

ПРИНЯТА
решением Педагогического совета
ГБДОУ детский сад № 77
Протокол № 1 от 31.08.2022г.

УТВЕРЖДЕНА
приказом ГБДОУ детский сад №77
Приморского района № от 31.08.2022г.
_____ Н.Г.Петрова

**Рабочая программа
Инструктора
физической культуры
для детей старшей группы
с задержкой психического развития
с 5 до 6 лет
(плавание)**

Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения
детский сад № 77 комбинированного вида
Приморского района Санкт-Петербурга

Прудько Варвара Валерьевна

Инструктор по физической культуре
высшая квалификационная категория

Санкт-Петербург

2022г.

Содержание

1.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	3
1.1.	Пояснительная записка	
	Обязательная часть программы	
	Цели и задачи реализации программы	3
	Принципы и подходы к формированию рабочей программы	4
	Характеристики особенностей развития детей старшей группы с ЗПР	5
	Значимые характеристики для разработки рабочей программы	12
	Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений	14
1.2.	Планируемые результаты	14
2.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	16
	Обязательная часть программы	
2.1.	Образовательная деятельность в соответствии с направлением развития ребенка	17
2.2.	Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации рабочей программы	19
2.3.	Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников	21
	Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений	
2.4	Выбор и реализация парциальных программ и форм организации работы с детьми ЗПР	23
2.5.	Сложившиеся традиции группы	24
3.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	25
	Обязательная часть Программы	
3.1.	Распорядок пребывания воспитанников (режимы дня)	25
	Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений	
3.2.	Традиционные события и праздники	29
3.3.	Создание развивающей предметно-пространственной среды группы	30
3.4.	Методические материалы и средства обучения и воспитания	30
3.5.	Методическое обеспечение образовательной деятельности	31
	Приложение № 1. Календарно-тематическое планирование	32
	Приложение № 2 Авторские разработки	33

I.Целевой раздел рабочей программы

1.1.Пояснительная записка

Рабочая программа старшей группы ГБДОУ д/с № 77 Приморского района разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»
- Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" (постановление Главного санитарного врача РФ от 28.01.2021 N 2) и норм "
- Примерная адаптированная образовательная программа дошкольного образования детей с задержкой психического развития (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию 7 декабря 2017 года. Протокол № 6/17

Программа реализуется на государственном языке Российской Федерации. Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования для детей дошкольного возраста с ЗПР от 5 до 6 лет.

Цель:

- Реализация содержания основной образовательной программы дошкольного образования в соответствии с требованиями ФГОС дошкольного образования
- Создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности
- создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей
- Создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, формирование предпосылок к учебной деятельности, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника.
- Обучение детей дошкольного возраста плаванию; закаливанию и укреплению детского организма; обучение каждого ребенка осознанно заниматься физическими упражнениями; создание основы для разностороннего физического развития (развитие и укрепление опорно- двигательного аппарата, сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем).

Задачи:

- Охрана и укрепление психического и физического здоровья детей, их эмоционального благополучия;
- Создание благоприятных условий развития детей с ЗПР 5-6 лет в соответствии с их возрастными особенностями и склонностями, развития способностей, развития способностей и творческого

потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;

- Формирование общей культуры личности детей, ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирования предпосылок учебной деятельности;

-Повышение компетентности родителей в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

-Расширять знания о значении плавания, о влиянии плавания на организм, учить названиям способов и их особенностям; учить ориентироваться под водой, доставал со дна различные предметы: игрушки, геометрические фигурки и др.;

- Совершенствовать навык в выполнении выдохов в воду; учить скольжению на груди и на спине без поддерживающих средств с задержкой дыхания и выдохом в воду; учить выполнять упражнения всплытия и лежания на воле без поддерживающих средств; учить выполнять движения руками и ногами спортивными и неспортивными способами на суше и в воде без поддерживающих средств; совершенствовать плавание удобным для себя способом, увеличивая при этом проплываемые расстояния; учить различным спускам в воду с бортика бассейна:

-спускам в воду, сидя на бортике, вниз ногами.

-прыжкам вниз ногами из положения приседа на бортике;

-из положения сидя на бортике.

Принципы и подходы к формированию рабочей программы:

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

-Соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;

-Соответствует культурно-историческим, деятельностным и личностным подходам к проблеме развития детей дошкольного возраста;

-Сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости;

-Обеспечивает единство воспитательных, обучающих и развивающих задач воспитательно-образовательного процесса, в ходе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию дошкольников;

-Строится на адекватных возрасту видах деятельности и формах работы с детьми (основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра);

-Основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса, принципах целостности и интеграции дошкольного образования;

-Предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного; учитывает гендерную специфику развития детей дошкольного возраста;

- Направлена на взаимодействие с семьей в целях осуществления полноценного развития ребенка, создания равных условий образования детей дошкольного возраста независимо от материального достатка семьи, места проживания, языковой и культурной среды, этнической принадлежности.

Программа направлена на охрану жизни и укрепление здоровья, полноценного физического развития, формирование двигательных навыков и развитие физических качеств, на освоение культурно-гигиенических навыков, воспитание привычек к упорядоченному ритму жизни. В

дошкольном учреждении режим дня предусматривает занятия в плавательном бассейне: начиная с постепенного приучения к воде, передвижению в ней и выполнению подготовительных упражнений, переходим собственно к обучению плаванию, то есть умению свободно держаться на воде, скользить сначала со вспомогательными средствами, а затем самостоятельно, свободно погружаться в воду, задерживая дыхание.

Основной формой обучения плаванию на начальном этапе занимают подвижные игры в воде, которые широко применяются на др. занятиях. В зависимости от возраста, индивидуальных особенностей подготовленности определенные группы упражнений осваиваются в разные сроки. В занятия включаются физические упражнения, направленные на развитие всех основных движений (ходьба, бег, прыжки), большое разнообразие дел позволяет решать в комплексе задачи нравственного, умственного, эстетического и трудового воспитания.

Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей психофизиологического развития детей с задержкой психического развития (старшей группы):

Дошкольники с задержкой психического развития — это дети с поражением центральной нервной системы (или проявлениями перинатальной энцефалопатии), что обуславливает частое сочетание у них стойкого речевого расстройства с различными особенностями психической деятельности. Учитывая положение о тесной связи развития мышления и речи (Л. С. Выготский), можно сказать, что интеллектуальное развитие ребенка в известной мере зависит от состояния его речи. Формирование познавательных процессов при ЗПР характеризуется задержкой и неравномерным развитием отдельных психических функций. У многих детей отмечаются трудности в развитии восприятия и формировании пространственных и временных представлений.

Практически у всех детей имеют место астенические проявления: пониженная работоспособность, истощаемость всех психических процессов, замедленное восприятие, трудности переключения внимания, малый объем памяти.

Следует отметить, что у большинства этих детей имеются значительные потенциальные возможности развития высших психических функций, однако физические недостатки (нарушения двигательных функций, слуха, зрения), речевые трудности, астенические проявления и ограниченный запас знаний, вследствие социально – культурной депривации, маскируют эти возможности.

Специфика нарушения психического развития у детей, определяют логику построения образовательного процесса. Выделяются следующие потребности:

- обязательность непрерывности коррекционно-развивающего процесса, реализуемого, как через содержание образовательных областей, так и в процессе индивидуальной работы;
- необходимо использование специальных методов, приёмов и средств обучения (в том числе специализированных компьютерных технологий), обеспечивающих реализацию «обходных путей» обучения;
- индивидуализация обучения требуется в большей степени, чем для нормально развивающегося ребёнка;
- наглядно-действенный характер содержания образования;
- специальное обучение «переносу» сформированных знаний и умений в новые ситуации взаимодействия с действительностью;
- специальная помощь в развитии возможностей вербальной и невербальной коммуникации;
- коррекция произносительной стороны речи; освоение умения использовать речь по всему спектру коммуникативных ситуаций (задавать вопросы, договариваться, выражать свое мнение, обсуждать мысли и чувства и т.д. следует обеспечить особую пространственную и временную

организацию образовательной среды; необходимо максимальное расширение образовательного пространства.

Дети с задержкой психического развития (далее ЗПР) представляют собой неоднородную группу. Этиология ЗПР связана с конституциональными факторами, хроническими соматическими заболеваниями, с неблагоприятными социальными условиями воспитания и в основном с органической недостаточностью центральной нервной системы (ЦНС).

Данная группа детей первоначально определялась как «дети с минимальными повреждениями мозга» (или «с минимальными мозговыми дисфункциями») (З.Т. Ржесоглава), «дети с нарушениями поведения». Наряду с этим таких детей характеризуют как «детей со специфическими трудностями в обучении», чтобы подчеркнуть отсутствие каких-либо других выраженных физических или психических недостатков, вызывающих у них затруднения в обучении. Большую часть контингента учащихся с трудностями в обучении составляют дети, специфические особенности развития которых квалифицируются как «задержка психического развития» (К. С. Лебединская, В. И. Лубовский, И. Ф. Марковская, Е. М. Мастюкова, Р. Д. Тригер, У. В. Ульенкова и др.)

В настоящее время выявлено два основных варианта патогенетических механизмов формирования ЗПР:

- 1) нарушение познавательной деятельности, связанное с незрелостью эмоционально-волевой сферы и личности, то есть с психическим инфантилизмом;
- 2) нарушение познавательной деятельности вследствие стойких астенических и цереброастенических состояний.

