****

**Муниципальное общеобразовательное учреждение «Детский сад № 4»**

**Октябрьского района г. Саратова**

Рассмотрена и принята УТВЕРЖДАЮ на заседании Совета педагогов Заведующий МДОУ Протокол № 1 от 24 августа 2017 г. «Детский сад № 4»

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.И.Коженова

 Приказ № 134 от 25.08.2017 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

спортивно-оздоровительного направления

«ЖИВУ НА ВОЛГЕ – УМЕЮ ПЛАВАТЬ»

для детей 6 лет

г.Саратов

СОДЕРЖАНИЕ

|  |  |
| --- | --- |
| **Оглавление.** | **Стр.**  |
| Паспорт программы   | 3 |
| Пояснительная записка  | 5 |
| I. Содержание психолого-педагогической работы по освоению детьми навыков плавания на базе ФОКа МОУ «СОШ №97» Октябрьского района г. Саратова. | 6 |
| Методическое обеспечение | 7 |
| Методы обучения | 7 |
| Методические приёмы | 8 |
| Организация занятий по плаванию. Виды занятий по обучению детей плаванию  | 10 |
| Планирование плавательной подготовленности детей | 12 |
| Тематический план обучения плаванию детей | 12 |
| Материальное обеспечение | 14 |
| Технология мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения программного материала по плаванию | 15 |
| Работа с родителями | 18 |
| Список литературы | 18 |
| II. Содержание образовательной деятельности по дополнительной образовательной программе спортивно-оздоровительного направления «Живу на Волге-умею плавать» в МДОУ «Детский сад №4» Октябрьского района г. Саратова. |
| Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребёнка. | 20 |
| Примерный регламент реализации образовательной деятельности дополнительной образовательной программе спортивно-оздоровительного направления «Живу на Волге-умею плавать». | 23 |
| Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников. | 23 |
| Список литературы | 24 |
| Приложение 1. Перспективное планирование занятий по плаванию по месяцам | 25 |
| Приложение 2. Комплексно-тематическое планирование в МДОУ «Детский сад №4» по дополнительной образовательной программе спортивно-оздоровительного направления «Живу на Волге-умею плавать» (подготовительная группа) | 28 |

**Паспорт программы.**

|  |  |
| --- | --- |
| Название программы | Дополнительная образовательная программаспортивно-оздоровительного направления«Живу на Волге – умею плавать» |
| Основание для разработки проекта |  Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании    в Российской Федерации»;-Концепция         развития    дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);-Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 от «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно- эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (Зарегистрировано в Минюсте России 29 мая 2013 г. № 28564);-приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. № 1008 г. Москва  «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;-письмо Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;-приказ Министерства образования и науки РФ от 17  октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 14 ноября 2013 г. № 30384);-Устав муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №4» |
| Авторы | Тренер ФОКа МОУ «СОШ №97» по плаванию Ахмедов Р.И. Педагоги МДОУ «Детский сад №4»:инструктор по физической культуре Аббасова А.А., ст.воспитатель Горбунова А.Н., воспитатели Хурсулова И.А., Пурынзина В.В., Покатилова Н.О.,медсестра Осауленко С.В. |
| Организация исполнитель | Муниципальное общеобразовательное учреждение «Детский сад № 4» Октябрьского района г. Саратова |
| Адрес организации исполнителя, тел./факс | ул.Беговая д.8а, Октябрьский район, г.Саратов, Саратовская область, Россия.Телефон/факс – 8(4522) 41-27-20, 51-89-80 |
| Целевые группы | Дети 6 лет |
| Тип технологии | Технология здоровьесбережения |
| Срок реализации | 1 год |
| Аннотация содержания программы | Дополнительная образовательная программаспортивно-оздоровительного направления«Живу на Волге – умею плавать» предназначена для детей старшего возраста (с шести лет) по направлению «Физическое развитие».Данная программа разработана на основе программ Т.И.Осокиной, Е.А.Тимофеевой, Т.Л.Богиной «Обучение плаванию в детском саду», Р.А.Бородич, Л.А.Назаровой «Коррекционное плавание» и позволяет в комплексе решать вопросы обучения плаванию и оздоровления детей старшего дошкольного возраста В программе содержится материал для организации дополнительного образования детей старшего дошкольного возраста, который может быть использован педагогами образовательных организаций и родителями, для обучения детей плаванию и решения ряда развивающих задач. |
| Цель | **С**оздание оптимально физкультурно – оздоровительных условий для овладения воспитанниками жизненно необходимыми навыками плавания, укрепления детского организма и гармоничного психофизического развития. |
| Задачи | * **Обучающие**:
1. Формирование навыка уверенно держаться на воде.
2. Совершенствование разнообразных плавательных умений: «поплавок», «звездочка» (на груди, на спине), задержка дыхания и др.
3. Обучение технике основных плавательных навыков.
4. Способствование поддержанию необходимого уровня развития двигательных качеств и способностей.
5. Обучение технике плавания способами «кроль на груди», «кроль на спине».
6. Ознакомление с техникой плавания способом «брасс».
* **Развивающие:**

