошкольного возраста 6-7 лет

Навык плавания	Контрольное упражнение
Нырание, выдох в воду	Погружение в воду: с головой (задержка дыхания на 8, 16, 20, 32 счета в сочетании с движениями ног) Прикладное плавание (сбор предметов со дна бассейна, при этом погружаясь полностью с открыванием глаз под водой.).

Техника плавания способом кроль на груди	Плавание с полной координацией рук, ног, дыхания. Самостоятельное плавание на груди и на спине.
Скольжение на груди	Упражнение "Стрелочка", скольжение из обруча в обруч ("Тоннель"), кто дальше.
Прыжки в воду с бортика	Прыжки из положения присед, из положения стоя на бортике.

При оценке двигательных навыков детей, вводятся следующие обозначения.

Высокий уровень – означает правильное выполнение т.е. навык сформирован до автоматизма. Ребенок сам выполняет упражнение.

Средний уровень – говорит о промежуточном положении т.е. недостаточно правильном выполнении упражнения. Ребенок выполняет с помощью.

Низкий уровень – указывает на не правильное выполнение движения. Ребенок не выполняет упражнение.

Инструктор своевременно оценивает положительную динамику развития технических, плавательных навыков детей, чем повышает самооценку дошкольников и создаёт комфортную психологическую атмосферу в бассейне

Итоговое – отчётное мероприятие планируется в форме открытого занятия (мероприятия на воде) для родителей, где демонстрируются качество плавания разными способами каждого ребенка старшего дошкольного возраста.

Продолжительность нахождения в бассейне в зависимости от возраста детей составляет: в группе среднего дошкольного возраста – 20 минут, старшего дошкольного возраста от 5 до 6 лет – 25 мин., в группе старшего дошкольного возраста для детей от 6 до 7 лет – 30 мин.

2.2. Взаимодействие с семьей воспитанников

Работа с родителями осуществляется по четырем направлениям:

- информационно–аналитическое;
- досуговое;
- познавательное;
- наглядно–информационное.

Формы работы с семьей: консультации, беседы, дни открытых дверей; папки-передвижки.

Методы и приемы работы с родителями:

- анкетирование,
- тестирование,
- использование компьютерных технологий (презентации, оформление сайта ДОУ, отзывы родителей на сайте),
- индивидуальные беседы с родителями,
- практические советы и рекомендации по проблеме.

2.3. Тематическое планирование

Тематический план для детей старшего дошкольного возраста 4-5 лет

Занятия на осень

Сентябрь				Октябрь				Ноябрь			
Неделя				Неделя				Неделя			
1-я	2-я	3-я	4-я	1-я	2-я	3-я	4-я	1-я	2-я	3-я	4-я
Обр. модуль «Период безопасности» Тема: 1 Водяной зоопарк	Обр. модуль «Наш любимый детский сад» Тема:2 Поезд в тоннель	Тема:3 Кузнечик	Обр. модуль «Уроки доброты + безопасность в ЧС» Тема:4 Как на речке реке	Тема:5 Весёлые пузыри	Обр. модуль «Наши любимые игрушки» Тема: 6 Моторные лодки	Тема: 7 Маленькие капитаны	Обр. модуль «Осенние мотивы» Тема: 8 В гостях у Квака	Тема: 9 Весёлая геометрия	Обр. модуль «Моя семья» Тема: 10 На буксире	Обр. модуль «Вместе с семьёй по дорогам города» Тема: 11 Матросская шапка	Тема:12 Встреча со старым другом Кваком

Занятия на зиму

Декабрь				Январь				Февраль			
Неделя				Неделя				Неделя			
1-я	2-я	3-я	4-я	1-я	2-я	3-я	4-я	1-я	2-я	3-я	4-я
Обр. модуль «Зимняя сказка» Тема:13 Пришёл в гости осьминог	Тема: 14 Путешествие на корабле	Обр. модуль «Новогодние приготовления» Тема:15 Стрелы и звёзды	Тема: 16 Дельфины	Тема: 17 Карусель	Обр. модуль «Хочу все знать» Тема: 18 Мельница	Тема: 19 Незнайка в гостях	Обр. модуль «Книжкина неделя» Тема: 20 Звёзды в воде	Тема:21 Льбопытные рыбки	Обр. модуль «Я гражданин России» Тема: 22 Кто быстрее	Тема: 23 Водолазы	Обр. модуль «Мы славим женщину, чье имя мать» Тема: 24 Ловцы жемчуга