Для понимания особенностей развития детей с ЗПР важны данные клинических исследований. Они основываются на принципе разграничения клинических вариантов с преобладанием признаков незрелости лобных систем и вариантов с наиболее выраженными симптомами повреждения подкорковых систем.

Экспериментально выделены дизонтогенетический и энцефалопатический варианты ЗПР. К дизонтогенетическим формам отнесены психический инфантилизм и интеллектуальная недостаточность, наблюдаемая при отставании в развитии психомоторики, речи, школьных навыков. Среди энцефалопатических форм выделены цереброастенические синдромы с запаздыванием развития школьных навыков и психоорганические синдромы с нарушением высших корковых функций. Существует также классификация на основе учета этиологии и патогенеза основных форм ЗПР, которая стала основополагающей для разработки критериев отбора в коррекционно-образовательные учреждения для детей с ЗПР и которая широко используется в теории и практике специальной дошкольной педагогики (К. С. Лебединская). В соответствии с этой классификацией характеризуя детей с ЗПР употребляется по отношению к детям со слабо выраженной органической недостаточностью центральной нервной системы.

Выделены следующие типы ЗПР:

- по типу конституционального (гармонического) психического и психофизического инфантилизма;
- соматогенного происхождения (с явлениями соматогенной астении и инфантилизма);
- психогенного происхождения (патологическое развитие личности
- по невротическому типу, психогенная инфантилизация);
- церебрально-органического генеза (К. С. Лебединская).

ЗПР — это психолого-педагогическое определение одного из распространенных отклонений в психофизическом развитии детей. Ее относят к «пограничной» форме дизонтогенеза, для которой характерен замедленный темп созревания психических структур. Данная популяция детей отличается гетерохронностью проявлений отклонений в развитии, различной степенью их выраженности, а также разным прогнозом последствий.

Для психической сферы детей с ЗПР характерно сочетание дефицитарных функций с сохранными. Отмечается, что парциальная дефицитарность высших психических функций часто сопровождается инфантильными чертами личности и поведения. В одних случаях у детей страдает работоспособность, в других — произвольность в организации деятельности, в-третьих — мотивация познавательной деятельности и т. д. Таким образом, ЗПР это сложное полиморфное нарушение, при котором страдают разные компоненты психической и физической деятельности.

При ЗПР могут наблюдаться первичные нарушения как отдельных структур коры головного мозга, так и в различных сочетаниях. При этом глубина и степень повреждений и незрелости структур может быть различной. Именно этим и определяется многообразие психических проявлений, встречающихся у детей с ЗПР. Разнообразные вторичные наслоения еще более усиливают внутригрупповые различия. У детей с ЗПР отмечаются различные этиопатогенетические варианты, при которых ведущими причиннообразующими факторами могут быть: низкий темп психической активности (корковая незрелость); дефицит внимания с гиперактивностью (незрелость подкорковых структур); вегетативная лабильность на фоне соматической ослабленности (в силу незрелости или вследствие ослабленности самой вегетативной системы на фоне социальных, экологических, биологических причин); вегетативная незрелость (как биологическая ослабленность организма); энергетическое истощение нервных клеток (на фоне хронического стресса) и др.

Определение «задержка психического развития» используется также для характеристики отклонений в познавательной сфере педагогически запущенных детей. В этом случае в качестве причин задержки психического развития выделяются культурная депривация и неблагоприятные условия воспитания.

Среди причин ЗПР называют также проявления минимальной мозговой дисфункции: нарушения, связанные с первичной дисфункцией эндокринной системы, недостаточностью кислотного обмена, с вредоносными влияниями окружающей среды. Имеются указания на генетическую обусловленность возникновения у детей нарушений отдельных корковых функций и инфантильных черт поведения.

Задержка психического развития проявляется, прежде всего, в замедлении темпа психического развития. При поступлении в школу дети обнаруживают ограниченность представлений об окружающем мире, незрелость мыслительных процессов, недостаточную целенаправленность интеллектуальной деятельности, ее быструю истощаемость, преобладание игровых интересов, чрезвычайно низкий уровень общей осведомленности, социальной и коммуникативной компетентности.

В соответствии с классификацией, разработанной К. С. Лебединской (1980) выделены четыре базовых варианта задержки психического развития:

- конституционального,
- соматогенного,
- психогенного
- церебрально-органического происхождения.

Задержка психического развития конституционального происхождения (гармонический психический и психофизический инфантилизм): на первый план в структуре нарушения выступают признаки эмоциональной и личностной незрелости. Для детей характерны аффективность поведения, эгоцентризм, истерические реакции

и т. п. Инфантильность психики ребенка часто сочетается с инфантильным типом телосложения, с «детскостью» мимики, моторики, преобладанием эмоциональных реакций в поведении. Такие дети проявляют интерес к игре-действию, а не к игре-отношению, эта деятельность для них наиболее привлекательна, в отличие от учебной, даже в школьном возрасте. Перечисленные особенности затрудняют социальную, в том числе школьную адаптацию. При гармоническом психическом инфантилизме незрелость

психики сочетается с субтильным, гармоничным телосложением.

При психофизическом инфантилизме поведение и личностные качества ребенка характеризуются специфическими особенностями. Этим детям рекомендуется комплексная коррекция развития педагогическими и медицинскими средствами.

У детей с ЗПР конституционального происхождения отмечается наследственно обусловленная парциальная недостаточность отдельных функций: гнозиса, праксиса, зрительной и слуховой памяти, речи. Эти функции лежат в основе формирования межанализаторных навыков, таких как рисование, счет, письмо, чтение и др.

Этап работы с детьми с задержкой психического развития конституционального генеза по «Программе» определяется после проведения обследования, с учетом индивидуальных особенностей ребенка. Основная роль в проведении коррекционно-развивающей работы с детьми данного вида дизонтогенеза принадлежит учителю-дефектологу и воспитателю.

На определенном этапе обучения, по мере выхода ребенка на низший уровень интеллектуальной нормы, занятия с ним могут осуществляться по одной из комплексных программ дошкольного воспитания: «Программа воспитания и обучения в детском саду» (под ред. Н.Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой), При систематической индивидуальной коррекционной работе с участием различных специалистов (учителя-дефектолога, учителя- логопеда, педагога-психолога) этот вариант ЗПР имеет наиболее благоприятный прогноз.

Задержка психического развития соматогенного генеза возникает у детей

с хроническими соматическими заболеваниями сердца, почек, эндокринной системы и др. Именно эти причины вызывают задержку в развитии двигательных и речевых функций детей, замедляют формирование навыков самообслуживания, негативно сказываются на формировании предметно-игровой, элементарной учебной деятельности.

Для детей с ЗПР соматогенного типа характерны явления стойкой физической и психической астении, что приводит к снижению работоспособности и формированию таких черт личности, как робость, боязливость, тревожность. Если дети с ЗПР данного генеза воспитываются в условиях гипо- или гиперопеки, то у них нередко возникает вторичная инфантилизация, формируются черты эмоционально-личностной незрелости, что вместе со снижением работоспособности и повышенной утомляемостью не позволяет ребенку достичь возрастного уровня развития.

Экспериментально доказано, что при определении направления лечебно-профилактической и коррекционной работы с такими детьми следует учитывать все неблагоприятные факторы их развития. При обследовании детей с ЗПР данного типа особое внимание необходимо обращать на состояние психических процессов: памяти, внимания, мышления, а также на физическое развитие (уровень развития общей, тонкой моторики, координированность движений, переключаемость и т. д.). Поскольку ослабленный организм ребенка с ЗПР соматогенного генеза не позволяет ему выполнять работу в ровном, запланированном темпе, педагогам и психологам необходимо выявить момент активности ребенка, определить степень нагрузки, создать оптимальные условия для соблюдения охранительного режима как в дошкольном образовательном учреждении, так и в условиях семейного воспитания. В дальнейшем при благоприятной картине развития занятия с ним продолжают по «Программе воспитания и обучения дошкольников с тяжелыми нарушениями речи» (под ред. Л. В. Лопатиной). Основная роль в организации коррекционно-развивающей работы с детьми с ЗПР соматогенного происхождения принадлежит учителю-дефектологу, учителю-логопеду и воспитателю.). При обследовании детей с ЗПР психогенного генеза следует обратить особое внимание на поведение, отношение к обследованию, установление контакта, нацеленность на восприятие предлагаемого материала, особенности внимания, памяти и речи. Общеразвивающую работу с этими детьми можно проводить по «Программе воспитания и обучения в детском саду» (под ред. Н.Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой)

Дети с ЗПР данного генеза могут посещать общеобразовательные группы, однако в этом случае им будет необходим индивидуальный маршрут и коррекционная помощь воспитателей и психолога по ознакомлению с окружающим миром и гармонизации взаимодействия с ним. У детей, воспитывающихся в коррекционных группах, учителя-дефектологи формируют системные знания, навыки совместной деятельности и взаимодействия со сверстниками, а у детей старшего дошкольного возраста — предпосылки учебной деятельности для последующего обучения в общеобразовательной школе. Необходимо отметить,

что научные исследования и практический опыт свидетельствует о том, что динамика развития в условиях интенсивной педагогической коррекции у детей с ЗПР психогенного генеза, как правило, положительная, что позволяет подготовить их к обучению в общеобразовательной школе.