1. Развитие мотивации к постоянным занятиям плаванием.2. Привитие стойких гигиенических навыков.3. Совершенствование физических качеств, таких как сила, гибкость, выносливость, быстрота, ловкость.* **Воспитательные**:

1. Воспитание нравственно – волевых и коммуникативных качеств, дружеских взаимоотношений детей друг с другом и чувство уверенности в себе.2. Воспитание морально-этических и волевых качеств, становление спортивного характера.3. Профилактика асоциального поведения.4. Воспитание потребности к дальнейшим занятиям плаванием на более высоком уровне.* **Здоровьесберегающие:**

1. Формирование здорового образа жизни через привлечение к систематическим занятиям физической культурой и спортом.2. Содействие гармоничному физическому развитию, разносторонней физической подготовленности и укреплению здоровья детей старшего дошкольного возраста.3. Закаливание организма. |
| Ожидаемые результаты | должны *знать* и *соблюдать*:- основные правила безопасности поведения на воде и в плавательном бассейне;- правила личной гигиены;- основы здорового образа жизни;- правила игр на воде.должны *уметь*:- погружаться в воду с головой, выполнять выдох в воду; -выполнять упражнения «поплавок», «звездочка» (на спине и на груди); - выполнять скольжение на груди и на спине с опорой и без, с работой рук, с работой ног;- плавать способом «кроль на груди», «кроль на спине»;- проплывать дистанцию 100 метров кролем на спине;- проплывать 100 метров кролем на груди.должны *иметь* представление:- о разных стилях плавания («кроль на спине», «кроль на груди», «брасс»)- о водных видах спорта. |

**Пояснительная записка.**

 Дополнительная образовательная программа спортивно-оздоровительного направления «Живу на Волге – умею плавать» разработана на основе программ Т.И.Осокиной, Е.А.Тимофеевой, Т.Л.Богиной «Обучение плаванию в детском саду», Р.А.Бородич, Л.А.Назаровой «Коррекционное плавание». Программы одобрены Федеральным экспертным советом по общему образованию и рекомендованы Министерством образования РФ.

 Основная цель программы: предоставление бесплатной дополнительной образовательной услуги за рамками основной общеобразовательной программы дошкольного образования и объемов образовательных услуг, в форме дополнительного образования.

Новизна программы «Живу на Волге – умею плавать» заключается в том, что она направлена не только на реализацию образовательных задач, а в комплексе решает вопросы обучения плаванию и оздоровления воспитанников детского сада на базе ФОКа.

Слабое физическое развитие ведет к нарушениям осанки, что в дальнейшем приводит к ухудшению здоровья у детей. Плавание, обеспечивая естественную разгрузку позвоночника с одновременной тренировкой мышц, является частью всего оздоровительного комплекса. Плавание полезно и детям с ослабленным здоровьем, поскольку прививает гигиенические навыки, закаливает организм, повышая его сопротивляемость различным простудным заболеваниям. В то же время акватория бассейна – это, прежде всего, иная среда обитания, которая представляет особые требования к двигательным способностям человека.

Особый акцент в программе сделан на использование методических подходов, которые позволяют работать с каждым ребенком индивидуально, развивать личностные качества, способствующие формированию у детей культуры отношений к своему здоровью, познавательной и двигательной активности. Это дает возможность каждому ребёнку относиться к обучению плаванию более сознательно и активно. Преодолевая подсознательное стремление к самосохранению, они приобщаются к активным действиям в воде и приобретают уверенность в своих силах.

За время занятий по обучению плаванию дети должны овладеть основами плавания в воде: научиться нырять, правильно дышать и плавать несколькими способами плавания.

