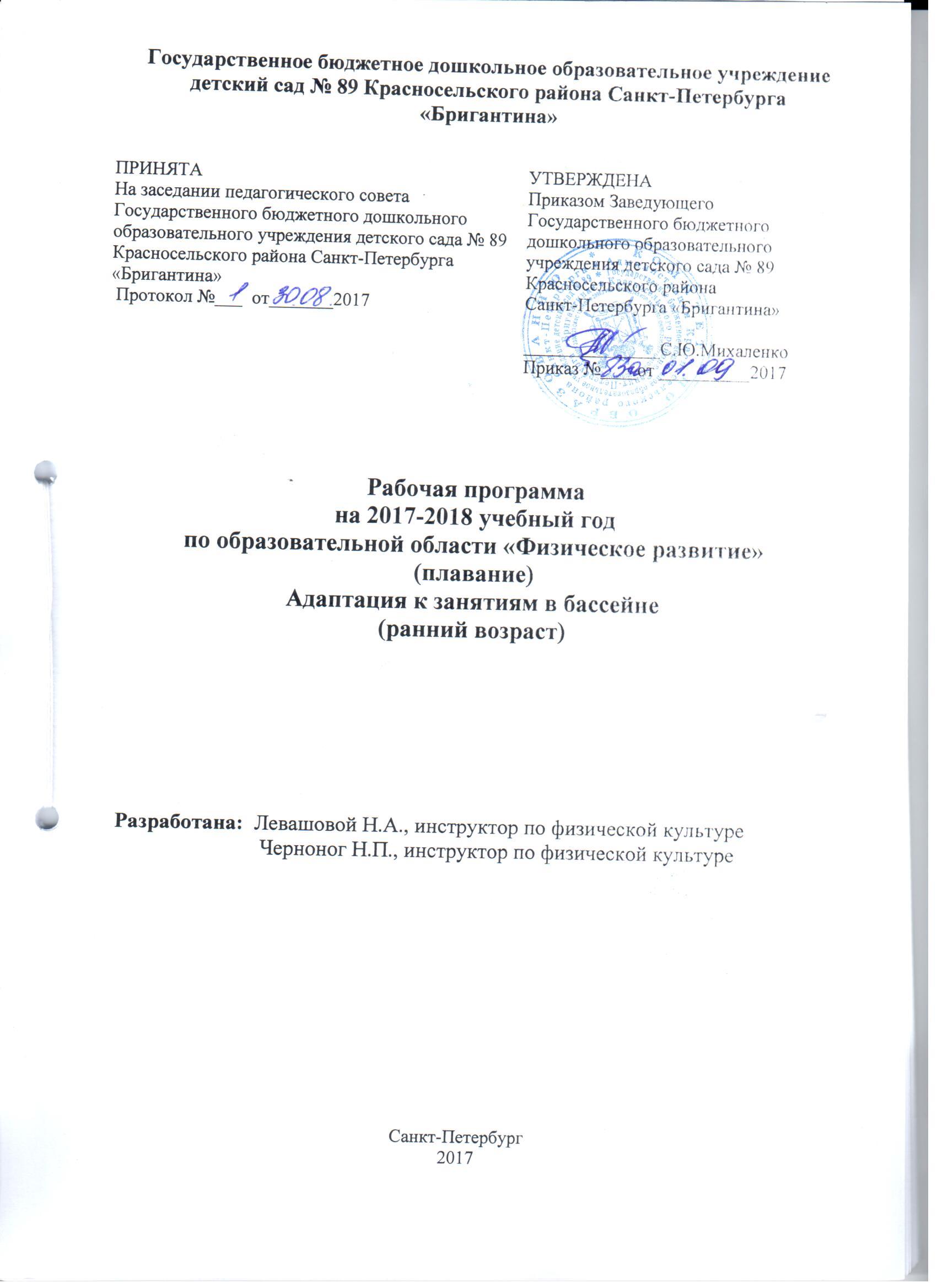
****

**Содержание:**

1. **Целевой раздел**

**1.1.Пояснительная записка \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

* + **Нормативно-правовая база \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**
  + **Общие цели и задачи\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**
  + **Основопологающие методы и приёмы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**
  + **Формы организации детей на занятиях по плаванию\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**
  + **Цель и задачи образовательной программы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**
  + **Принципы и подходы к формированию рабочей программы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**1.2.Возрастные особенности детей \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**1.3.Планируемые результаты освоения программы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

1. **Содержательный раздел**
   * **Задачи ДОУ на учебный год \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**
   * **Задачи группы на учебный год \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**
   * **Модель организации образовательного процесса \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**
   * **Содержание оздоровительной работы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**
2. **Организационный раздел**

**3.1.Проектирование образовательного процесса**

* **Учебно-тематический план занятий**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
* **Содержание рабочей программы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**
* **Ожидаемые результаты реализации рабочей программы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**
* **Условия реализации рабочей программы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**
* **Организация развивающей предметно-пространственной среды \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**
* **Организация занятий по плаванию\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**
* **Расписание НОД\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**
* **Перечень задач, средств и методических приёмов\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**
* **Традиции инструктора по физическому развитию\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**3.2.Информационно-методическое обеспечение \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

* **Паспорт бассейна \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**
* **Материальная база\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**
* **Список инвентаря для проведения занятий \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**
* **Список методической литературы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Приложения:**

* **Организационно-методическая работа**
* **Календарное планирование**
* **Перспективное планирование**
* **Последовательность обучения**
* **Основные задачи обучения**
* **График прохождения учебного материала**
* **Мониторинг, инструментарий (игры, наблюдения)**
* **Циклограмма инструктора по физической культуре**

1. **Целевой раздел**

1.1. Пояснительная записка

Дошкольный возраст является одним из наиболее важных периодов в жизни человека. В этом возрасте у ребенка закладываются основы здоровья, долголетия и всесторонней двигательной подготовленности. Благоприятное воздействие плавания на детский организм является общепризнанным. Плавание - один из немногих видов спорта, противопоказаний к которому практически не существует. Плавать полезно всем и в любом возрасте, а обучение этому навыку желательно начинать как можно раньше.

Плавание - не только удовольствие. Оно приносит огромную пользу. Замечено, что у детей, регулярно занимающихся плаванием, повышается сопротивляемость к болезням и общий тонус организма, совершенствуются движения, вырабатывается пластика, формируется жизненно важный навык - умение держаться на воде. Физическое развитие, которое получает ребенок на раннем этапе жизни, впоследствии позволит ему более успешно развить физические качества, такие как ловкость, быстрота, выносливость.

Умение плавать является навыком, необходимым человеку в самых разнообразных ситуациях. Надо помнить, что это прикладной, жизненно важный навык, значимый для людей. Овладение навыком плавания является прекрасным средством закаливания и тренировки, посредством которого дети имеют возможность совершенствовать свое тело и дух.

Целесообразность данной программы в использовании специальных

упражнений на формирование правильного дыхания. Единство оздоровительных и образовательных аспектов работы с дошкольниками обеспечивает сочетание дыхательных и звуковых упражнений.

Новизна данной программы состоит в использовании игрового метода на протяжении всего занятия по обучению плаванию детей дошкольного возраста, а также применение методики индивидуализированного обучения детей

Усвоение данной программы способствует формированию у ребенка стойкого положительного отношения к физической культуре в целом и плаванию в отдельности, как необходимому звену общей культуры и общеоздоровительной практике в жизни.