Для **задержки психического развития церебрально-органического генеза** характерны выраженные нарушения эмоционально-волевой и познавательной сферы. Установлено, что при данном варианте ЗПР сочетаются черты незрелости и различной степени повреждения ряда психических функций. В зависимости от их соотношения выделяются две категории детей:

1. **Дети с преобладанием черт незрелости эмоциональной сферы по типу органического инфантилизма**, то есть в психологической структуре ЗПР сочетаются несформированность эмоционально-волевой сферы (эти явления преобладают) и недоразвитие познавательной деятельности (выявляется негрубая неврологическая симптоматика). При этом отмечается недостаточная сформированность, истощаемость и дефицитарность высших психических функций, ярко проявляющаяся в нарушении произвольной деятельности детей;

2. **Дети со стойкими энцефалопатическими расстройствами, парциальными нарушениями корковых функций**. В структуре дефекта у таких детей преобладают интеллектуальные нарушения, нарушения регуляции в области программирования и контроля познавательной деятельности

Задержка психического развития психогенного генеза.

При раннем возникновении и длительном воздействии психо-травмирующих факторов у ребенка могут возникнуть стойкие сдвиги в нервно-психической сфере, что приводит к невротическим и неврозоподобным нарушениям, патологическому развитию личности (К. С. Лебединская). В данном случае на первый план выступают нарушения эмоционально-волевой сферы, снижение работоспособности, несформированность произвольной регуляции поведения. Дети с ЗПР психогенного генеза с трудом овладевают навыками самообслуживания, трудовыми и учебными навыками.

У них отмечаются нарушения взаимоотношений с окружающим миром: не сформированы навыки общения со взрослыми и детьми, наблюдается неадекватное поведение в незнакомой или малознакомой обстановке, они не умеют следовать правилам поведения в социуме. Однако эти проблемы не носят органического характера, причина, скорее всего, кроется в том, что ребенок этому «не научен». К данной группе часто относятся дети, воспитывающиеся в условиях депривации (в «неблагополучных» в социальном и эмоциональном плане семьях и т. п.). Недостаточный уровень развития представлений, умений, навыков, соответствующих возрасту, отмечается и у детей, находящихся длительное время в условиях информационной, а часто и эмоциональной депривации (дефицита полноценных(дефицита полноценных эмоциональных отношений со взрослыми) Установлено, что в обоих случаях страдают функции регуляции психической деятельности: в первом варианте в большей степени звено контроля, во втором — звено контроля и звено программирования. Все это обуславливает низкий уровень дошкольниками всеми видами детской деятельности (предметно-манипулятивной, игровой, продуктивной, познавательной, речевой), а в школьном возрасте — учебной. Дети не проявляют устойчивого интереса, их деятельность недостаточно целенаправлена, поведение импульсивно.

Прогноз коррекции ЗПР церебрально-органического генеза в значительной степени зависит от состояния высших корковых функций и возрастной динамики их развития (И. Ф. Марковская).

Для детей характерны недоразвитие сложных форм зрительного восприятия, замедленность процессов

приема и переработки сенсорной информации, неспособность к активному, критическому рассматриванию и анализу содержания, бедность и недостаточность сферы образов-представлений, специфические особенности познавательной деятельности. У таких детей отмечается замедленное структурно-функциональное созревание левого полушария, изменение механизмов функциональной специализации полушарий и межполушарного взаимодействия (Л. И. Переслени, М. Н. Фишман).

В соответствии с научными данными, по уровню развития наглядных форм мышления данная группа детей приближается к умственно отсталым сверстникам, а имеющиеся у них предпосылки словесно-логического мышления приближают их к возрастной норме (У. В. Ульенкова).

Задержка психического развития церебрально-органического генеза с трудом преодолевается в дошкольный период. Следует констатировать, что как правило дети данной группы, продолжают свое обучение в коррекционных школах VII вида.

Основания разработки рабочей программы (документы и программно - методические материалы):

Рабочая программа старшей группы ГБДОУ д/с № 77 Приморского района разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»
- Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" (постановление Главного санитарного врача РФ от 28.01.2021 N 2) и норм "
- Примерная адаптированная образовательная программа дошкольного образования детей с задержкой психического развития (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию 7 декабря 2017 года. Протокол № 6/17
- Программа реализуется на государственном языке Российской Федерации. Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования для детей ЗПР дошкольного возраста от 5-6 лет.

Срок реализации рабочей программы:
2022-2023 учебный год (Сентябрь 2022 – май 2023 года)

Целевые ориентиры освоения воспитанниками группы образовательной программы:

-Ребенок овладевает основными культурными средствами, способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности — игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности. Ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх.

- Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты.
 - Проявляет эмпатию по отношению к другим людям, готовность прийти на помощь тем, кто в этом нуждается.
 - Проявляет умение слышать других и стремление быть понятым другими.
 - Ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; владеет разными формами и видами игры, Умеет распознавать различные ситуации и адекватно их оценивать.
 - Ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, выделять звуки в словах.
 - У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.
 - Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и навыки личной гигиены.
 - Проявляет ответственность за начатое дело.
 - Ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно- следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т. п.
- Проявляет уважение к жизни (в различных ее формах) и заботу об окружающей среде.
- Эмоционально отзывается на красоту окружающего мира, произведения народного и профессионального искусства (музыку, танцы, театральную деятельность, изобразительную деятельность и т. д.).
 - Имеет первичные представления о себе, семье, традиционных семейных ценностях, включая традиционные гендерные ориентации, проявляет уважение к своему и противоположному полу.
 - Соблюдает элементарные общепринятые нормы, имеет первичные ценностные представления о том, «что такое хорошо и что такое плохо», стремится поступать хорошо; проявляет уважение к старшим и заботу о младших.
 - Имеет начальные представления о здоровом образе жизни.
 - Сведения о значении занятий плаванием для здоровья и развития организма, названия способов плавания и их значении, о свойствах воды.
 - Уметь выполнять задания по связи плавания с общеобразовательными предметами.

- Правила поведения в бассейне, в т.ч. во время занятия, при пользовании душем и т.д. Одежда для плавания, оценочная плавательная подготовленности.

Целевые ориентиры освоения воспитанниками группы образовательной программы обучения плаванию:

Упражнения на суше.

- Общеразвивающие упражнения, в т.ч. на гибкость, подвижность суставов, координацию, специальные упражнения на дыхание.
- Выполнять движения руками, ногами всеми способами плавания в положении сидя, лежа, а также различными сочетаниями руками и ногами спортивными и неспортивными способами.
- Игровые, вспомогательные, подводящие упражнения к движениям в воде. Простейшие специальные упражнения «пловца», комплексы упражнений для занятий утренней гимнастики и других форм двигательной деятельности в режиме детского сада; для заданий родителям.
- Стоя, сидя, лежа на спине и на груди выполнять движения руками брассом, дельфином, кролем на груди, кролем на спине.
- Стоя, сидя, лежа на спине и на груди выполнять движения ногами кролем на груди, кролем на спине, дельфином, брассом.
- Стоя, сидя на бортике, выполнять согласование движений руками и ногами разными способами в различных сочетаниях.

Упражнения для освоения с водой

-Вход в воду самостоятельно, окунаться приседая; входить по дну друг за другом, держась за руки и самостоятельно;

-Ходить бегать, прыгать, помогая себе гребковыми движениями рук. Выпрыгивать из воды как можно выше, выполнять различные движения руками - поочередно, вместе, вперед, назад.

-Открывать глаза в воде, узнавать игрушки на дне. В парах и самостоятельно выполнять упражнения «медуза», «поплавок», «звездочка».

-Осваивать вдох и выдох на поверхности воды, в воду. Выполнять скольжение на груди и на спине с помощью партнера и самостоятельно. Игры, эстафеты, развлечения на воде.

Упражнения в воде

-Ходьба по дну с выполнением движений одной и двумя руками облегченными способами и брассом, кролем на груди и на спине.

-Движения руками брассом, кролем на груди и на спине в скольжении. Движения ногами с плавательной доской и без нее кролем дельфином, брассом с задержкой дыхания с выдохом в воду, с произвольным дыханием; движения ногами кролем, брассом на спине с доской и без нее.

-Плавание различными сочетаниями спортивных и неспортивных способов с задержкой дыхания, с произвольным дыханием, с выдохом в воду.

-Плавание удобным для себя способом, постоянно увеличивать расстояние; контрольное плавание на максимально возможно расстояние. Спады в воду из различных положений с бортика бассейна: сидя на "бортике, спад в воду вниз ногами; -Прыжок вниз ногами из положения приседа на бортике; Уметь выполнять требования программы предыдущих возрастных групп. Знать названия способов плавания.

-Выполнять «звездочку» на груди и на спине;

-«Отдых на воде» - 5-10 сек.;

-Выполнять скольжения на груди и на спине на максимально возможное расстояние;

- Выполнять, спад в воду из любого положения,

-Выполнять 5-8 выдохов в воду;

-Доставать предметы со дна;

-Плывать на одних руках и на одних ногах со вспомогательными средствами различными способами;

-Плывать неспортивными и спортивными способами со вспомогательными средствами и без них. Родителям знать программу обучения и выполнять сребенком домашние задания. Обязательная часть рабочей программы.