 Актуальность данной программы состоит еще и в том, что дети принимаются в объединение независимо от уровня своей физической подготовки. Данная программа направлена на наиболее полную реализацию двигательной потребности ребёнка с сохранением его индивидуальности, физического и психического здоровья.

 Дополнительная образовательная программа спортивно-оздоровительного направления «Живу на Волге-умею плавать» реализуется на базе ФОКа МОУ СОШ №97 в форме занятий по обучению плаванию и на базе ДОУ в совместной со взрослыми и самостоятельной деятельности детей, а также в форме проектной деятельности.

**I.** **Содержание психолого-педагогической работы по освоению детьми навыков плавания.**

Содержание психолого-педагогической работы с детьми 6 лет ориентировано на разностороннее развитие дошкольников с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

**Задачи программы**:

* **Обучающие**:

1.Формирование навыка уверенно держаться на воде

2.Совершенствование разнообразных плавательных умений: «поплавок», «звездочка» (на груди, на спине), задержка дыхания и др.

3.Обучение технике основных плавательных навыков

4.Способствование поддержанию необходимого уровня развития двигательных качеств и способностей.

5.Обучение детей технике плавания способами «кроль на груди», «кроль на спине».

6.Ознакомление с техникой плавания способом «брасс»

**Развивающие:**

1. Развитие мотивации к постоянным занятиям плаванием

2. Привитие стойких гигиенических навыков

3. Совершенствование физических качеств, таких как сила, гибкость, выносливость, быстрота, ловкость

**Воспитательные**:

1. Воспитание нравственно – волевых и коммуникативных качеств, дружеских взаимоотношений детей друг с другом и чувство уверенности в себе.

2. Воспитание морально-этических и волевых качеств, становление спортивного характера.

3. Профилактика асоциального поведения

4. Воспитание потребности к дальнейшим занятиям плаванием на более высоком уровне

**Здоровьесберегающие:**

1. Формирование здорового образа жизни через привлечение учащихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом

2. Содействие гармоничному физическому развитию, разносторонней физической подготовленности и укреплению здоровья учащихся

3. Закаливание организма

 Дополнительная образовательная программа спортивно-оздоровительного направления «Живу на Волге – умею плавать» реализуется в соответствии с учебным планом. Содержание образовательного процесса определяется основной образовательной программой МДОУ «Детский сад №4». Структурной особенностью программы является **блочно -** **тематическое планирование.**

 Дополнительная образовательная программа спортивно-оздоровительного направления «Живу на Волге – умею плавать» реализуется на базе ФОКа МОУ «СОШ №97» в форме занятий по обучению плаванию тренером по плаванию, прошедшим курсы повышения квалификации по теме: «Организация и проведение занятий по плаванию для детей дошкольного и младшего школьного возраста»

Итоги реализации дополнительной программы подводятся в форме итоговых занятий в басссейне ФОКа.

**Учебный план.**

Занятия по обучению плаванию

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Группа** | **Кол-во в неделю** | **Кол-во в месяц** | **Кол-во****в уч.год** | **Дли****тель****ность****занятий** | **Количество детей** |
| Дети 6-ти лет  | 1 | 4 | 36 | 30/45 мин  | 6-10 |

График работы бассейна.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Группа** | **День посещения** | **Время** |
| Первая | Суббота | 10.00 |
| Вторая | Суббота | 11.00 |

**Методическое обеспечение.**

При проведении занятий по плаванию используются следующие принципы:

1. ***Принцип сознательности и активности***

Ребёнок должен сознательно и целеустремленно применять свои способности для достижения как конечной цели, так и поэтапных целей. Активность подразумевает осмысленность изучаемого материала.

2. ***Принцип наглядности***

Создание определенного понятия и образа действия, созерцание внешней картины движений и выявление простейших механизмов движения. Образ разучиваемого двигательного действия создается не только за счет зрительного восприятия, но и за счет ощущений слухового и вестибулярного анализаторов.  Для любого возраста принцип наглядности имеет первостепенное значение. Следует учитывать, что в дошкольном возрасте ведущую роль занимает чувственное восприятие, создаваемое посредством образов и образных представлений.

3*.****Принцип систематичности***

Повторное выполнение двигательных действий, что непосредственно связано с достижением совершенной техники движений. Двигательное действие, особенно сложное по технике, изучается и закрепляется только при многократном его повторении через оптимальные промежутки времени.