**Нормативно-правовая база.**

Рабочая программа педагога ДОУ составлена с учётом:

**Международно-правовых актов:**

* Конвенцией о защите прав человека и основных свобод от 04.11.1950
* Конвенцией о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН от 20.11.1989, вступила в силу для СССР 15.09.1990)
* Декларацией прав ребенка

**Законов Российской Федерации:**

* Конституцией РФ от 12.12.1993 (с изм. и доп.);
* Семейным Кодексом РФ от 08.12.1995 № 223 ФЗ (с изм. и доп.);
* Федеральным законом от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изм. и доп.);
* Законом РФ от 29.12.2012 № 273 – ФЗ «Об образовании», вступившим в силу с 01.09.2013

**Документами Министерства образования и науки Российской Федерации**

* Приказом Министерства образования и науки России от 17.10.2013
* № 1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования"
* Порядок организации и осуществления образовательной

деятельности по основным общеобразовательным программам- дошкольного образования ( приказ Минобрнауки России от 30.08.2013г. № 1014)

**Документов Федеральных служб:**

* постановлением Главного санитарного врача РФ от 15.03.2013 «СанПиН 2.4.1.3049 - 13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях»;

**Региональных документов:**

* Стратегией развития системы образования Санкт-Петербурга 2011-2020 «Петербургская Школа 2020»

**Локальных актов:**

* Уставом Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 89 Красносельского района

Санкт-Петербурга «Бригантина» другими нормативно-правовыми актами, регламентирующими деятельность системы дошкольного образования.

**Общие цели и задачи программы**

Реализация целенаправленного обучения детей дошкольного возраста плаванию, опираясь на возрастные и индивидуальные особенности каждого воспитанника.

* **процессе реализации программы решаются следующие задачи:**
* Овладение детьми основными способами плавания;
* Закаливание и укрепление детского организма, посредством плавания;
* Создание условий для развития у детей интереса к физическим упражнениям;
* создание основы для разностороннего физического развития (развитие и укрепление опорно-двигательного аппарата, сердечно – сосудистой, дыхательной и нервной систем);
* Воспитание у дошкольников бережного отношения к своему здоровью;
* Формирование у детей навыков личной гигиены;
* Развитие умений малышей владеть своим телом в непривычной среде.

**Основными принципами рабочей общеобразовательной программы дошкольного образования по плаванию являются:**

* **Доступности** –предполагающий опору содержания программы навозрастные и индивидуальные особенности детей дошкольного возраста, использование таких методов и приемов, которые позволяют обеспечить сохранение и поддержание интереса детей к занятиям плавания;
* **Постепенности** –раскрывающийся в необходимости поэтапногоосвоения детьми данной программы, разумного дозирования физической нагрузки на ребенка.
* **Систематичности** с учетом индивидуальных возможностей–определяющий единство компонентов педагогического процесса: от постановки целей до результата, взаимосвязи содержания, методов, приемов, форм работы с детьми от индивидуальных возможностей и потребностей каждого ребенка;
* **Наглядности** –учитывающий психологические особенностидошкольников и специфику построения педагогического процесса в детском саду;
* **Сознательности и активности** –позволяющий создать условия дляраскрытия субъектных проявлений каждого малыша, поощрении активности, инициативности дошкольников.

При проектировании дополнительной общеобразовательной программы дошкольного образования особое внимание уделялось выбору наиболее эффективных методов и приемов взаимодействия с детьми в процессе обучения малышей плаванию.

**Основополагающими методами и приемами стали:**

Физические упражнения и игры, освоение которых помогает детям адаптироваться к занятиям в бассейне. Методика опирается на основные дидактические требования педагогики и имеет воспитывающий и развивающий характер.

Для этого метода характерны:

* эмоциональность;
* освоение гигиенических навыков;
* применение здоровьесберегающих технологий, что обеспечивает закаливание организма;
* комплексное совершенствование физических морально-волевых качеств.

Использование методики упражнений на формирование навыков рационального дыхания у детей, в основе которых лежат не любые формы регуляции действий, а лишь те, которые связаны с осмысленной моторикой ребенка. Осмысленная моторика внутренне сопряжена с работой детского воображения. Поэтому особую ценность имеют дыхательныеенение упражнения, выполнение которых предполагает активизацию воображения: «рисование» дыханием в воздухе фигур, дыхание в контрастном ритме с изображением различных объектов и ситуаций (короткие и прерывистые вдохи и выдохи – «паровозик», медленные и размеренные – «океанский лайнер») и др.

Методы и приемы обучения, и способы организации детей на занятиях подбираются с учетом задач этапа обучения, возрастных особенностей и подготовленности детей, характера упражнений.

**Форма организации детей на занятиях по плаванию:**

подгрупповая. Возрастные группы делят на подгруппы.

Длительность занятий 5-15 минут. Она устанавливается в зависимости от периода обучения. Вначале обучения занятия короче по времени, затем, по мере освоения детей, их длительность постепенно увеличивается. Наглядно данная информация представлена в таблице № 1.

Таблица № 1

**Особенности организации обучения плаванию детей дошкольного возраста**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Возрастная группа** | **Кол – во** | **Число детей в** | **Длительность занятий, мин** | |  |
|  | **подгрупп** | **подгруппе** |  |  |  |
|  | **В одной** | **Во всей группе** |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  | **подгруппе** |  |  |
| Первая младшая | 2-3 | 5-6 | От 5-10 до15 | От 15 до 30 |  |

Занятия в группах проводятся в первой половине дня с сентября по май включительно.

**Наиболее эффективные формы работы с детьми, используемые при обучении плаванию:**

* занятия;
* мониторинг – начало и конец учебного года;
* посещение занятий детей старших по возрасту.

**Программа включает несколько этапов обучения.**

Первый этап -этап адаптации начинается с ознакомления ребенка с помещением бассейна, правилами поведения в бассейне, водой, ее свойствами (плотностью, вязкостью, прозрачностью). Продолжается до того момента, как ребенок освоится в бассейне, сможет безбоязненно и уверенно с помощью взрослого и самостоятельно выполнять упражнения на бортике бассейна безбоязненно заходить в воду, совершать простейшие действия, играть, слушать инструктора и выполнять задания.

**Рабочая программа** -документ,разрабатываемый образовательнымучреждением в целях определения объема, структуры и содержания образовательного процесса по определенному направлению или в данной конкретной группе (младшая, старшая, логопедическая, оздоровительная и т.д.)

Цель рабочей программы – планирование, организация и управление образовательным процессом.

Задачи рабочей программы – определение содержания объема, методических подходов с учетом особенностей образовательного процесса учреждения и контингента воспитанников в текущем учебном году.

Рабочая программа педагога выполняет следующие основные функции:

1. нормативную (рабочая программа документ, на основе которого осуществляется контроль по реализации основной общеобразовательной программы, полнотой усвоения материала, а также определяется график системы мониторинга планируемых результатов).
2. информационную (позволяет получить представление о целях содержания, последовательности изучения материала по направлению, в данной группе).
3. методическую (определяет пути достижения результатов освоения образовательной программы )
4. организационную (определяет основные направления деятельности, формы их взаимодействия, использование средств обучения).
5. планирующую (регламентирует требования на всех этапах обучения и воспитания

**Цель образовательной программы:** позитивная социализация ивсестороннее развитие ребенка раннего и дошкольного возраста в адекватных его возрасту детских видах деятельности с учетом возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

**Задачи образовательной программы:**

1. Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.
2. Обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей, в том числе ограниченных возможностей здоровья (далее ОВЗ).
3. Обеспечение преемственности целей, задач и содержания образования, реализуемых в рамках образовательных программ различных уровней.
4. Создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка, как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослым миром.
5. Объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
6. Формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирования предпосылок учебной деятельности.
7. Обеспечение вариативности и разнообразия содержания образовательной деятельности и организационных форм дошкольного образования, возможности формировать программу с учётом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей.
8. Формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей.
9. Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.
10. Формирование основ безопасной жизнедеятельности, здорового образа жизни.