Значимые характеристики для разработки рабочей программы

<p>Климатические</p>	<p>Климатические условия Северо-Западного региона имеют свои особенности:</p> <ul style="list-style-type: none">•недостаточное количество солнечных дней и повышенная влажность воздуха. Исходя из этого, в образовательный процесс ГБДОУ включены мероприятия, направленные на оздоровление детей и предупреждение утомляемости. С 26.12. — 10. 01. — устанавливаются каникулы, в период которых создаются условия для самостоятельной, двигательной, продуктивной и музыкально-художественной деятельности детей, проводятся музыкальные и физкультурные досуги.•в холодное время года (при благоприятных погодных условиях) удлиняется пребывание детей на прогулке.•в теплое время — жизнедеятельность детей организуется на открытом воздухе.
-----------------------------	--

<p style="text-align: center;">Организационные</p>	<ul style="list-style-type: none"> •направленность деятельности педагогов ГБДОУ, обеспечивающих осуществление образовательного процесса: -с 1 — 15 сентября проводится период обследования развития детей (адаптационный период).
<p style="text-align: center;">Современная социокультурная среда развития</p>	<ul style="list-style-type: none"> •большая открытость мира и доступность его познания для ребёнка, больше источников информации (телевидение, Интернет, большое количество игр и игрушек), агрессивность доступной для ребёнка информации; •культурная неустойчивость окружающего мира, смешение культур в совокупности с многоязычностью ; - разнообразие и иногда противоречивость предлагаемых разными культурами образцов поведения и образцов отношения к окружающему миру; •сложность окружающей среды с технологической точки зрения; -нарушение устоявшейся традиционной схемы передачи знаний и опыта от взрослых детям; -формирование уже на этапе дошкольного детства универсальных, комплексных качеств личности ребёнка; •быстрая изменяемость окружающего мира - новая методология познания мира - овладения ребёнком комплексным инструментарием познания мира; - усиление роли взрослого в защите ребёнка от негативного воздействия излишних источников познания; -негативное влияние на здоровье детей - как физическое, так и психическое; - влияние на формирование у детей норм поведения, исключая пренебрежительное отношение к детям с ограниченными возможностями здоровья.

Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений

Реализация рабочей программы обеспечивается на основе вариативных форм, способов, методов и средств, представленных в образовательных программах, методических пособиях, соответствующих принципам и целям ФГОС ДО и выбираемых педагогом с учетом многообразия конкретных социокультурных, географических, климатических условий реализации ОП ДО, возраста воспитанников, состава групп, особенностей и интересов детей, запросов родителей (законных представителей).

Содержание рабочей программы определяется в соответствии с направлениями развития ребенка, соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач.

Задачи возрастной психологии и дошкольной педагогики и обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач психолого-педагогической работы по формированию физических, интеллектуальных и личностных качеств детей решаются интегрировано в ходе освоения всех образовательных областей наряду с задачами, отражающими специфику каждой образовательной области.

Часть, формируемая участниками образовательных отношений, сформирована и основана на интеграции парциальных и авторских программ, технологий:

Парциальные программы и технологии	Образовательная область
-«Программа обучению детей плаванию в детском саду» Е.К. Воронова	Физическое развитие

1.2. Планируемые результаты

Результаты освоения рабочей программы

Реализация образовательных целей и задач рабочей программы направлена на достижение целевых ориентиров дошкольного образования, которые описаны как основные (ключевые) характеристики развития личности ребенка.

Основные (ключевые) характеристики развития личности представлены в виде характеристик возможных достижений воспитанников на этапе завершения дошкольного образования и являются определенным отражением образовательных воздействий при реализации основных образовательных областей:

- «Социально — коммуникативное развитие»;
- «Познавательное развитие»;
- «Речевое развитие»;
- «Художественно — эстетическое развитие»;
- «Физическое развитие»

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

Освоение ОП ДО не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников.

Педагогическая диагностика (мониторинг) индивидуального развития детей

Позволяет оценить динамику достижений в развитии ребенка на протяжении всего раннего и дошкольного возраста.

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

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

Педагог в ходе своей работы выстраивает индивидуальную траекторию развития каждого ребенка.

Реализация программы предполагает оценку индивидуального развития детей.

Оценка индивидуального развития дошкольников проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности. Инструментарий для оценки индивидуального развития дошкольников — карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка в ходе:

- коммуникации со сверстниками и взрослыми (как меняются способы установления и поддержания контакта;
- игровой деятельности;
- познавательной деятельности (как идет развитие детских способностей, познавательной активности);
- художественной деятельности;
- физического развития;

Результаты оценки индивидуального развития дошкольников могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

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

В ходе образовательной деятельности педагоги создают диагностические ситуации, чтобы оценить индивидуальную динамику детей и скорректировать свои действия.

Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения рабочей программы для детей с задержкой в развитии старшей группы от 5 до 6 лет

Объект педагогической диагностики (мониторинга)	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
Индивидуальные достижения детей в контексте образовательной области: "Физическое развитие".	Наблюдение -Анализ продуктов детской деятельности	2 раза в год	1-2 недели	Сентябрь Май

Планируемые результаты части рабочей программы, формируемые участниками образовательных отношений

Парциальные программы и технологии	Планируемые результаты
«Программа обучению детей плаванию в детском саду» Е.К. Воронова	Формирование навыков плавания, бережного отношения к своему здоровью, навыков личной гигиены, умения владеть своим телом в непривычной среде.

2.Содержательный раздел рабочей программы

2.1. Обязательная часть рабочей программы

Физическое развитие

В области физического развития ребенка основными **задачами образовательной деятельности** являются создание условий для:

- становления у детей ценностей здорового образа жизни;
- развития представлений о своем теле и своих физических возможностях;
- приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;
- формирования начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами.

В сфере становления у детей ценностей здорового образа жизни.

Взрослые способствуют развитию у детей ответственного отношения к своему здоровью. Они рассказывают детям о том, что может быть полезно и что вредно для их организма, помогают детям осознать пользу здорового образа жизни, соблюдения его элементарных норм и правил, в том числе правил здорового питания, закаливания и пр. Взрослые способствуют формированию полезных навыков и привычек, нацеленных на поддержание собственного здоровья, в том числе формированию гигиенических навыков. Создают возможности для активного участия детей в оздоровительных мероприятиях.

В сфере совершенствования двигательной активности детей, развития представлений о своем теле и своих физических возможностях, формировании начальных представлений о спорте.

Взрослые уделяют специальное внимание развитию у ребенка представлений о своем теле, произвольности действий и движений ребенка. Для удовлетворения естественной потребности детей в движении взрослые организуют пространственную среду с соответствующим оборудованием как внутри помещения так и на внешней территории (горки, качели и т. п.), подвижные игры (как свободные, так и по правилам), занятия, которые способствуют получению детьми положительных эмоций от двигательной активности, развитию ловкости, координации движений, силы, гибкости, правильного формирования опорно-двигательной системы детского организма.

Взрослые поддерживают интерес детей к подвижным играм, занятиям на спортивных снарядах, упражнениям в беге, прыжках, лазании, метании и др.; побуждают детей

выполнять физические упражнения, способствующие развитию равновесия, координации движений, ловкости, гибкости, быстроты, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также правильного не наносящего ущерба организму выполнения основных движений.

Взрослые проводят физкультурные занятия, организуют спортивные игры в помещении и на воздухе, спортивные праздники; развивают у детей интерес к различным видам спорта, предоставляют детям возможность кататься на коньках, лыжах, ездить на велосипеде, плавать, заниматься другими видами двигательной активности.

Образовательная деятельность в соответствии с направлением развития ребенка

Месяц или квартал	Образовательные области	Темы/ направления деятельности	Основные задачи работы с детьми	Формы работы (занятия, проекты, др.)
IX-2022 г	Физическое развитие	Я и детский сад. Наша группа. Игрушки в нашей комнате. Моя семья	Развивать интерес к занятиям в бассейне. Провести беседу о правилах поведения и безопасности в плавательном бассейне. Ознакомить со свойствами воды. Учить детей не бояться брызг, Преодолеть страх перед водой.	Игры с мячом. Игры на осеннюю тематику
X-2022г.	Физическое развитие	Осень. Огород. Овощи. Сад. Фрукты. Листопад	Ознакомить со свойствами воды. Учить детей не бояться брызг, Преодолеть страх перед водой.	Использование игр на воде, по заданной теме.
XI- 2022г.	Физическое развитие	Домашние животные. Аквариумные рыбки. Дикие животные. Лесные птицы	Учить передвигаться в воде по дну бассейна шагом, бегом, прыжками, помогая себе руками. Учить ходить на руках по дну бассейна	Игры на имитацию движения животных и птиц.
XII- 2022г	Физическое развитие	Зима.	Учить погружаться в	Игры на воде с

		Деревья, лес. Зимние развлечения. Новый год.	воду с опорой, открывать в ней глаза, совершенствовать передвижение и умение ориентироваться в воде. Приучать детей играть самостоятельно с игрушками	использование лексической темы данной недели- «Птицы улетели» и т.д. Новый год на воде.
I – 2023 г.	Физическое развитие	Транспорт. Квартира, мебель. Одежда, обувь.	Учить дуть перед собой, перегоняя предметы до противоположного бортика бассейна. Учить выдоху в воду, воспитывать уверенность передвижения в воде.	Спортивные игры.
II-2023г	Физическое развитие	Труд взрослых. Труд врача. Труд помощника воспитателя. Труд Повара. Посуда Семья Я и папа.	Учить движения руками брассом, кролем без выноса рук из воды. Приучать принимать горизонтальное положение в воде: всплытие, лежание на груди и на спине. Воспитывать смелость	Спортивные, подвижные игры. Спортивный праздник «Папа, мама, Я – спортивная семья» проходит в спорт - зале и в бассейне.
III- 2023 г.	Физическое развитие	Семья. Я и мама. Цветы. Здоровье. Будем вежливы.	Совершенствовать полный вдох и выдох в воду. Воспитывать уверенность в своих силах, организованность, умение слушать объяснение преподавателя	Спортивные, подвижные игры в воде и на суше.
IV-2023 г.	Физическое развитие	Весна. Водичка, водичка. Домашние птицы	Учить скольжению в воде (постепенное увеличение глубины) с использованием вспомогательных снарядов и игрушек. Добиваться активности и	Подвижные игры на увеличение глубины

			самостоятельности	
V-2023 Г.	Физическое развитие	Комнатные растения. Насекомые. Познай мир. Дорожная безопасность	Проведение диагностики физического развития, закрепление освоенного материала. Ознакомление детей с правилами поведения на открытых водоемах.	Подвижные игры, эстафеты, с использованием тонущих и плавающих игрушек

2.2 Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации рабочей программы с детьми от 5 до 6 лет

Совместная деятельность строится:

- на субъектной (партнерской, равноправной) позиции взрослого и ребенка;
- на диалогическом (а не монологическом) общении взрослого с детьми;
- на продуктивном взаимодействии ребенка со взрослыми и сверстниками;
- на партнерской форме организации образовательной деятельности (возможностью свободного размещения, перемещения, общения детей и др.) Основной мотив участия/неучастия ребенка в образовательном процессе - наличие/отсутствие интереса.