Занятия на весну

Март				Апрель				Май			
Неделя				Неделя				Неделя			
1-я	2-я	3-я	4-я	1-я	2-я	3-я	4-я	1-я	2-я	3-я	4-я
Тема:25 Искатели приключений	Обр. модуль «Друзья природы» Тема:26 Прогулка в парк	Обр. модуль «Весенняя капель» Тема: 27 Водяной зоопарк	Тема: 28 Поезд в тоннель	«Звездный калейдоскоп» Тема: 29 Волны на море	Тема:30 Весёлые лягушата	Обр. модуль «Вокруг света» Тема:31 Как на речке реке	Тема:32 Утки нырки	Обр. модуль «Я– Оренбуржец» Тема: 33 Птичий двор	Тема:34 Гномы-попрыгунчики	Тема:35 Маленькие капитаны.	Тема:36 Озорные лягушата
МайНеделя4-я											

Тематический план для детей старшего дошкольного возраста 5-6 лет

Занятия на осень

Сентябрь				Октябрь				Ноябрь			
Неделя				Неделя				Неделя			
1-я	2-я	3-я	4-я	1-я	2-я	3-я	4-я	1-я	2-я	3-я	4-я
Тема: 1 Фонтан	Тема:2 Игровые соревнования	Тема:3 Водолазы	Тема:4Смелые ребята	Тема:5 Качели	Тема:6Борьба за мяч	Тема: 7 Ловкий, быстрый - это я!	Тема: 8 Тренировка на воде	Тема: 9 Телефон	Тема: 10 Удочка	Тема: 11 Обгонялочка	Тема: 12 Сделай морскую фигуру

Занятия на зиму

Декабрь				Январь				Февраль			
Неделя				Неделя				Неделя			
1-я	2-я	3-я	4-я	1-я	2-я	3-я	4-я	1-я	2-я	3-я	4-я
Тема: 13 Морские обитатели	Тема: 14 Удочка	Тема:15 Зеркало	Тема:16 Мы самые быстрые, ловкие, смелые.	Тема: 17 Прятки	Тема:18 Баскетбол на воде	Тема: 19 Команды, на Абордаж!	Тема: 20 Утки, вперед!	Тема:21 Качели	Тема:22Нырялочка - обучалочка	Тема:23 Капля раз, капля два	Тема:24 Это мы умеем

Занятия на весну

Март				Апрель				Май			
Неделя				Неделя				Неделя			
1-я	2-я	3-я	4-я	1-я	2-я	3-я	4-я	1-я	2-я	3-я	4-я
Тема:25 Красивая фигура, ты кто?	Тема:26 Бабка Осьминожка	Тема:27Кра сивая фигура, ты кто?	Тема: 28 Ловцы жемчуга	Тема:29 В Царстве Нептуна	Тема:30 Рыбаки и рыбки с мячом	Тема:31 Подберись поближе	Тема:32 Башня	Тема:33 Борьба за мяч	Тема:34 Ловкий, быстрый- это я	Тема:35 Смелые ребята.	Тема :36 Правильно замри
Май, неделя4-я				Тема: 37 Эстафеты Тема:38 Смена места				Тема: 37/37 Мы самые быстрые, ловкие, смелые. Тема:38/38 Команды, на Абордаж!			

Тематический план для детей старшего дошкольного возраста 6-7 лет.

Занятия на осень											
Сентябрь				Октябрь				Ноябрь			
Неделя				Неделя				Неделя			
1-я	2-я	3-я	4-я	1-я	2-я	3-я	4-я	1-я	2-я	3-я	4-я
Тема: 1 Морские обитатели	Тема:2 Поплавки	Тема: 3 Нырятьши ки	Тема:4 Охотники и утки	Тема:5 Морская мельница	Тема:6 Команды, на абордаж!	Тема: 7 Мы это умеем	Тема: 8 Море волнуется	Тема: 9 Пронырни в тоннель	Тема: 10 Нырятьши ки	Тема: 11 Морские жители	Тема: 12 Прикладное плавание
Занятия на зиму											
Декабрь				Январь				Февраль			
Неделя				Неделя				Неделя			
1-я	2-я	3-я	4-я	1-я	2-я	3-я	4-я	1-я	2-я	3-я	4-я
Тема: 13 Морской бой	Тема: 14 Кто смелый	Тема: 15 Морская жизнь	Тема: 16 Море волнуется	Тема: 17 Глухой телефон	Тема: 18 Зеркало	Тема: 19 Морские котики	Тема: 20 Дельфины	Тема: 21 Водолазы	Тема: 22 Караси и щука	Тема: 23 Морские обитатели	Тема: 24 Вотербол
Занятия на весну											
Март				Апрель				Май			
Неделя				Неделя				Неделя			
1-я	2-я	3-я	4-я	1-я	2-я	3-я	4-я	1-я	2-я	3-я	4-я
Тема: 25 Пятнашки на воде	Тема: 26 Бабка Осьминожка	Тема: 27 Мой веселый звонкий мяч	Тема: 28 Морские дьяволы	Тема: 29 Поезд в тоннель	Тема: 30 В гостях у водяного	Тема: 31 Баскетбол на воде	Тема: 32 Мяч по кругу	Тема:33 Ловец жемчуга и жемчужницы	Тема:34 Невод	Тема: 35 Болото, море, озеро.	Тема: 36 Будь внимателен.
Майнеделя4-я		Тема: 37 Команды, на Абордаж! Тема:38Игры - эстафеты					Тема: 37/37 Мы самые быстрые, ловкие, смелые. Тема:38/38 Баскетбол				