**Основные принципы и подходы к формированию программы**

Программа разработана в соответствии с основными принципами и ценностями личностно-ориентированного образования, которые позволяют эффективно реализовать поставленные цели и задачи.

Программа отражает следующие **принципы и подходы**:

1. Принцип **развивающего образования:**
   * + Ориентация на зону ближайшего развития ребенка; на развитие ключевых компетенций дошкольника.
   * Организация разнообразного детского опыта и детских открытий;

специальный отбор взрослым развивающих объектов для самостоятельной детской деятельности.

* + - Насыщение детской жизни новыми яркими впечатлениями, «неясными» знаниями, образами, представлениями, которые намечают дальнейшие горизонты развития.
  + Создание оптимальных условий для проявления активности ребенка в разных видах детской деятельности.
  + Ориентация в образовательном содержании на актуальные интересы ребенка, склонности и способности.

1. Принцип **личностно-ориентированного взаимодействия**:

* Признание уникальности и неповторимости личности каждого ребенка;
  + Признание неограниченных возможностей развития личного потенциала каждого ребенка;
  + Уважение к личности ребенка со стороны всех участников образовательного процесса.

1. Принцип **систематичности,** **последовательности и постепенности**

**образования:**

* Связь всех ступенек дошкольного образования, начиная с раннего и младшего дошкольного возраста до старшей и подготовительной к школе групп.
* Содержание образования и требования к его усвоению отвечают основным дидактическим правилам: идти от легкого к более трудному, от известного к неизвестному.
* Систематичность требует, чтобы дети овладевали знаниями, умениями и навыками в определенном порядке, постепенно и последовательно. Последовательность предполагает усвоение нового материала с опорой на имеющиеся знания детей, и подается частями, во взаимосвязи с ранее, изученным.
* Приоритетом с точки зрения непрерывности образования является обеспечение к концу дошкольного детства такого уровня развития каждого ребенка, который позволит ему быть успешным при обучении по программам начальной школы.
  1. Соблюдение принципа **преемственности** требует не только и не столько овладения детьми определенным объемом информации, знаний, сколько формирование у дошкольника качеств, необходимых для овладения учебной деятельностью - любознательности, инициативности, самостоятельности, произвольности и др.

1. **Научный** принцип:
   * Сочетание принципа научной обоснованности и практической применимости. Содержание программы соответствует основным

положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики;

 Соответствие критериям полноты, необходимости и достаточности, то есть позволять решать поставленные цели и задачи только на необходимом и достаточном материале, максимально приближаться к разумному «минимуму»;

* + Единство целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста;
  + Принцип интеграции образовательных областей (физическое развитие, речевое развитие, познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие, художественно-эстетическое развитие) в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей;
* Комплексно-тематический принцип построения образовательного процесса;
  + Решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
  + Построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра.

1. Принцип **позитивной социализации** ребенка:

* Формирование ценностного отношения к обществу и государству;
* Формирование уважительного отношения к людям, партнерских отношений;
* Формирование бережного отношения к природе и окружающей среде;
* Формирование положительного отношения к искусству;
* Создание мотивации на здоровый образ жизни;
* Формирование значимого отношения к собственному «Я».

1. Принцип **индивидуализации образования:**

 Учет возрастно-половых особенностей;  Учет социо-культурной среды;

 Учет психо-физиологических особенностей;  Учет склонностей и интересов;  Учет физических возможностей.

* 1. Принцип **интеграции** содержания дошкольного образования отражается во взаимосвязи и взаимодействии образовательных областей, видов совместной деятельности и элементов образовательного пространства. Это приводит к переходу количества в качество.

**1.2.** **Возрастные особенности психического развития детей раннего возраста от 2 до 3 лет**

**Задачи:**

1. Адаптировать к занятиям.
2. Организовать группу.
3. Прививать гигиенические навыки.
4. Всестороннее физическое развитие.

**На третьем году жизни** дети становятся самостоятельнее.Продолжаютразвиваться предметная деятельность, деловое сотрудничество ребенка и взрослого; совершенствуются восприятие, речь, начальные формы произвольного поведения, игры, наглядно-действенное мышление, в конце года появляются основы наглядно-образного мышления.

**Развитие предметной деятельности** связано с усвоением культурныхспособов действия с различными предметами. Совершенствуются соотносящие и орудийные действия.

Умение выполнять орудийные действия развивает произвольность, преобразуя натуральные формы активности в культурные на основе предлагаемой взрослыми модели, которая выступает в качестве не только объекта для подражания, но и образца, регулирующего собственную активность ребенка.

* + ходе совместной с взрослыми предметной деятельности **продолжает** **развиваться понимание речи**.Слово отделяется от ситуации и приобретаетсамостоятельное значение. Дети продолжают осваивать названия окружающих предметов, учатся выполнять словесные просьбы взрослых, ориентируясь в пределах ближайшего окружения.

Количество понимаемых слов значительно возрастает. Совершенствуется регуляция поведения в результате обращения взрослых к ребенку, который **начинает понимать не только инструкцию, но и рассказ взрослых**.

Интенсивно развивается активная речь детей. К трем годам они осваивают основные грамматические структуры, пытаются строить сложные и сложноподчиненные предложения, в разговоре с взрослым используют практически все части речи. Активный словарь достигает примерно 1500–2500 слов.

К концу третьего года жизни **речь становится средством общения** **ребенка со сверстниками**.В этом возрасте у детей формируются новые видыдеятельности: игра, рисование, конструирование.

Игра носит процессуальный характер, главное в ней — действия, которые совершаются с игровыми предметами, приближенными к реальности. **В**

**середине третьего года жизни широко используются действия с предметами-заместителями**.

Появление собственно изобразительной деятельности обусловлено тем, что ребенок уже **способен сформулировать намерение изобразить какой-либо** **предмет**.Типичным является изображение человека в виде«головонога» —окружности и отходящих от нее линий.

На третьем году жизни совершенствуются зрительные и слуховые ориентировки, что позволяет детям безошибочно выполнять ряд заданий: осуществлять выбор из 2–3 предметов по форме, величине и цвету; различать мелодии; петь.

**Совершенствуется слуховое восприятие**,прежде всего **фонематический слух**.К трем годам дети воспринимают все звуки родного языка,нопроизносят их с большими искажениями.

Для детей этого возраста характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников. Однако в этот период **начинает складываться и произвольность поведения**.Она обусловленаразвитием орудийных действий и речи. У детей появляются чувства гордости

* стыда, начинают формироваться элементы самосознания, связанные с идентификацией с именем и полом. Ранний возраст завершается кризисом трех лет. Ребенок осознает себя как отдельного человека, отличного от взрослого. У него формируется образ Я. Кризис часто сопровождается рядом отрицательных проявлений: негативизмом, упрямством, нарушением общения с взрослым и др. Кризис может продолжаться от нескольких месяцев до двух лет.

**1.3. Планируемые результаты реализации рабочей программы по образовательной области «Физическое развитие» (плавание)**

**для группы раннего возраста № 1 с 2 до 3 лет**

**1 год обучения (ранний и младший дошкольный возраст);**

* Адаптация к помещению бассейна, к инструктору.
* Организация группы на занятие.
* Умение слушать инструктора, выполнять команды.
* Приобретение навыков личной гигиены.
* Самостоятельность, умение различать свои вещи и самостоятельно одеваться.
* Умение безбоязненно заходить в воду, совершать простейшие действия, свободное передвигаться в воде, играть.