Образовательная деятельность (ОД) реализуется через организацию различных видов детской деятельности или их интеграцию с использованием разнообразных форм и методов работы, выбор которых осуществляется педагогами самостоятельно в зависимости от контингента детей, уровня освоения Программы и решения конкретных образовательных задач.

Индивидуальная работа — это деятельность педагога, воспитателя, осуществляемая с учетом особенностей развития каждого ребенка.

Самостоятельная деятельность (самодеятельность):

- предполагает свободную деятельность воспитанников в условиях созданной педагогами (в том числе совместно с детьми) развивающей предметно-пространственной образовательной среды;
- позволяет ему взаимодействовать со сверстниками или действовать индивидуально;
- содержит в себе проблемные ситуации и направлена на самостоятельное решение ребенком разнообразных задач;
- позволяет на уровне самостоятельности освоить (закрепить, апробировать) материал, изучаемый в совместной деятельности с взрослым.

Организованная образовательная деятельность при проведении режимных моментов

Образовательные области	Виды деятельности	Формы организации деятельности
«Физическое развитие»	Двигательная Игровая	Гимнастика, занятия в зале, в бассейне, на улице, элементы спортивных упражнений, соревнования, праздники, физкультминутки.

Роль педагога в организации психолого-педагогических условий Обеспечение эмоционального благополучия ребенка

Обеспечение эмоционального благополучия ребенка достигается за счет уважения к его индивидуальности, чуткости к его эмоциональному состоянию, поддержки его чувства собственного достоинства. В дошкольном учреждении педагоги должны создать атмосферу принятия, в которой каждый ребенок чувствует, что его ценят и принимают таким, какой он есть; могут выслушать его и понять.

Для обеспечения в группе эмоционального благополучия педагог должен:

- общаться с детьми доброжелательно, без обвинений и угроз;
- внимательно выслушивать детей, показывать, что понимает их чувства, помогать делиться своими переживаниями и мыслями;
- помогать детям обнаружить конструктивные варианты поведения;
- создавать ситуации, в которых дети при помощи разных культурных средств (игра, рисунок, движение и т. д.) могут выразить свое отношение к личностно-значимым для них событиям и явлениям, в том числе происходящим в детском саду;
- обеспечивать в течение дня чередование ситуаций, в которых дети играют вместе и могут при желании побыть в одиночестве или в небольшой группе детей.

Формирование доброжелательных, внимательных отношений

Воспитание у детей доброжелательного и внимательного отношения к людям возможно только в том случае, если педагог сам относится к детям доброжелательно и внимательно, помогает конструктивно разрешать возникающие конфликты.

Для формирования у детей доброжелательного отношения к людям педагог:

- устанавливает понятные для детей правила взаимодействия

Образовательные ориентиры организации образовательного пространства:

- обеспечение эмоционального благополучия детей;
- создание условий для формирования доброжелательного и внимательного отношения детей к другим людям;
- развитие детской самостоятельности;
- развитие детских способностей, формирующихся в разных видах деятельности.

Для реализации этих целей педагогам рекомендуется:

- проявлять уважение к личности ребенка и развивать демократический стиль взаимодействия с ним и с другими педагогами;
- создавать условия для принятия ребенком ответственности и проявления эмпатии к другим людям;
- обсуждать совместно с детьми возникающие конфликты, помогать решать их, вырабатывать общие правила, учить проявлять уважение друг к другу;
- обсуждать с родителями (законными представителями) целевые ориентиры, на достижение которых направлена деятельность педагогов Организации, и включать членов семьи в совместное взаимодействие по достижению этих целей.

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

Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений.

месяц	Темы	Формы работы
IX- 2022 г.	<p>Сбор сведений о семьях воспитанников</p> <p>Проведение родительских он-лайн собраний»</p> <p>«Гигиенические требования к одежде ребёнка»</p> <p>«Возрастные особенности ребенка 5-6 лет» Особенности адаптации ребенка к занятиям в бассейне</p>	<p>Проведение родительских он-лайн собраний</p> <p>Информационно-наглядная агитация: -подготовка информационных материалов к родительским собраниям, праздникам и по текущим вопросам; -рекомендации специалистов по музыкальному, физическому, развитию детей).</p> <p>- оформление информационных стендов для родителей (адаптация к занятиям в бассейне, охрана и укрепление здоровья);</p> <p>- оформление медицинских уголков;</p> <p>-подготовка информационных материалов к родительским собраниям</p>
X- 2022г.	<p>Во саду ли, в огороде»</p> <p>Хлеб – всему голова».</p> <p>Лиственные и хвойные деревья.</p> <p>Грибы, лесные ягоды.</p> <p>Осень в литературе и живописи.</p> <p>Мебель.</p>	Субботник

<p>XI- 2022 г.</p>	<p>«Букет для мамы» «Двигательные предпочтения детей»</p> <p>Информация для родителей на тему справок и всего необходимого для занятий в бассейне</p>	<p>Творческий конкурс (свободное направление) Рекомендации «Играем дома» Тематический день «День матери»</p> <p>Информационное оснащение родительских уголков по заданной теме (памятки, выдача направлений на э.б. и т.д.)</p>
<p>XII- 2022 г.</p>	<p>«Новогодняя игрушка» (открытки, игрушки, поделки) «Игры детей в зимний период» Сообщение родителям о том, какие успехи у их ребенка на занятиях по плаванию. Ответы на интересующие родителей вопросы</p>	<p>Творческий конкурс Информационное оснащение родительских уголков по заданной теме (памятки, папки-передвижки) Новогодний праздник</p> <p>Информационное оснащение родительских уголков , связь по средствам социальных сетей, личные консультации</p>
<p>I-2023 г.</p>	<p>«Снятие блокады Ленинграда» «Блокадный Ленинград» «Воспитание самостоятельности Вашего малыша».</p> <p>Консультации родителей на тему сохранения здоровья детей в опасный эпидемиологический период</p>	<p>Тематический день Выставка детского рисунка Информационное оснащение родительских уголков по заданной теме (памятки, папки-передвижки) Родительское собрание</p> <p>Информационное оснащение родительских уголков , связь по средствам социальных сетей, личные консультации</p>
<p>II-2023 г.</p>	<p>«Проводы зимы» «День защитника Отечества» Проведение досугов на воде.</p>	<p>Развлечение «Мы ловкие, сильные, умелые!»</p> <p>Рекреационное занятие с участием педагогов. Присутствие на занятиях родителей, ответы на интересующие их вопросы, обсуждения, отзывы</p>
<p>III-2023 г.</p>	<p>«Масленица»</p>	<p>Праздник Совместные народные игры с ребёнком.</p>

IV-2023г.	24 апреля - Пасха (православная) «Пасха в красках» «Лучше всех»	Выставка совместных работ с детьми Открытые физкультурные занятия по плаванию. Субботник
V-2023 г.	«Я помню, я горжусь!» «Игровая деятельность с детьми младшего дошкольного возраста»	Дистанционная выставка творческих работ Выпуск детей Информационное оснащение родительских уголков по заданной теме (памятки, папки-передвижки) Родительское собрание
VI-2023 г.	«Безопасное лето» «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья!»	Совместные мероприятия с детьми по ПДД Летний праздник

2.4. Выбор и реализация парциальных программ и форм организации работы с детьми

Парциальные программы и технологии	Цель	Задачи	Образовательная область
«Программа обучению детей плаванию в Детском саду» Е.К.Воронова (издательство СПб, ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2010)	Обучение детей дошкольного возраста плаванию; закаливание и укрепление детского организма; обучение каждого ребенка осознанно заниматься физическими упражнениями; создание основы для разностороннего физического развития, развитие и укрепление опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной системы.	Формирование навыков плавания; бережного отношения к своему здоровью; навыков личной гигиены; умения владеть своим телом в непривычной среде.	Физическое развитие

2.5. Сложившиеся традиции группы

Под традициями обычно понимают систему повторяющихся символических мероприятий.

Термин «традиции в образовательной системе» рассматривается как совокупность педагогических средств и понятий, применяемых в практике обучения, воспитания, образования, педагогические ценности, а также обычаи, обряды, ритуалы и церемонии.

Посредством традиций осуществляется передача устойчивых знаний, умений и навыков и компетенций, элементов социального опыта от поколения к поколению, от одной социальной группы к другой, от группы к индивиду.

Освоение ребёнком культурного наследия, социальных ролей, правил, моральноэтических норм, формирования навыка быть готовым к поиску решений в неопределённых условиях эффективнее происходит во взаимодействии взрослых и детей при подготовке и во время проведения традиционных мероприятий.