III. Организационный раздел.

3.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды в бассейне

Развивающая предметно – пространственная среда в бассейне сформирована в соответствии с принципами ФГОС ДО. Развивающая предметно – пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства бассейна, материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, возможность общения и совместной деятельности детей (в том числе детей разного возраста) и взрослых, двигательной активности детей.

Большую роль в формировании двигательных навыков плавания играет использование вспомогательного материала и оборудования. Оно помогает разнообразить приемы и методы обучения, виды упражнений, снять психологическую монотонность, постоянно повторяющихся движений, рационально использовать обучающее пространство, повышает интерес к занятиям, позволяет использовать дифференцированный подход в обучении.

Оборудование должно быть разнообразным, ярким, интересным, удобным в обращении и самое главное безопасным. Бассейн также должен быть оформлен таким образом, чтобы вызывать у ребенка положительное настроение, желание окунуться в этот загадочный и пока непонятный мир воды, чтобы ему самому захотелось научиться плавать.

Все пособия и игрушки периодически подвергаются санобработке в установленном порядке.

3.2. Описание материально – технического и научно – методического обеспечения программы обеспечения

Материально-техническое обеспечение	Методические материалы и средства обучения и воспитания
Оборудование бассейна	<p><u>Основное оборудование:</u></p> <ol style="list-style-type: none">1. <u>Большие мячи–10шт.</u>2. <u>Малые мячи–10 шт.</u>3. <u>Обручи–10 шт.</u>4. <u>Обручи для ныряния–10шт.</u>5. <u>Поплавки–10шт.</u>6. <u>Баскетбольные корзины–2шт.</u>7. <u>Кольцеброс–2шт.</u>8. <u>Кольца для прикладного плавания–10шт.</u>9. <u>Плавающие уточки - игрушки–10шт.</u>10. <u>Плавающие дельфины - игрушки–10шт.</u>11. <u>Надувная машина–1шт.</u>12. <u>Плотики–10шт.</u>13. <u>Шайба для прикладного плавания–10шт.</u>