1. **Содержательный раздел**

***Цель:*** воспитание здорового, жизнерадостного, физически совершенного, гармонически и творчески развитого ребенка.

***Задачи*** и направления физического развития ***в соответствии с ФГОС*** ***дошкольного образования:***

* Приобретение опыта в следующих видах деятельности:
* двигательной, направленной на развитие координации и гибкости;
* способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики обеих рук;
* связанных с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в стороны)
* Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами.
* Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.
* Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)
* Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:
* формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни
* Физическая культура:
* сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления;
* обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки;
* формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений;
* развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

***Принципы*** физического развития:

***Методы*** физического развития:

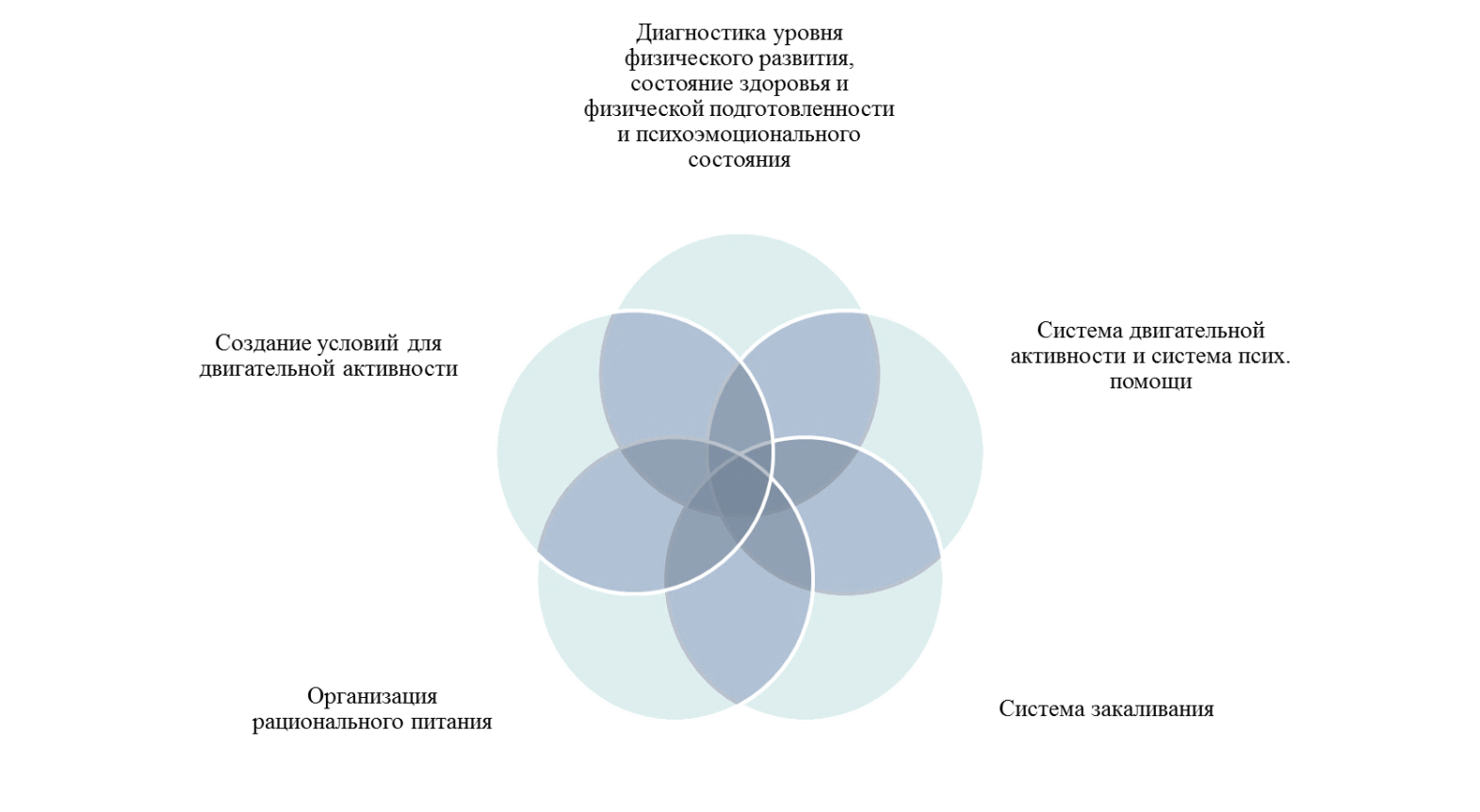
***Средства*** физического развития:

* Двигательная активность, физические упражнения;
* Эколого-природные факторы (солнце, воздух, вода);
* Психолого-гигиенические факторы (гигиена сна, питания, занятий)

***Формы*** организации образовательной работы с детьми:

* НОД по физическому развитию в зале и на свежем воздухе
* НОД по обучению детей плаванию
* НОД по музыкальному развитию детей
* Подвижные игры
* Физкультурные упражнения на прогулке
* Утренняя гигиеническая гимнастика
* Самостоятельная двигательно-игровая деятельность детей
* Бодрящая гимнастика
* Физкультминутки
* Спортивные игры, досуги, развлечения, праздники
* Закаливающие процедуры
* Корригирующая гимнастика
* День здоровья
* Соревнования, эстафеты

***Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы***



|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Блоки физкультурно-оздоровительной работы** | | **Содержание физкультурно-оздоровительной работы** |
| Создание условий для двигательной активности | | * гибкий режим; * совместная деятельность взрослого и ребенка; * оснащение (спортинвентарем, оборудованием, наличие спортзала, бассейна, спортивных площадок, спортивных уголков в группах); * индивидуальный режим пробуждения после дневного сна; * подготовка специалистов по двигательной деятельности |
| Система двигательной активности +  система психологической помощи | | * утренняя гигиеническая гимнастика; * прием детей на улице в теплое время года; * совместная деятельность инструктора по физической культуре и детей (в спортивном зале и бассейне); * двигательная активность на прогулке; * физкультура на улице; * подвижные игры; * физкультминутки во время совместной деятельности; * бодрящая гимнастика после дневного сна; * упражнения для расслабления позвоночника и коррекции осанки; * дыхательная гимнастика; * гимнастика для глаз; * профилактика плоскостопия; * физкультурные праздники, досуги, забавы, игры; * дни здоровья; * спортивно-ритмическая гимнастика; * игры, хороводы, игровые упражнения; * оценка эмоционального состояния детей с последующей коррекцией плана работы; * психологическое сопровождение |
| Система закаливани | В повседневной жизни | * утренний прием на свежем воздухе в теплое время года; * утренняя гигиеническая гимнастика (разные формы: оздоровительный бег, ритмика, ОРУ, игры); * облегченная форма одежды; * ходьба босиком в спальне до и после сна; * сон с доступом воздуха (+19 °С ... +17 °С); * контрастные воздушные ванны (перебежки); * солнечные ванны (в летнее время); * обширное умывание; * мытье рук до локтя прохладной водой |
| Специально организованная | * полоскание рта; * занятие в бассейне; * контрастный душ (после бассейна) или полоскание в тазу |
| Организация рационального питания | | * организация второго завтрака (соки, фрукты); * введение овощей и фруктов в обед и полдник; * строгое выполнение натуральных норм питания; * замена продуктов для детей-аллергиков; * питьевой режим; * гигиена приема пищи; * индивидуальный подход к детям во время приема пищи; * правильность расстановки мебели |
| Диагностика уровня физического развития, состояния здоровья, физической подготовленности, психоэмоционального состояния | | * диагностика уровня физического развития; * диспансеризация детей детской поликлиникой; * диагностика физической подготовленности; * диагностика развития ребенка; * обследование психоэмоционального состояния детей педагогом-психологом; * обследование учителем-логопедом |

**Цели:**

* обучить детей плавать;
* способствовать оздоровлению детей;
* совершенствовать физическое развитие;
* закаливание детского организма.