Примерный перечень событий, праздников и мероприятий

сентябрь/ 2022 год		
мероприятия с детьми	День знаний Выставка детского рисунка «Веселый огород» (овощи, фрукты) Выставка детского рисунка ко Дню дошкольного работника «Сотрудники нашего детского сада» (27.09. «День работника дошкольного образования»)	01.09. 26.09.- 30.09. 27.09
мероприятия с родителями	Сбор сведений о семьях воспитанников. Проведение родительских собраний. Анкетирование родителей по безопасности на дорогах	в течении месяца 12.09, 13.09, 14.09 в течении месяца
мероприятия с педагогами	Круглый стол «Рабочая программа воспитателя в рамках реализации ФГОС ДО». Анализ Рабочих программ педагогов. Оформление уголков по ПДД в группах	27.09. в течении месяца
октябрь		
мероприятия с детьми	Выставка детского рисунка «Я знаю правила дорожного движения» Выставка детского рисунка «Мой папа-самый лучший» (16.10 День отца)	03.10 - 07.10 17.10-21.10
мероприятия с родителями	Маршрутный лист «Безопасная дорога в детский сад» (ст, подг.гр.) Выставка семейных рисунков по безопасности дорожного движения « Мы за безопасное движение»	10.10 - 14.10.
мероприятия с педагогами	Конкурс презентаций. Тема: «Моя лучшая презентация для детей. Опыт использования презентаций в образовательной деятельности». Взаимопроверка «Уголок Петербурговедения» (патриотическое воспитание дошкольников) Конкурс среди групп по ПДД «Книжка малышка»	25.10. 24.10-28.10 в течении месяца
ноябрь		
мероприятия с детьми	Выставка детского рисунка «Милая мама» (27.11 День матери в России)	21.11 - 26.11 25.11

	Конкурс чтецов «Волшебный мир театра» (стихи на выбор) Тематическая неделя «Уроки мудреца Светофора»	14.11-18.11
мероприятия с родителями	Творческий конкурс «Империи Детства — 15 лет! С Юбилеем!» (свободное направление) «С Днем рождения, Империя Детства!» (03.11. ГБДОУ детский сад № 77 Приморского района исполняется 15 лет) Оформление уголков для родителей по ПДД	01.11 - 04.11 в течении месяца
мероприятия с педагогами	Педагогический совет № 2 «Современные подходы к организации нравственно-патриотического воспитания дошкольников в рамках реализации Рабочей программы воспитания и планов воспитательной работы в ГБДОУ». Деловая игра. Взаимопосещение открытых занятий педагогов и специалистов Обновление наглядного и демонстративного материала для обучения детей правилам дорожного движения на улице	29.11. в течении месяца в течении месяца
декабрь		
мероприятия с детьми	Выставка детского рисунка «В городе Снеговиков» (младшие - средние группы) Выставка детского рисунка «Здравствуй, Зимушка-зима!» (старшие - подготовительные группы)	01.12. - 09.12. 12.12. - 16.12.
мероприятия с родителями	Творческий конкурс «Новогодняя игрушка нашей семьи» (открытки, игрушки, поделки) Выпуск газеты для родителей «Светофорик»	19.12 - 23.12. в течении месяца
мероприятия с педагогами	Оформление фасадов окон на зимнюю тематику. Круглый стол «Моя лучшая методическая разработка» (представление опыта работы) Презентации: «Правила дорожного движения для детей» (по возрастным группам)	01.12-09.12 13.12 в течении месяца
январь/ 2023 год		
мероприятия с детьми	Выставка детского рисунка «Птицы — наши друзья» Тематический день «Что рассказать детям о Блокаде». Выставка детского рисунков «Блокадный Ленинград»	09.01. - 13.01. 27.01. 24.01.- 28.01.
мероприятия с родителями	Тематический день «Снятие блокады Ленинграда». Выставка детского рисунка и поделок «Блокадный Ленинград» Составление план-схемы «Мой путь в детский сад»	27.01. 23.01.- 27.01. в течении месяца
мероприятия с педагогами	Педагогический совет № 3 «Физическое развитие детей средствами народной игровой культуры ГБДОУ в соответствии с ФГОС ДО»	31.01.

февраль		
мероприятия с детьми	Масленица 20 - 26 февраля Тематический день «Защитникам Родины-слава!» (23.02 «День защитника Отечества») Выставка «Открытка для папы» (мл., ср. группы) Выставка детского рисунка «Военные профессии» (старшие – подготовительные группы) Физкультурный праздник «Сильные, ловкие, смелые, быстрые»	20.02-24.02 22.02. 01.02. - 10.02. 13.02-17.02 22.02
мероприятия	Конкурс снежных построек «Зимняя фантазия» (при наличии	в течении месяца

с родителями	снега)	
мероприятия с педагогами	Взаимопроверка «Уголок физического развития в группе ». Тематический контроль «Организация работы по обучению детей ПДД»	20.02. - 24.02. 01.02 - 15.02.
март		
мероприятия с детьми	Выставка детского рисунка «Весенний букет» (ранний возраст, мл, ср. группы) Выставка детского рисунка «Народная игрушка» (ст, подг. Группы) Книжкина неделя Конкурс чтецов «Дорогами сказок К.Чуковского» (31.03 День рождения К.Чуковского) Беседа «Как вести себя в общественном транспорте»	01.03. - 07.03. 09.03. - 17.03. 27.03 - 31.03 31.03 29.03
мероприятия с родителями	Выставка творческих работ «Герои сказок К.Чуковского» Консультация для родителей «Безопасность детей – забота взрослых»	20.04 - 24.04 в течении месяца
мероприятия с педагогами	Мастер-класс Тема: «Лэпбук как средство обучения, воспитания и развития детей» Педагогический совет № 4 «Формы работы с родителями в современной практике ГБДОУ». Взаимопосещение открытых занятий педагогов и специалистов Изготовление дидактической игры по ПДД	14.03. 28.03. в течении месяца в течении месяца
апрель		
мероприятия с детьми	Тематический день «Космическое путешествие» Выставка детского рисунка «Космос глазами детей» Выставка детского рисунка «Все профессии важны» Литературный калейдоскоп по ПДД «Красный, желтый, зеленый»	12.04. 03.04.- 07.04. 17.04. - 21.04. 10.04.-15.04.
мероприятия с родителями	16 апреля - Пасха (православная) Выставка совместных работ с детьми «Пасха в красках» Консультация для родителей «Ребенок в автомобиле»	10.04 -17.04 в течении месяца
мероприятия с педагогами	Смотр-конкурс «Мой лучший педагогический проект» Разработка памяток для родителей по ПДД	24.04. - 28.04. в течении месяца
май		
мероприятия с детьми	Тематический день 9 Мая (праздник) Дистанционная выставка творческих работ «Я помню, я горжусь!» Оформление помещений к 9 Мая акция “Окна Победы” Выставка детских рисунков «Деревья, клумбы в нашем городе/районе» (ко Дню города) Музыкально – спортивный праздник «Азбука дорожного движения»	02.05-10.05 02.05 - 08.05 22.05 - 31.05
мероприятия с родителями	Дистанционная выставка творческих работ «Я помню, я горжусь!» Выпуск детей в школу (праздники)	02.05-10.05 22.05. - 26.05.
мероприятия с педагогами	Итоговый педагогический совет № 5. Подведение итогов 2022-2023 учебного года. Создание мультимедийных презентаций по ПДД	30.05. в течении месяца

3. Организационный раздел рабочей программы

Обязательная часть рабочей программы

3.1. Распорядок пребывания воспитанников в ДОО (режим дня) старшая группа для детей ЗПР

РЕЖИМ ДНЯ

№	Режимные моменты	Старшая группа (от 5 до 6 лет)
1.	Утренний прием, осмотр детей, индивидуальное общение, игры.	07.00 – 08.15
2.	Утренняя гимнастика	08.15 – 08.25
3.	Подготовка к завтраку, завтрак	08.25 – 08.55
4.	Предметная, самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	08.55 – 09.00
5.	Организованная образовательная деятельность	09.00 - 09.25 09.35 – 10.00
6.	Совместная игровая деятельность, подготовка ко второму завтраку, 2-й завтрак	10.00 - 10.05 10.05 – 10.15
7.	Подготовка к прогулке, прогулка	10.15 – 12.00
8.	Возвращение с прогулки, общение, спокойные игры	12.00 – 12.10
9.	Подготовка к обеду, обед	12.10 – 12.30
10.	Подготовка ко сну, сон	12.30 – 15.00
11.	Постепенный подъем, гигиенические и закаливающие процедуры после сна	15.00 – 15.15
12.	Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.30
13.	Игры, досуги, общение и деятельность по интересам/ Организованная образовательная деятельность	15.30 – 17.00
14.	Подготовка к прогулке, прогулка	17.00 – 18.30
15.	Игры, уход детей домой	18.30 – 19.00

Режим двигательной активности воспитанников старшей группы (5-6 лет)

Формы организации	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Утренняя гимнастика	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин .
Физкультминутка (во время ОД)	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Физическая культура	-	-.	-	25 мин.	25 мин
Бассейн	-	25 мин	.-	-	-
Музыка	25 мин	-	25 мин	-.	-
Прогулка: - подвижные игры, упражнения - самостоятельная двигательная активность	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.
	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Бодрящая гимнастика после дневного сна	10мин.	10мин.	10мин.	10мин.	10мин.
Самостоятельная двигательная активность в группе	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
Индивидуальная работа по развитию движений	ежедневно по 10 мин.				
Физкультурные досуги	До 30 мин. 1 раз в месяц				
Физкультурные праздники	до 1 часа 1 раз в год				
Дни здоровья	2 раз в год				
Всего в день	1 час 31 мин	1 час 31 мин	1 час 31 мин	1 час 31 мин	1 час 31 мин
Всего в неделю	7 часов 35 мин.				