4.***Принцип динамичности***

Этот принцип связан с увеличением физических нагрузок в процессе обучения и усложнением техники выполняемых двигательных действий.

5.***Принцип доступности и индивидуализации***

Принцип связан с различным уровнем физической подготовленности детей.

 **Методы обучения.**

*Метод обучения* - это совокупность целенаправленных приемов передачи знаний и умений, обеспечивающих познание действительности. В данном случае это приемы обучения движениям, составляющим основу способа передвижения в воде. Методы обучения плаванию делятся на три группы: наглядные, словесные и практические.

На занятиях используются такие методы как:

**Словесные методы –** беседы, лекции, наставления и др. Используя объяснение, рассказ, давая указания, оценку действии и др., тренер создает представление об изучаемом движении, понятии его формы, содержания. Краткая, образная и понятная речь тренера определяет успех применения этих методов. Помимо решения обучающих задач тренер устанавливает взаимоотношения с детьми, воздействуя на их чувства. Эмоциональная окраска речи усиливает значение слов, помогает решению обучающих и воспитательных задач, стимулирует активность, уверенность, интерес. Учитывая специфику плавания, все необходимые объяснения, обсуждения тренер проводит на суше — до или после занятий в воде. Когда группа находится в воде, тренер отдает только лаконичные команды, распоряжения.

**Наглядный метод -** метод физического упражнения: метод целостного упражнения, переменный, интервальный, повторный, непрерывный метод.

К наглядным методам относятся показ упражнений и техники плавания, применение жестикуляции. Наряду с образным объяснением наглядное восприятие помогает понять сущность движения, что способствует быстрому и прочному его освоению. Как только дети получили представление о способе плавания в целом, они должны как можно больше плавать. Учебные варианты техники на суше демонстрирует тренер, в воде — дети, у которых лучше получается данное упражнение. Показ осуществляется не только до начала занятия (на суше), но и во время него.

Эффективность показа определяется положением тренера по отношению к группе:

1) тренер должен видеть каждого ребёнка, чтобы исправить его ошибки;

2) дети должны видеть показ упражнения в плоскости, отражающей его форму, характер и амплитуду.

Зеркальный показ применяется при изучении общеразвивающих упражнений. Негативный показ («как не надо делать») возможен при условии, что у детей не создастся впечатления, что их передразнивают.

**Практические методы.** При обучении плаванию все упражнения сначала разучиваются по частям, а затем воспроизводятся в целостном виде. Таким образом, изучение техники плавания идет по целостно-раздельному пути, который предусматривает многократное выполнение отдельных элементов техники, направленное на овладение способом плавания в целом. Разучивание по частям облегчает освоение техник плавания, позволяет избежать излишних ошибок, что сокращает сроки обучения и повышает его качество. Разучивание в целом применяется на завершающем этапе освоения техники плавания.

**Игровой метод** - активизирующий внимание, улучшающий эмоциональное состояние детей. Они забывают об усталости, продолжают заниматься с желанием и интересом. Соревновательный и игровой методы широко применяются в начальном обучении плаванию. Оба метода привносят на занятия оживление, радость, эмоции. Прежде чем упражнение будет включено в игру или соревнование, его обязательно следует выполнить всей группой. Элемент соревнования мобилизует силы и возможности, способствует проявлению воли, настойчивости, инициативы, повышает динамизм занятий.

**Метод непосредственной помощи** применяется в том случае, если после объяснения и показа задания ребёнок все же не может его выполнить. Тренер берет руки (ноги) ребёнка в свои руки и помогает ему, несколько раз правильно воспроизвести движение.

**Методические приемы.**

*Выполнение упражнений  в парах с  поддержкой  партнером*.

Необходимо предварительно объяснить и показать детям способ поддержки, установить очередность его выполнения, определить задачи выполняющего и поддерживающего. Используя этот прием, следует приучать детей (особенно поддерживающих) контролировать качество выполнения упражнения партнером, помогать в устранении ошибок. Как правило, этот прием применяется в работе со старшими дошкольниками.