**Задачи:**

*Образовательные:*

* адаптировать детей к водному пространству;
* научить без боязни заходить в воду и свободно передвигаться в ней;
* научить задерживать дыхание, выполнять погружение и лежание на поверхности воды;
* обучить скольжению на груди (спине);
* формировать попеременное движение ног (способом кроль) и передвигаться с его помощью;
* учить плавать облегченным способом.

*Оздоровительные:*

* способствовать повышению сопротивляемости организма к неблагоприятным факторам внешней среды;
* укреплять мышечный корсет ребенка;
* активировать работу вестибулярного аппарата.
* формировать гигиенические навыки.

*Воспитательные:*

* воспитание смелости;
* воспитание положительного отношения детей к занятиям;
* воспитание организованности;
* воспитание нравственно-волевых качеств личности (сдержанности, дисциплинированности, честности).

Направленность программы заключается в реализации игровых методов создающих целостное и образное представление о двигательных действиях, помогающих решению оздоровительных и образовательных задач, использование дидактических принципов образного игрового представления значительно повысит эффективность учебного процесса.

Программа включает несколько этапов обучения.

Первый этап начинается с ознакомления ребенка с водой, ее свойствами (плотностью, вязкостью, прозрачностью). Продолжается до того момента, как ребенок освоится в воде, сможет безбоязненно и уверенно с помощью взрослого и самостоятельно передвигаться по дну, совершать простейшие действия, погружаться под воду, играть.

Второй этап связан с приобретением детьми умений и навыков, которые помогут им чувствовать себя в воде достаточно надежно. На занятиях дети учатся держаться на поверхности воды (всплывать, лежать, скользить) хотя бы краткое время, получают представление о ее выталкивающей и поддерживающей силе, а также самостоятельно, произвольно выполняют упражнение вдох-выдох в воду несколько раз подряд (не менее 10), передвигаться при помощи работы ног способом кроль на груди (спине) с опорой.

Третий этап предусматривает умение детей проплывать 7 – 10 метров на мелкой воде, сохраняя в основном согласованность движений рук, ног и дыхания, характерную для разучиваемого способа плавания.

Четвертый этап продолжает освоение и совершенствование техники определенного способа плавания, простых поворотов, элементарных прыжков в воду. Дети приобретают умение плавать на глубокой воде.

Каждый из этапов начального обучения плаванию условно может быть «привязан» к определенному возрасту детей:

*Первый – младший дошкольный возраст;*

*Второй – средний дошкольный возраст;*

*Третий – старший дошкольный возраст;*

*Четвертый – подготовительный к школе возраст.*

***Основополагающие методы и приемы:***

* метод упражнения (многократное выполнение движений в целом и по частям);
* метод разучивания по частям (разучивание элементов плавания);
* наглядный метод (показ движений, использование картинок, жестикуляция),
* словесный метод (рассказ, беседа, описание движения, указание, команды, подсчет)
* игровой метод (создание образного представления о движении),

Методика обучения плаванию детей дошкольного возраста опирается на основные дидактические требования педагогики и имеет воспитывающий и развивающий характер. Используемая методика выполнения упражнений на формирование навыков рационального дыхания у детей, содержит в основе не любые формы регуляции действий, а лишь те, которые связаны с осмысленной моторикой ребенка. Осмысленная моторика внутренне сопряжена с работой детского воображения. Поэтому особую ценность имеют дыхательные упражнения, выполнение которых предполагает активизацию воображения: «рисование» дыханием в воздухе фигур, дыхание в контрастном ритме с изображением различных объектов и ситуаций (короткие и прерывистые вдохи и выдохи – «паровозик», медленные и размеренные – «океанский лайнер») и др. Освоение этих методов помогает детям научиться плавать определенными способами.

Методы и приемы обучения, и способы организации детей на занятиях подбираются с учетом задач этапа обучения, возрастных особенностей и подготовленности детей, характера упражнений.

***Основными принципами организации работы по обучению детей плаванию:***

* Доступности – предполагающий опору содержания программы на возрастные и индивидуальные особенности детей дошкольного возраста, использование таких методов и приемов, которые позволяют обеспечить сохранение и поддержание интереса детей к занятиям плавания;
* Постепенности – раскрывающийся в необходимости поэтапного освоения детьми данной программы, разумного дозирования физической нагрузки на ребенка.
* Систематичности с учетом индивидуальных возможностей – определяющий единство компонентов педагогического процесса: от постановки целей до результата, взаимосвязи содержания, методов, приемов, форм работы с детьми от индивидуальных возможностей и потребностей каждого ребенка;
* Наглядности – учитывающий психологические особенности дошкольников и специфику построения педагогического процесса в детском саду;
* Сознательности и активности – позволяющий создать условия для раскрытия субъектных проявлений каждого малыша, поощрении активности, инициативности дошкольников.

***Форма организации детей на занятиях по плаванию*** *-* подгрупповая. Возрастные группы делят на подгруппы. В зависимости от возраста детей и конкретных условий (число детей в группе, цель занятия) количество подгрупп будет разным.

**Организация занятия по плаванию:**

Перед началом сезона занятий по плаванию с детьми проводят специальные беседы, на которых рассказывают о правилах личной гигиены и

* правилах поведения в бассейне, в раздевалках, в душевых, объясняют значение водных процедур, купания и плавания для укрепления здоровья, закаливания.

Выход из группы. Наиболее удобная одежда-спортивная форма (носочки, футболки, шорты). Обувь и носки дети должны легко снимать и

одевать самостоятельно). Первая подгруппа детей в сопровождении помощника воспитателя и инструктора отправляется в бассейн.

Подготовка к занятию. В раздевалке дети снимают обувь и носочки (в основном ребята выполняют все действия самостоятельно), но в случае необходимости инструктор и помощник воспитателя помогают снять обувь и носочки. Далее дети строятся в одну колонну и за инструктором выходят босиком по массажным дорожкам через ножные ванночки на бортик бассейна.

Разминка проводится на бортике бассейна с музыкальным сопровождением. На этом этапе занятия дети в игровой форме разучивают

специальные упражнения для подготовки к плаванию, выполняют дыхательные упражнения, упражнения для профилактики плоскостопия. Основная часть занятия. Игры с водой, на изучение плотности воды, вязкости,

текучести. Используются различные плавающие, тонущие, игрушки-прилипалы.

Завершение занятия. Выход в раздевалки по массажным дорожкам через ножные ванночки. Вытирание ног Возвращение в группу в сопровождении помощника воспитателя (который к этому времени уже привёл вторую подгруппу).

На протяжении всего пребывания детей в помещении бассейна ведётся контроль над соблюдением всех норм техники безопасности.

* результате адаптации все дети безбоязненно посещают занятия плаванием в последствии свободно передвигаются в воде, хорошо держатся на воде, продолжительное время скользят на поверхности воды, самостоятельно регулируют вдох и выдох, у них выработано положительное отношение к плаванию, водным процедурам. Дети, регулярно посещающие бассейн, реже болеют.