Структура реализации образовательной деятельности

Совместная деятельность педагога с детьми	Самостоятельная деятельность детей	Виды деятельности, технологии	Индивидуальный маршрут развития ребенка
---	------------------------------------	-------------------------------	---

<p>-Формы ОД (игры-путешествия, экспериментирование, общение;</p> <p>Музыкальные физкультурные занятия;</p> <p>Образовательные проекты</p> <p>-Праздники</p> <p>-Развлечения</p> <p>-Экскурсии по ГБДОУ</p> <p>-Тематические беседы о временах года, диких и домашних животных, птицах, государственных, семейных праздниках ((День матери, Осенины, Новый год, День защитника Отечества, Праздник 8 Марта, День Победы, День защиты детей (1 июня).</p>	<p>Создание условий для самостоятельной деятельности детей в режимных моментах, на прогулке.</p> <p>Оказание не директивной помощи воспитанникам в процессе игровой, исследовательской, продуктивной, творческой деятельности.</p>	<p>Игровая,(сюжетно-ролевая игра), игры с правилами, коммуникативная (общение и взаимодействие со сверстниками), познавательно-исследовательская (исследования объектов окружающего мира и экспериментирование с ними), восприятие художественной литературы и фольклора, самообслуживание и элементарный бытовой труд (в помещении и на улице), конструирование из разного материала, включая конструкторы, модули, бумагу, природный и иной материал, изобразительная (лепка, рисование, аппликация), музыкальная (восприятие смысла и музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах), двигательная (овладение основными движениями)</p>	<p>Педагогические технологии на основе личностно-ориентированного нового подхода: -коллективное обучение;</p> <p>- технология индивидуального обучения (индивидуальная работа, метод проектов)</p>
--	--	---	--

Структура реализации образовательной деятельности

Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (формы ОД)

Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" (постановление Главного санитарного врача РФ от 28.01.2021 N 2) и норм ".

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в день	Продолжительность одного занятия (формы ОД)	Количество образовательных форм (занятий, ОД) в день	Количество образовательных форм (занятий, ОД) в неделю	Перерывы между формами ОД (занятиями)
5 часов 25 мин.	до 25 минут	13	До 45 мин.	не менее 10 минут

Примечание: В середине формы образовательной деятельности (ОД) статического характера проводится физкультминутка.

Структура реализации образовательной деятельности

Совместная деятельность педагога с детьми	Самостоятельная деятельность детей	Виды деятельности, технологии	Индивидуальный маршрут развития ребенка
<ul style="list-style-type: none"> -Формы ОД (игры-путешествия, экспериментирование, общение; - Музыкальные, физкультурные занятия; - Образовательные проекты -Праздники -Развлечения -Экскурсии по ГБДОУ -Тематические беседы о 	<p>Создание условий для самостоятельной деятельности детей в режимных моментах, на прогулке.</p> <p>Оказание не директивной помощи воспитанникам в процессе игровой, исследовательской, продуктивной, творческой деятельности.</p>	<p>Игровая,(сюжетно-ролевая игра), игры с правилами, коммуникативная (общение и взаимодействие со сверстниками), познавательно-исследовательская (исследования объектов окружающего мира и экспериментирование с ними), восприятие художественной литературы и фольклора, самообслуживание и элементарный бытовой труд (в помещении и на улице), конструирование из разного материала,</p>	<p>Педагогические технологии на основе личностно-ориентированного нового подхода: -коллективное обучение;</p> <p>- технология индивидуального обучения (индивидуальная работа, метод проектов)</p>

<p>временах года, диких и домашних животных, птицах, государственных, семейных праздниках ((День матери, Осенины, Новый год, День защитника Отечества, Праздник 8 Марта, День Победы, День защиты детей (1 июня)).</p>		<p>включая конструкторы, модули, бумагу, природный и иной материал, изобразительная (лепка, рисование, аппликация), музыкальная (восприятие смысла и музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах), двигательная (овладение основными движениями)</p>	
--	--	---	--

Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений

3.2 Традиционные события и праздники

Месяц	Праздники	Конкурсы	Мероприятия КМО
сентябрь	«Моя малая родина»		
октябрь	«Праздник осени»	«Краски осени» «Арбузное настроение» «Золотая осень»	«Первые старты»
ноябрь	«День здоровья» «День матери»		«Мама, папа, я - спортивная семья»
декабрь	«Новогодние утренники»	«Новогодние часы» «Новогодний башмачок» «Авторская новогодняя игрушка»	«Новогодняя мозаика» (продукты детской деятельности)
январь	Тематический день «День снятия блокады Ленинграда»	Выставка детских рисунков «Блокадный Ленинград»	Выставка детских рисунков «Блокадный Ленинград»

февраль	«День Защитника Отечества»	Выставка детских рисунков «Папа может»	
март	Весенние праздники «Мамин день» Досуг «Разудалая Масленица»	«Подарок маме»	Фестиваль - конкурс детского творчества «Журавушка»
апрель	Тематический день «День смеха» Тематический день «День космонавтики»	Выставка детского рисунка «Пасха в красках»	Фестиваль «Весенний Петербург» Конкурс чтецов (КМО)
май	Праздник «До свидания, детский сад»	Конкурс детского рисунка, посвященный Дню Победы	

3.3. Методические материалы и средства обучения и воспитания

Парциальные программы и технологии	Методические материалы	Средства обучения	Возраст детей
«Программа обучению детей плаванию в детском саду» Е.К. Воронова	«Программа обучению детей плаванию в детском саду» Е.К. Воронова	Необходимый инвентарь: плавательные доски, поплавки, резиновые шапочки, очки, длинный шест (2-2,5 м) для поддержки и страховки, обручи и другие подручные средства (стр. 11, «Программа обучению детей плаванию в детском саду» Е.К. Воронова)	Старший возраст (5-6 лет)

3.5 Методическое обеспечение образовательной деятельности

Образовательная область «Физическая культура»	Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.)
Младшая группа	<p>Г.А. Прохорова «Утренняя гимнастика для детей 2-7 лет»</p> <p>Н.Н.Васильева, Н.В.Новотворцева «Развивающие игры для дошкольников»</p> <p>И.В.Кравченко «Прогулки в детском саду»</p> <p>Воронова Е.К. «Программа обучения плаванию в детском саду.»</p>
Средняя группа	<p>Г.А. Прохорова «Утренняя гимнастика для детей 2-7 лет»</p> <p>Н.Н.Васильева, Н.В.Новотворцева «Развивающие игры для дошкольников»</p> <p>И.В.Кравченко «Прогулки в детском саду»</p> <p>Воронова Е.К. «Программа обучения плаванию в детском саду.»</p>
Старшая группа	<p>Г.А. Прохорова «Утренняя гимнастика для детей 2-7 лет»</p> <p>Н.Н.Васильева, Н.В.Новотворцева «Развивающие игры для дошкольников»</p> <p>И.В.Кравченко «Прогулки в детском саду»</p> <p>Воронова Е.К. «Программа обучения плаванию в детском саду.»</p>
Подготовительная к школе группа	<p>Г.А. Прохорова «Утренняя гимнастика для детей 2-7 лет»</p> <p>Н.Н.Васильева, Н.В.Новотворцева «Развивающие игры для дошкольников»</p> <p>И.В.Кравченко «Прогулки в детском саду»</p> <p>Воронова Е.К. «Программа обучения плаванию в детском саду.»</p>
Педагогическая диагностика	<p>«Педагогический мониторинг в новом контексте образовательной деятельности. Изучение индивидуального развития детей»/ Ю.А. Афонькина.- Волгоград: учитель, 2015.</p>

Приложение № 1. Календарно-тематическое планирование

месяц	Работа с детьми	Работа с педагогами	Работа с родителями
сентябрь		Консультация для воспитателей: «Закаливание детей старшего дошкольного возраста».	Собрания на группах (участие).
октябрь	Диагностика физического развития. (все группы, 3 недели октября). Занятия с детьми по плану инструктора по плаванию.	Индивидуальные консультации для педагогов групп.	Индивидуальные консультации по результатам диагностики.
ноябрь	Занятия с детьми по плану инструктора по плаванию.	Индивидуальные консультации для педагогов групп. Рекомендации для воспитателей по теме: «Как быстро приучить ребенка не бояться воды».	Индивидуальные консультации. Памятка на группы: «Как быстро приучить ребенка не бояться воды».
декабрь	Занятия с детьми по плану инструктора по плаванию.	Открытый просмотр занятий в бассейне для воспитателей групп.	Индивидуальные консультации.
январь	Занятия с детьми по плану инструктора по плаванию.	Консультация: «Дыхательные упражнения на суше и в воде с задержкой дыхания».	Индивидуальные консультации. Памятка на группы: «Дыхательные упражнения на суше и в воде с задержкой дыхания».
февраль	Занятия с детьми по плану инструктора по плаванию.	Консультация: «Основные виды движений в воде».	Памятка на группы: «Основные виды движений в воде». Индивидуальные консультации.