*Контрастные упражнения.*

Например, тренер дает задание: сесть на дно, но так, чтобы голова оказалась под водой (для этого глубина воды должна быть на уровне груди). Если предварительно выполняются глубокий вдох и задержка дыхания, то сделать это невозможно. Однако, выдыхая воздух по мере приседания и погружения, ребенок выполнит задание - сядет на дно. Следовательно, предварительный глубокий вдох и последующая задержка дыхания удерживают тело у поверхности воды, а при выдохе оно погружается в воду. Другое упражнение: в положении упора лежа сделать глубокий вдох, задержать дыхание («Воздушный шар»), прижать руки к туловищу и попытаться лечь на дно -  не получится! Тогда выполним выдох («Гудок») — и тело ляжет на дно как «подводная лодка».

*Вариативность при изучении движений.*

Для того чтобы дети научились технически грамотно плавать, они должны опробовать множество вариантов движений, а из их многообразия выбрать «свой», соответствующий индивидуальным особенностям каждого. Для этого предусматривается изучение различных движений — прямыми и согнутыми руками по кругу, ромбом, «лепестком», в форме песочных часов, дугой и т. д.

*Выполнение движений в соревновательной или игровой форме.* В процессе изучения движений в различных положениях проводятся игры, обязательно содержащие эти движения. В игре деятельность ребенка направлена на достижение личной или командной победы — все изучаемые ранее движения выполняются отвлеченно, поэтому здесь наиболее ярко проявляется степень их освоения. Тренер контролирует действия занимающихся и по окончании игры в доступной форме указывает на допущенные ошибки.

С большим интересом дети выполняют упражнения в соревновательной форме. Следует помнить, что при использовании данного приема участники должны знать итоговый результат, иначе такая форма занятий теряет смысл. Вначале это выполнение упражнения на оценку: «Кто лучше?», «Кто дальше?» (продвинет игрушку, выполнит скольжение), «Кто точнее?» (поднырнет под плавающий круг) и т. д.

*Облегчение (усложнение) условий выполнения упражнений.*

Тренер отмечает, что на мелком месте его подопечные выполняют упражнения хорошо. Для проверки прочности изучаемых навыков детей временно переводят на более глубокую часть бассейна, где им предлагается выполнить те же упражнения, но сначала в небольшой дозировке. Если и здесь все идет успешно, время работы в усложненных условиях увеличивается. Усложнением условий может быть также безостановочное выполнение упражнений по всей длине бассейна, плавание только с помощью рук или ног с дополнительным сопротивлением и т. д.

*Медленное плавание.* Это наиболее действенный прием, направленный на изучение согласования движений с дыханием (особенно в кроле на груди). Дело в том, что маленькие дети, чтобы удержать тело у поверхности воды, рефлекторно выполняют очень быстрые движения руками, не успевают своевременно сделать вдох и захлебываются, а затем останавливаются. Суть же рекомендуемого приема состоит в умении подчинить движения ритму дыхания, что на данном этапе обучения можно осуществить только с помощью медленного плавания.               Однако для овладения этим приемом необходимо следующее: во-первых, научиться хорошо выполнять скольжение (длительное время сохранять исходное положение для выполнения плавательных движений); во-вторых, проплывать хотя бы несколько метров в очень медленном темпе, опустив лицо в воду (с задержкой дыхания); и в-третьих, уметь многократно выполнять ритмичные выдохи в воду, погружаясь с головой («Насос»). Если и при медленном плавании возникнут затруднения дыхания, следует выполнить упражнение. Постепенное увеличение скорости плавания и сохранение при этом ритмичного дыхания в согласовании с движениями руками и ногами свидетельствует о прочном освоении навыка. Ребенок может, задержав дыхание или нарушив его ритм, быстро проплыть определенное расстояние, а у наблюдающих за ним складывается впечатление, о правильном согласовании движений и дыхания. Определить ошибку можно по внешним признакам; одышке, изменению цвета кожи (чаще, по покраснению лица, шеи, плечевого пояса). Если же ритм дыхания не нарушен, указанные признаки отсутствуют.

*Выполнение движений, держась за неподвижную опору.*

Для этого используют сливной желоб, специально изготовленные жерди и т. п. Дети охотно выполняют такие движения под музыку, где периодическое чередование соответственно медленного, среднего и быстрого темпа изменяет и темп выполнения движений. Если же данный прием применять для изучения движений ногами, то ребенок сможет выполнить их правильно лишь в том случае, когда примет и будет сохранять на протяжении всего упражнения правильное исходное положение, требующее предварительного освоения. Если же исходное положение будет неправильным, этот прием не принесет никакой пользы, а лишь затруднит и увеличит сроки изучения несложных движений (в частности, кроля).