**Учебно-тематический план занятий для детей раннего дошкольного возраста.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** |  | **Наименование тем** | **Количество часов** |
| 1. |  | Экскурсия по бассейну. Беседа с детьми (для примера | **2** |
|  |  | используем куклу). |  |
|  |  |  |  |
| 2. |  | Теоретические сведения на тему: «Значения плавания и | **2** |
|  |  | правила посещения бассейна». |  |
|  |  |  |  |
| 3. |  | Посещение раздевальных и душевой, показ приемов | **2** |
|  |  | самообслуживания на примере куклы. |  |
|  |  |  |  |
| 4. |  | Показ основных движений в воде, создать общее | **2** |
|  |  | представление о плавании |  |
|  |  |  |  |
| 5. |  | Экскурсия на занятия старших детей (посмотреть, как | **1** |
|  |  | старшие дети играют, плавают, ныряют, входят и |  |
|  |  | выходят из бассейна, идут в душевую). |  |
|  |  |  |  |
| 6. |  | Приучать детей, передвигаться группой, друг за другом | **2** |
|  |  | и взявшись за руки. |  |
|  |  |  |  |
| 7. |  | Вызвать интерес к занятию. | **2** |
|  |  |  |  |
| 8. |  | Приучать детей самостоятельно снимать и одевать обувь | **2** |
|  |  | и носочки |  |
|  |  |  |  |
| 9. |  | Побуждать детей на выполнение упражнений на бортике | **1** |
|  |  | бассейна. Вызывать чувство радости от действий в воде |  |
|  |  | и с водой. |  |
|  |  |  |  |
| 10. |  | Приучать детей самостоятельно по команде инструктора | **2** |
|  |  | передвигаться по бортику бассейна. |  |
|  |  |  |  |
| 11. |  | Приучать детей не бояться воды, самостоятельно | **2** |
|  |  | умываться. |  |
|  |  |  |  |
| 12. |  | Приучать не бояться брызг. Игры с водой. Пальчиковые | **2** |
|  |  | игры. |  |
|  |  |  |  |
| 13. |  | Начать учить детей делать глубокий вдох и постепенный | **2** |
|  |  | выдох |  |
|  |  |  |  |
| 14. |  | Показать на примере куклы, как свободно лежат на воде, | **2** |
|  |  | познакомить с плотностью воды. |  |
|  |  |  |  |
| 15. |  | Воспитывать организованность, умение действовать по | **2** |
|  |  | сигналу педагога. |  |
|  |  |  |  |
| 16. |  | Начать учить детей делать глубокий вдох и постепенный | **2** |
|  |  | выдох. |  |
|  |  |  |  |
| 17. |  | Итоговое. |  |
|  |  |  |  |
| Итого: | |  | **36** |
|  |  |  |  |

**Технология использования игровых приемов**

Целевое назначение игровых приемов: элементы игры во время занятия делают процесс обучения увлекательным, лишают его однообразия и монотонности, психологически не оправданных в работе с детьми-дошкольниками, способствуют созданию внешней и внутренней мотивации.

**Технология:**

1. В воде и на бортиках бассейна раскладываются различные игрушки, специальные обучающие средства (обручи, кольца, пенопленовые коврики и т.д.).
2. В ходе занятия дети обращают внимание на эти предметы, выбирают понравившиеся (по цвету, форме, назначению) и начинают манипулировать ими или выполнять с их помощью уже знакомые упражнения.
3. Педагог-инструктор, наблюдая за действиями детей (каждого ребенка в отдельности), предлагает им новые виды движений или действий с данными предметами. При этом педагог следует принципу: «Не вмешиваться, а встраиваться в процесс детской игры».
4. Если ребенок хочет освоить новое упражнение, инструктор или дети-помощники демонстрируют способ его выполнения.
5. Ребенок под наблюдением инструктора выполняет новое действие.
6. Обязательно звучит похвала или другие ободряющие слова наставника.
7. К выполнению данного упражнения могут по собственному желанию подключиться и другие дети. Для поддержания интереса к упражнению и совершенствования соответствующих умений педагог вводит элемент соревнования («кто дальше», «кто больше», «кто точнее» и т.д.).
8. Выполнение упражнения прекращается, как только дети теряют к нему интерес.

**Условия эффективности:**

* наличие оптимального количества игровых и обучающих средств, их разнообразие (по назначению, по форме, по цвету и т.д.);
* умение и готовность педагога наблюдать за детьми, заметить внутреннюю готовность ребенка к освоению новых, более сложных движений и действий;
* умение педагога учиться у детей и импровизировать вместе с ними и вслед за ними («подглядеть» новый способ манипуляций ребенка с предметами и оборудованием; подхватив инициативу ребенка, придумать новое упражнение и предложить его детям);
* умение педагога быть терпеливым, не навязывать ребенку новые упражнения, лишь косвенно, через деятельность других детей, вызвать его желание делать то, что и другие, стимулировать и поощрять самостоятельный выбор.
* Обязателен в работе с дошкольниками индивидуальный подход. Хрупкость, несформированность детского организма требует тщательного учета

способностей, склонностей, а главное - возможностей каждого ребенка. Только при строгом учете пола, возраста, степени физического развития и здоровья, подверженности простудным заболеваниям, привычки к воде и изменениям температурных условий, индивидуальных реакций на физические нагрузки можно находить наиболее верные приемы работы при обучении плаванию детей.

**Условия реализации рабочей программы дошкольного образования по плаванию**

* + ДОУ создана развивающая предметно-пространственная среда бассейна:

Помещение бассейна оборудовано необходимыми приборами, позволяющими контролировать и поддерживать температуру воды, воздуха, влажность в соответствии с гигиеническими требованиями.

Чтобы занятия были безопасными для здоровья и жизни детей, имеется соответствующий инвентарь и оборудование: длинный шест (2—2,5 м) для поддержки и страховки, обучающихся плаванию; спасательные круги; поплавок «Малыш»; разделительные дорожки для ограждения места плавания; цветные поплавки, флажки для ограждения места купания.

Применять вспомогательные средства необходимо целенаправленно и методически правильно, в противном случае их использование не ведет к положительным результатам. При использовании, например, резиновых кругов, надувных игрушек тело ребёнка зачастую принимает неверное положение, что затрудняет усвоение правильных движений руками и ногами.

* то же время плавание на груди с помощью доски из пенопласта (ребенок опирается о доску вытянутыми вперед руками) помогает освоить скольжение. Методически верное применение доски ускоряет процесс усвоения движения, при котором положение тела должно быть горизонтальным.

Игрушки позволяют разнообразить упражнения, повышают их эмоциональную насыщенность. Они должны быть яркими, разноцветными, привлекать к занятиям и играм в воде.

Количество мелких игрушек должно соответствовать числу детей, временно занимающихся в бассейне.

Традиции инструктора по физическому развитию (плавание)

Приветствие перед началом занятия

Музыкальная разминка

Использование игрушек при обучении детей

**3. Информационно-методическое обеспечение**

**Паспорт бассейна**

**Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 89 Красносельского района Санкт Петербурга «Бригантина»**

**Характеристика плавательного бассейна**

Бассейн является инфраструктурным подразделением Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 89 Красносельского района Санкт-Петербурга «Бригантина». Бассейн- это помещения для организации занятий по обучению детей плаванию, секции по плаванию, занятий дополнительного образования.

Все помещения отвечают педагогическим, санитарно–гигиеническим лечебно-профилактическим нормам. Имеется эффективная вентиляция, достаточная освещённость всех помещений, благоприятный уровень температуры и воздуха, поддерживается чистота и порядок, соблюдается график проветривания. Обеззараживание воды бассейна происходит путем хлорирования воды и ультрафиолетового облучения.

В соответствии с СанПиН 2.1.2.1188-03 «Плавательные бассейны. Гигиенические требования к устройству, эксплуатации и качеству воды. Контроль качества», утвержденным Главным санитарным врачом Российской Федерации 29 января 2003 года и введенного в действие 01 мая 2003 года, температура воздуха в помещении бассейна поддерживается на уровне +29°С, в раздевальной и душевой в пределах +25-26°С, воды в бассейне +28-32°С. Пол подогревается. Бассейн оборудован приборами, позволяющими контролировать и поддерживать соответствующее санитарно-гигиеническое состояние, термометрами для измерения температуры воздуха и воды, психрометром для определения влажности воздуха.