	<p>14. <u>Игрушка «Мы кормим дельфина» – 1 шт.</u></p> <p>15. <u>Раздевалка:</u></p> <p>16. <u>Стульчики – 10 шт.</u></p> <p>17. <u>Стол – 1 шт.</u></p> <p>18. <u>Душевая – 3 кабины</u></p> <p>19. <u>Санузел – унитаза – 1 шт., раковина для мытья рук – 1 шт.</u></p> <p>20. <u>Помещение для хранения уборочного инвентаря – шкаф для хранения уборочного инвентаря, инвентар.</u></p> <p>Выписка из оборотной ведомости ОС, забаланса и материалов в оперативном учёте МБДОУ №199</p>
Учебно - методическое обеспечение:	<p>Образовательная область «Физическое развитие»</p> <p>Программа и методические рекомендации «Физкультурные занятия с детьми», Л.И. Пензулаева, Мозаика-Синтез, Москва, 2016.</p> <p>Образовательная программа «Дельфинята», разработана участниками образовательных отношений, 2015.</p>
Методические издания:	<p>– Рыбак, М., Глушкова, Г., Поташова, Г. Раз, два, три – плыви: Методическое пособие для ДОУ / М. Рыбак, Г. Глушкова, Г.Поташова. - М.: Обруч, 2010.</p> <p>– Лисина, Т. В., Морозова, Г. В. Подвижные и тематические игры для дошкольников / Т. В. Лисина, Г. В. Морозова. - М.: ТЦ Сфера, 2014.</p> <p>– Борисова, М. М. Организация занятий фитнесом в системе дошкольного образования: учеб.-метод. пособие / М. М. Борисова. - М.: Обруч, 2014. 256 с.</p> <p>– Борисова, М. М. Тематические подвижные игры для дошкольников / М. М. Борисова. - М.: Обруч, 2015. 160 с.</p> <p>– Кузнецова, С. В. Туризм в детском саду / С. В. Кузнецова - М.: Обруч, 2013. 208 с.</p> <p>– Пензулаева, Л. И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа / Л. И. Пензулаева. - М.: Мозаика-Синтез, 2016. 80 с.</p> <p>– Пензулаева, Л. И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа / Л. И. Пензулаева. - М.: Мозаика-Синтез, 2016. 112 с.</p> <p>– Пензулаева, Л. И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа / Л. И. Пензулаева. - М.: Мозаика-Синтез, 2016. 128 с.</p> <p>– Пензулаева, Л. И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа / Л. И. Пензулаева. - М.: Мозаика-Синтез, 2016. 112 с.</p> <p>– Осокина Т. И. Физическая культура в детском саду.— 3-е изд., перераб.— М.: Просвещение</p> <p>– Горбунова, В. В. Организация летне-оздоровительной кампании в детском саду / В. В. Горбунова. - М.: Обруч, 2015.</p> <p>– Воронова Е.К. "Программа обучения детей плаванию в детском саду". – Санкт-Петербург, Детство-Пресс, 2010.</p> <p>– Маханева М.Д. Баранова Г.В. "Фигурное плавание в детском саду", Москва творческий центр 2010 г.</p> <p>– Пищикова Н.Г. "Обучение плаванию детей дошкольного возраста", Москва ООО Издательство Скрипторий, 2010.</p> <p>– Доронова Т. Право на охрану здоровья//Ж "Дошкольное воспитание." - 2001, № 9. С.5-8</p> <p>– Егоров Б.Б., Змановский Ю.Ф. Система эффективного закаливания</p>

- /Ж "Начальная школа.", 2000, № 7.
- Рыбак М.В. "Занятия в бассейне с дошкольниками" Москва ООТЦ Сфера 2012г.
 - Патрикеева А.Ю. "Игры в воде и с водой", Волгоград ООО Издательство «Учитель» 2014г.
 - Кузнецова М.Н., Саулина Т.Ф. "Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология XXI века". - М.: АРКТИ, 2000, С-88.
 - Казьмин В.Д. "Дыхательные гимнастики". - Ростов - на Дону// "Феникс", 2000.
 - Кудрявцева В.Т. Развивающая педагогика оздоровления. - М.: Линка - Пресс, 2000.
 - Канидова В.И. "Обучение плаванию детей младшего дошкольного возраста в условиях ДОУ" Москва издательство АРКТИ 2012г.
 - Маханева М.Д., Баранова Г.В., "Фигурное плавание в детском саду". – М.: Творческий центр, 2009
 - Маханева М.Д. "Воспитание здорового ребенка". - М., 2000.
 - В.А. Ананьева Основы безопасности дошкольников/Под ред.. - М.: Академия, 2000.
 - Чменева А.А. Столмакава Т.В. «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» Санкт-Петербург Детство-пресс 2014г.
 - Рунова М. Формирование дыхательной активности//Ж "Дошкольное воспитание". - 2000. - № 6.
 - Ю.Ф. Змановский "Социальная технология научно-практической школы: Здоровый дошкольник". - М.: АРКТИ, 2001. - 208 с.6-12.

III.3.3 Режим дня

Организация деятельности взрослых и детей по реализации и освоению дополнительной программы "Маленькие дельфинята" МДОАУ №199 осуществляется во вторую половину дня.

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

Организация обучения детей плаванию в детском саду осуществляется в комплексе со всеми многообразными формами физкультурно – оздоровительной работы, так как только в сочетании занятий в бассейне с рациональным режимом деятельности и отдыха детей может дать положительный результат в укреплении их здоровья и закаливании организма.

Режим дня, включающий занятия по плаванию предусматривает достаточное пребывание детей на воздухе, полноценное проведение образовательных занятий, приема пищи, сна, всех других форм, физкультурно – оздоровительной и воспитательной работы.

Обучение плаванию проходит в форме групповой образовательной деятельности по установленному расписанию.

13.4 Продолжительность дополнительных занятий по плаванию в бассейне в режиме дня:

Возраст	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
4-5 лет			16.00–16.20 16.30 –16.50		
5-6 лет		16.00–16.25 16.35–17.00		16.00–16.25 16.35–17.00	
6-7 лет	16.00–16.30 16.40–17.10				16.00–16.30 16.40–17.10