март	Занятия с детьми по плану инструктора по плаванию.	Спортивные соревнования среди подготовительных групп. (открытый просмотр)	Индивидуальные консультации. Открытый просмотр занятий в бассейне для родителей воспитанников в День открытых дверей.
апрель	Диагностика физического развития (все группы, 3 недели). Занятия с детьми по плану инструктора по плаванию.	Открытый просмотр занятий в бассейне для воспитателей групп.	Индивидуальные консультации по итогам диагностики.
май	Занятия с детьми по плану инструктора по плаванию.	Открытый просмотр занятий в бассейне для воспитателей групп.	Индивидуальные консультации по итогам диагностики.

Приложение № 2 Авторские разработки

Игры на воде

Невод

Задача игры: помочь освоиться с сопротивлением воды.

Описание. Играющие (рыбы) располагаются в ограниченном пространстве . Двое рыбаков, взявшись за руки, по сигналу преподавателя бегут за рыбкой, стараясь окружить ее. Каждая пойманная рыба включается в цепь рыбаков. Так постепенно составляется невод. Игра кончается, когда все рыбы будут переловлены.

Правила. Нельзя ловить рыбу разорванным неводом, хватать за руки, туловище.

Методические указания

Водящих назначает инструктор по плаванию. Пойманный последним становится самой быстрой рыбкой

Карусели

Задача игры: способствовать освоению с водой, ходьба и бег в воде.

Описание. Взявшись за руки, дети образуют круг. По сигналу они начинают движение по кругу, постепенно ускоряют шаг. Во время движения по кругу играющие хором произносят:

Еле – еле, еле – еле

Закружились карусели,

А потом, потом, потом –

Все бегом, бегом, бегом!

После чего дети бегут по кругу (1 – 2 круга). Затем преподаватель произносит:

«Тише, тише, не спешите, карусель остановите».

Дети постепенно замедляют шаг и со словами

Вот и кончилась игра. Остановка – раз и два» останавливаются. Игра повторяется с движением в противоположную сторону.

Правила. Нельзя отпускать руки, падать в воду.

Методические указания. Глубину воды можно увеличивать, объясняя на примере, что сопротивление воды при движении возрастает тем больше, чем большая часть поверхности тела находится под водой.

Караси и карпы (2 вариант)

Задача игры: учить детей свободно передвигаться в воде.

Описание. Преподаватель разделяет играющих на две группы. Дети становятся в шеренги спиной друг к другу, после чего приседают. Расстояние между шеренгами 0,5 – 1 метр. Для каждой шеренги заранее намечается направление, в котором надо бежать. Одна шеренга – караси, другая – карпы. Преподаватель в произвольном порядке произносит эти слова. Названная команда (шеренга) тотчас поднимается и бежит в указанном направлении.

Дети другой команды поднимаются, поворачиваются и догоняют убегающих, стараясь дотронуться до них рукой. Ребенок, которого коснулись рукой, останавливается. По сигналу преподавателя все останавливаются, возвращаются на прежние места, и игра начинается сначала.

Правила. Находясь в шеренге, нельзя оборачиваться назад. Во время пробежки нельзя толкать друг друга. После сигнала об остановке нельзя продолжать бег.

Методические указания. Игру можно проводить и при глубине воде по пояс. Строить шеренги лучше по росту, чтобы их правые фланги находились друг против друга. Одну и ту же команду можно вызывать иногда и два раза подряд. Слова «Караси» и «Карпы» преподаватель должен произносить медленно, протяжно, растягивая первые слоги слова и быстро произнося последние.

Мы веселые ребята

Задача игры: Приучать детей энергично двигаться в воде в разных направлениях.

Описание. Дети идут по кругу, в середине его находится водящий, назначенный или выбранный детьми. Дети хором произносят текст:

Мы, веселые ребята,

Любим плавать и нырять.

Ну, попробуй нас догнать!

Раз, два, три – лови!

После слова «Лови!» дети убегают, а водящий догоняет. Игра заканчивается, когда он догонит 2 – 3 – 4 играющих. При повторении игры выбирается новый водящий.

Правила. Нельзя убежать раньше того, как будет произнесено «лови!». Двигаясь по кругу, дети должны соблюдать порядок, не тянуть, не разрывать круг, не толкать друг друга.

Байдарки

Задача игры: приучать преодолевать сопротивление воды, упражнять в выполнении гребковых движений руками.

Описание. Дети встают у одной стороны бассейна, слегка наклонив туловище вперед. Это байдарки. По сигналу дети проходят или пробегают на противоположную сторону бассейна, помогая себе гребковыми движениями, как веслами при плавании на байдарке. Кисть руки должна быть выпрямлена, ладонью дети загребают воду и отталкиваются от нее, продвигаясь вперед

Правила. Начинать движения и останавливаться по сигналу преподавателя. Нельзя спешить, мешать другим детям выполнять задание.

Методические указания. Преподаватель следит за правильностью выполнения действий детей, отмечает какая байдарка продвигается быстрее, у кого гребок веслом длиннее. При повторении в игру можно внести усложнение: предложить детям проплыть на байдарке спиной вперед.

(Игры с погружением в воду с головой)

Морской бой

Задача игры: приучать детей не бояться брызг, действовать согласованно.

Описание. На глубине по пояс дети встают лицом друг к другу в две шеренги, расстояние между которыми 1,5 – 2 м. по сигналу преподавателя дети начинают брызгать водой в «противника», стараясь заставить его отступить. Побеждает более стойкая команда, которая не разбежится и сохранит первоначальный порядок. Повторить игру 3 – 4 раза.

Правила. Нельзя касаться игроков руками, поворачиваться спиной, убежать.

Методические указания. Разделяя детей на команды, нужно учитывать их рост и подготовленность. Следить за соблюдением правил.

Охотники и утки

Задача игры: упражнять в погружении в воду с головой.

Описание. Выбираются два охотника. Остальные дети – утки. Охотники становятся по обе стороны бассейна, у каждого из них по мячу. Утки плавают в разных направлениях по бассейну. По сигналу «Охотники!» утки должны нырнуть под воду, чтобы охотники не смогли попасть в них мячами. Если кто – то из детей не успел спрятаться и в него попадают мячом, он должен выйти на время из игры.

Правила. Охотники не должны бросать мяч детям в голову. Начинать бросать мяч можно только по сигналу «Охотники!» и не сходя с места.

Методические указания. Охотники меняются местами после того, как каждый из них попадет мячом в определенное число уток.

Насос

Задача игры: Научить детей погружаться с головой в воду несколько раз подряд.

Описание. Дети стоят парами, взявшись за руки, лицом друг к другу. По очереди приседая, они погружаются в воду с головой. Каждый из играющих погружается в воду 4 - 5 раз. Игра повторяется 3 раза.

Правила. Нельзя отпускать руки и вытирать лицо, смахивая воду, после каждого очередного окунания.

Методические указания. Играющие пары располагаются боком к инструктору.

Удочка

Задача игры: упражнять детей в погружении в воду с головой.

Описание. Дети образуют круг, стоя друг от друга на расстоянии вытянутых рук, поворачиваются лицом к центру. В центре стоит преподаватель. В руках у него веревка, к концу которой привязана надувная игрушка. Длина веревки равна радиусу круга. Преподаватель вращает веревку так, чтобы игрушка

двигалась по окружности на высоте 10 – 30 см над водой. Дети должны избегать прикосновения игрушки, погружаясь под воду, когда она приближается.

Правила. Нельзя прятаться раньше, чем приблизится игрушка.

(Игры с выдохом в воду)

Резвый мячик (на мелком месте)

Задача игры: способствовать овладению продолжительным, постепенным выдохом.

Описание. Играющие становятся в одну шеренгу на расстоянии вытянутой руки друг от друга. Каждый имеет мячик или теннисный шарик. Приняв положение упора лежа спереди, дети кладут его на поверхность воды на линии рта. Делая вдох, дуют на мяч, стараясь отогнать его как можно дальше от себя. Затем идут за мячом по дну на руках, делая неоднократный вдох и выдох. По команде преподавателя все остаются на своих местах, перестают дуть на мяч. Выясняется, чей мяч отплыл дальше всех, - это самый «резвый мячик». Игра повторяется.

Правила. Нельзя мешать друг другу, дуть на чужой мяч.

Методические указания. Сперва игру можно проводить без передвижения на руках вперед за мячом. В таком случае всякий раз выполняется только один выдох. Игра может быть проведена и на глубоком месте (вода по грудь). Тогда играющие продвигаются за мячом, идя по дну.

Качели (глубина воды по пояс)

Задача игры: способствовать овладению выдохом в воду.

Описание. Дети стоят парами, взявшись за руки, лицом друг к другу. По очереди приседая, они погружаются в воду с головой, делают выдох в воду. Каждый играющий делает 3 – 4 выдоха в воду.

Правила. Нельзя отпускать руки, задерживать своего товарища под водой.

Методические указания. Играющие пары располагаются боком к инструктору.

(Игры с открыванием глаз в воде)

Водолазы

Задача игры: приучать смело открывать глаза в воде, рассматривать предметы под водой.

Описание. Дети встают у бортика бассейна с одной стороны. Преподаватель разбрасывает по дну бассейна резиновые (тонущие) игрушки, пластмассовые тарелочки. По сигналу водолазы погружаются в воду и стараются собрать как можно больше предметов.

Правила. Начинать выполнять задание по сигналу, не толкать товарищей, не отнимать игрушки.

Методические указания. Преподаватель отмечает и поощряет детей, успешно справившихся с заданием, помогает несмелым детям, подбадривает их. Можно провести игру с разделением на команды и дать задание, чья команда водолазов больше соберет предметов.