На территории бассейного комплекса находятся две раздевальные комнаты с шкафчиками для одежды, скамейками, электрофенами, санузлом; две душевые (по 2 душевые установки в каждой), физкультурный зал, зал с ванной бассейна (7 метров в длину, 3 метра в ширину и 0,4-0,6 метров в глубину), служебные помещения, кладовая. С целью обеспечения безопасности детей и предупреждения травматизма, по периметру ванны бассейна, в душевых и раздевальных комнатах на полу нескользящее покрытие из ПВХ или резины.

Спуск детей в бассейн из групп производится по отдельной лестнице.

Все помещения оснащены всем необходимым оборудованием, спортивным инвентарем, специальной мебелью.

Имеются пособия и игрушки, предназначенные для наиболее эффективной организации занятий по плаванию, проведения различных упражнений и игр, способствующих успешному освоению детей в воде и формированию навыков плавания.

-доски из пенопласта (для каждого купающегося);

-надувные игрушки;

-резиновые и пластмассовые игрушки;

-мелкие игрушки из плотной резины (тонущие);

-обручи;

-мячи разного размера.

В оснащение бассейна входит также набор спасателя: спасательные круги, страховочный шест.

Ванна бассейна оснащена разделительным шнуром, который состоит из пластмассовых поплавков яркой раскраски, чтобы их хорошо было видно детям.

Бассейн предназначен для проведения занятий по обучению плаванию детей в возрасте 3-7 лет. Размеры бассейна позволяют проведение занятий с группой детей не более 7 человек, по санитарным нормам 3 кв.м на 1 ребенка. Для занятий дети делятся на подгруппы по 7 детей. Длительность занятия вместе с подготовкой, для детей разного дошкольного возраста рекомендуется от 10-15 до 30-35 минут на подгруппу (на суше не более 3-5 минут).

Бассейн работает по плану, согласованному с администрацией ДОУ.

**I. Материально-технической обеспечение бассейна**

**Оснащение помещений бассейна**

1. Раздевальная для девочек (S = 12,12):

- шкаф детский – 9 секций

- скамейка детская – 1

- фен – 2

2. Санузел для девочек (S = 1,67)

- унитаз – 1

- раковина - 1

3. Раздевальная для мальчиков (S = 11,23)

- шкаф детский – 11 секций

- скамейка детская – 1

4. Санузел для мальчиков (S = 1,78)

- унитаз – 1

- раковина - 1

5. Душевая для девочек (S= 7,8)

6. Душевая для мальчиков (S= 6,99)

7. Помещение бассейна (S= 74,28)

- чаша бассейна 3х7 м

- скамейка (бассейн) – 3

- стеллаж с крючками – 2

- полки настенные – 3

- часы настенные - 1

- коврик резиновый -3

- корзина для хранения инвентаря – 1

- инвентарь для проведения занятий (см. список)

- инвентарь для проведения текущей уборки помещения бассейна

8. Комната тренера (S=6,1)

- стол письменный – 1

- стул -1

- стул винтовой – 1

- аудиосистема- 1

- микрофон- 1

- ведро для мусора- 1

- фен- 1

- радиотранслятор-1

9. Туалет и душ для персонала (S=3,95)

-унитаз – 1

-раковина – 1

- душ – 1

- зеркало – 1

10. Физкультурный зал

- шведская стенка- 4

- мат гимнастический -2

- скамья деревянная -1

- стеллаж для спортивного инвентаря -1 шт.

- спортивный инвентарь (см.список)

11. Комната медицинской сестры и врача (S=7,78)

- стол -2

- стул -2

- радиотранслятор -1

12. Комната лаборанта (S=5,41)

- - шкаф для лабораторных исследований с вытяжкой - 1

- раковина

13. Туалет для медицинских работников (S=2,19+2,67)

- раковина

- унитаз

14. Кладовая (S=8,0)

- стеллаж для инвентаря – 1

- спортивный инвентарь

15. Техническое помещение бассейна (S=118,67), водоподготовка (подвальное помещение)

**Инвентарь для проведения занятий по плаванию**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование** | **Технические характеристики** | **Ед. изм.** | **Кол-во, шт.** |
|  | Ребристый коврик  Толщина -10мм, длина – 10м, ширина – 600 мм | Ребристый коврик предназначается для влажных помещений , таких как бани, бассейны, сауны. Изготовлен из ленточного поливинилхлорида сквозной окраски. Ленты основы сварены в продольном направлении, что позволяет легко свернуть покрытие в рулон. Ребристое покрытие хорошо выдерживает моющие средства, жиры, масла и большинство кислот. Цвет покрытия не меняется от влияния света или механического изнашивания. Покрытие не поддерживает сгорания, образование горящих капель исключено. Покрытие имеет высокую точку воспламеняемости, температура вспышки – 330-4000С. Покрытие очищается моющими средствами и щеткой или влажной тряпкой, или моечной машиной под давлением. Использование дезинфицирующего препарата предотвращает появление и рост бактерий.  Материал – поливинилхлорид. Поверхность – шероховатая. Толщина -10мм, длина – 10м, ширина – 600 мм. Цвет – синий, со свободными отверстиями для стока воды. Производство: Финляндия | шт | 2 |
|  | Доска для плавания Cross | Доска для плавания Cross  Высококачественная доска для тренировок. Специальные вырезы увеличивают плечо захвата и позволяют изменять позицию рук во время тренировок. Доска изготовлена из ЭВА  Размер: 38х27 см Цвет: черный .  Производство: Mad Wave | шт | 12 |
|  | Спасательный жилет детский сигнального цвета М2С | Спасательный жилет детский сигнального цвета с воротником. Жилет изготовлен из: - непромокаемой прочной ткани с водостойким полиуретановым покрытием ярко оранжевого цвета. - прочной стропы (выдерживает большие нагрузки) - многослойного наполнения (пенополиэтиленом плотностью 25кг/м3, не впитывает воду), многослойность наполнения позволяет добиться большей эластичности жилета.  Производство: ООО «Спорттехнология» | шт | 6 |
|  | Круг для бассейна детский 0,9кг | Круг для бассейна детский массой 0,9кг Круг изготовлен из пластика белого цвета. Оснащён леером. Внутренний диаметр – 300мм.  Производство: ООО «ПТК «Спорт» | шт | 2 |
|  | Горизонтальный анкер, D 44 мм | Горизонтальный анкер стойки-держателя для крепления разделительной дорожки диаметром 44 мм. Изготовлен из нержавеющей стали AISI 316 . Размеры: верхний фланец D = 73мм, h120 мм  Производство: ООО «ПТК «Спорт» | шт | 2 |
|  | Стойка-держатель для крепления разделительной дорожки | Стойка-держатель для крепления разделительной дорожки высотой 18 см. и диаметром 43 мм. Стойка-держатель изготовлен из нержавеющей стали AISI-316 и устанавливаться горизонтальные анкерные крепления.  Производство: ООО «ПТК «Спорт» | шт | 2 |
|  | Дорожка разделительная для бассейна 7м | Разделительная дорожка используется для проведения соревнований в бассейнах длиной 25м. Дорожка выполнена из эластичного полиэтилена высокого давления с использованием нетоксичного красителя высокого качества (класс стойкости к УФ-излучению 8 баллов по 8-ми бальной шкале). Дорожка укомплектована: Волногаситель: наружный диаметр 100мм, внутренний диаметр 9,5мм. Комплектация: 6 шт. волногасителей с ровными рёбрами + 2 волногасителя с вогнутыми с одной стороны рёбрами с вставленными между ними поплавком того же цвета. Общее количество волногасителей для бассейна: 15 красных волногасителей с ровными рёбрами, 15 красных волногасителей с вогнутыми с одной стороны рёбрами, 34 синих волногасителя с ровными рёбрами, 11 синих волногасителей с вогнутыми с одной стороны рёбрами, 34 белых (жёлтых) волногасителя с ровными рёбрами, 11 белых (жёлтых) волногасителей с вогнутыми с одной стороны рёбрами. Поплавок: наружный диаметр 72мм, внутренний диаметр 18мм. Нанизывается на полиамидный шнур. Поплавки чередуются с волногасителями согласно схемы сборки, которая входит в комплект поставки. Дорожки поставляются в собранном виде с нержавеющей фурнитурой AISI 316: 1 талреп нерж. 10 мм; 4 зажима; 1 карабин.  Производство: ООО «ПТК «Спорт» | шт | 1 |
|  | Детский пояс  Размер 17,5х22х8 см | Ранец для плавания. Пояс-рюкзачок предназначен для обучения плаванию. Обеспечивает большую свободу движения, нежели многосекционные пояса. Фиксируется на спине с помощью регулируемого ремня. Съемные секции позволяют подобрать необходимый уровень поддержки. Рекомендуемый вес пользователя до 60 кг. Размер 17,5х22х8 см. Пояс выполнен из EVA-материала  Производство: Россия | шт | 12 |
|  | Пояс для плавания, 5 пластин | Используется для обучения плаванию, а также на занятиях аквааэробикой. Эта модель удобна для людей худощавого телосложения, также он будет полезен для будущих мам. Вынимающиеся секции позволяют подобрать необходимый уровень поддержки и расположить пояс на теле с максимальным комфортом  Рекомендуемый вес пользователя до 60 кг . Размер 1 секции 15х7х5 см  Материал: ЭВА  Производство: Mad Wave | шт | 12 |
|  | Нарукавники для детей 2-6 лет | Материал: Нарукавники с двумя клапанами защиты и изготовлен из низкофталатного ПВХ. Возраст детей 2-6 лет. Производство: Mad Wave | пар | 6 |
|  | Гантели детские 0,5 кг | гантели мягкие (мякиши) насыпка 250 гр набор из 2-х шт | пара | 1 |
|  | Мат гимнастический малый | Мат гимнастический малый (100\*100\*10 см) | шт | 2 |
|  | Балансировочная подушка | Выполнена в виде полусферы с массажными элементами. Диам.13см. Изготовлена из цветной резины, с шипами. | Шт. | 3 |
|  | Мяч массажный | Мяч гимнастический 45 см | Шт. | 9 |
|  | Мяч массажный | Мяч гимнастический 55 см | Шт. | 9 |
|  | Мяч массажный | Мяч гимнастический 65 см | Шт. | 2 |
|  | Мячи малые 6-8 см | Мячи малые, материал – резина, цветная, диаметр 7,5 см | Шт. | 3 |
|  | Мяч массажный | Мяч массажный 6 см. Изготовлен из цветной резины с шипами | Шт. | 18 |
|  | Мяч массажный | Мяч массажный 10 см. Изготовлен из цветной резины с шипами | Шт. | 2 |
|  | Обруч гимнастический большой | Обруч гимнастический пластик большой, (диам. 0,9 м) | Шт. | 14 |
|  | Обруч гимнастический малый | Обруч гимнастический пластик малый (диам. 0,6 м) | Шт. | 10 |
|  | Скакалка | Скакалка резиновая с пластиковыми ручками 2,8 м | Шт. | 5 |
|  | Скакалка | Скакалка резиновая с пластиковыми ручками 1,8м | Шт. | 20 |
|  | Кегли пластмассовые (набор) | 9 кеглей зеленого, синего и красного цвета (высота 26 см), 2 шара, подставка для кеглей. Материал: пластмасса | Шт. | 9 |
|  | Палочки эстафетные | Палочки эстафетные. Комплект 6 штук 280х24мм | Шт. | 13 |
|  | Кольцо массажное | Изготовлено из резины. С шипами. Диаметр 11,5 см. Цвет: синий, красный, желтый, зеленый | Шт. | 10 |
|  | Канат для перетягивания Д30 10 |  | Шт. | 2 |
|  | Конус | Конус тренировочный TORRES из пластика. Высота: 30 см. Размер основания: 19 х 19 см | Шт. | 4 |
|  | Нудлс "Ассорти" | Материал: пенополиэтилен  Размер: 160х7 см  Производство: Бельгия | Шт. | 10 |
|  | Кольцеброс | Кольцеброс.  Материал: пластик  В комплекте:  - 2 детали стойки;  - 5 столбиков;  - 5 колец. | Шт. | 2 |
|  | Эспандер кистевой кольцо | Эспандер кистевой кольцо Iron Body Материал: силикон. | Шт. | 19 |
|  | Дуга для подлезания h50 фанера |  | Шт. | 3 |
|  | Дуга для подлезания h30 фанера |  | Шт. | 4 |

**Учебные пособия**

Знаки «НЕЛЬЗЯ», «СТОП» в красном кружочке (что нельзя делать в бассейне).

* Нельзя шуметь в бассейне (громко кричать).
* Нельзя бегать в помещениях бассейна
* Нельзя прыгать в бассейн
* Нельзя толкаться и баловаться
* Нельзя плавать сразу после приятия пищи
* Нельзя отплывать от бортиков бассейна, если не умеешь плавать

**Учебно-методические пособия:**

* Игры на воде.
* Мониторинг плавательной подготовки.
* Закаливание.
* Консультации для родителей и педагогов.
* Наглядно демонстрационный материал.
* Материал по самообразованию.
* Гимнастика, упражнения для разминки.

**III. Документация:**

* положение о бассейне- инфраструктурном подразделении ГБДОУ;
* программа производственного контроля за эксплуатацией плавательного бассейна;
* требования к устройству и эксплуатации бассейна в ДОУ;
* должностные инструкции сотрудников бассейна;
* правила пользования бассейном;
* правила технике безопасности для детей при посещении бассейна;
* инструкция по охране труда при проведении занятий по плаванию;
* правила посещения бассейна;
* инструкция по эксплуатации бассейна;
* график проведения занятий (работы бассейна);
* график уборки и дезинфекции помещений бассейна;
* график проветривания помещений бассейна;
* циклограмма инструктора по плаванию;
* результаты мониторинга детей;
* перспективный план работы (проведения физкультурных развлечений, консультаций с родителями и воспитателями);
* календарные планы занятий с детьми;
* план индивидуальной работы;
* журнал посещаемости занятий детьми;
* журнал проведения инструктажа по ОБЖ с воспитанниками;
* журнал осмотра и допуска детей к занятию в бассейне;
* журнал физического развития детей и допуска врача;
* журнал допуска врачом детей к посещению бассейна;
* акты лабораторных исследований;
* инструкция по пожарной безопасности в бассейне;
* инструкции по охране труда;
* журнал взаимосвязи инструктора по плаванию с педагогами;
* оперативный журнал;
* журнал контроля качества воды бассейна;
* журнал контроля реагентов для бассейна;
* эксплуатационный журнал;
* журнал результатов обследования СЭС;
* Журнал энтеробиоза;
* Журнал работ по эксплуатации бассейна.

**IV.Учебно-методическое сопровождение**

**Программы:**

* Рабочая программа инструктора по плаванию.
* Основная образовательная программа дошкольного учреждения.
* **«От рождения до школы»** Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования. / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.:Мозаика- Синтез, 2010 – 304с.
* **Воронова Е.К**. Программа обучения плаванию в детском саду. - СПб: Детство-пресс, 2003.
* **Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Богина Т.Л.** Обучение плаванию в детском саду. - М.: Просвещение, 1991.