 **Организация занятий по плаванию.**

При организации занятий по плаванию учитывается такая особенность детей дошкольного возраста, как умение плохо различать направление своего движения в воде. Очень часто дети не всегда видят и слышат тренера, так как у них ухудшается восприятие в связи с возникающим в воде эмоциональным возбуждением. Необходимо так же учитывать, что возможности ориентирования человека в воде значительно хуже, чем на суше.

 Поэтому не только перед первым занятием, но и на всех последующих тренер проводит с детьми инструктаж: обязательно объясняет и повторяет с детьми правила безопасности и в бассейне, и в раздевалке; говорит о правилах поведения на занятиях; обязательно обговаривает гигиену прохода в бассейн. В дальнейшем выполнение всех этих правил и соблюдение необходимого порядка в бассейне должно постоянно контролироваться. Соблюдение установленных правил является основой предотвращения несчастных случаев на воде. Особенно четкая организация и высокая дисциплина должны быть на занятиях по обучению нырянию.

 Так как занятия проходят по субботам, детей в бассейн приводят и забирают родители. Дети переобуваются в сланцы, оставляют верхнюю одежду в гардеробе и поднимаются в раздевалки (раздевалка для мальчиков и для девочек), складывают свои вещи в шкафчики и в резиновых шапочках идут под душ. Дети моются с мылом и мочалкой, мальчики надевают купальные трусы, девочки закрытые купальники и через душевые заходят в бассейн .

Дети дошкольного возраста не совсем самостоятельны и организованы, поэтому им оказывается помощь со стороны персонала бассейна и дежурных родителей. Взрослые помогают детям открыть кран в душе, отрегулировать воду для купания, насухо вытереться; следят, чтобы дети не забывали свои вещи в раздевалке. А после занятия помогают высушить волосы в раздевалках фенами. Постепенно дети учатся справляться самостоятельно.

 На чаше бассейна проводится построение, перекличка и осмотр детей медсестрой. Затем проводится обязательная разминка и дети по лестнице спускаются в воду.

Место для занятий должно отвечать нормам безопасности и гигиены.

В бассейне поддерживается постоянная температура 29 градусов, температура воздуха 30 градусов. Каждые четыре часа осуществляется контроль за состоянием микрофлоры бассейна.

Занятия с детьми 6-ти лет проводится всегда на первых дорожках. Это обеспечивает, во-первых: надлежащий контроль за детьми со стороны тренера и во вторых: возможность ребёнка, чувствующего себя неуверенно на воде ухватиться за бортик в любой момент.

 На первых занятиях дети проводят в воде не более 30 минут, в это время проводится распределение детей на под группы до 7 человек. Проводится отбор по основным критериям подготовки детей для дальнейших занятий плаванием, (дети отбираются в определенные группы в зависимости от своей подготовки).

 Содержание занятий в своей основе составляют игры и физические упражнения, которые способствуют формированию необходимых навыков и умений в плавании. Как правило для детей дошкольного возраста рекомендуется использовать обучение кролю на спине и на груди, а также упрощенные виды этих способов.

Занятия по плаванию строятся на:

-общефизической подготовке. Это совершенствование физических качеств (силы, выносливости, гибкости, ловкости и быстроты), направленное на всестороннее физическое развитие воспитанника.

-специальной плавательной подготовке. Это дальнейшее развитие физических качеств, функциональных возможностей организма и совершенствование двигательных навыков, направленное на рост спортивных достижений в избранном виде.

Очень важно поддерживать положительное эмоциональное отношение детей к занятиям на всех этапах обучения — стремиться к тому, чтобы упражнения и игры в воде доставляли ребятам удовольствие и радость, побуждали их к самостоятельности, стремлению научиться хорошо плавать.

**Виды занятий.**

В процессе занятий плаванием с детьми дошкольного возраста могут применяться следующие типы занятий: учебное, учебно-игровое; игровое, массового купания, индивидуального обучения, контрольное.

**Учебное занятие***.*Посвящается изучению нового материала.

*Подготовительная част*ь (3-5 минут). Построение детей, объяснение задач по плаванию в доступной форме, выполнение  обще развивающих и подготовительных упражнений (частично  могут  проводиться и в воде), знакомство с подвижными играми.

*Основная часть*(15-30 мин). Изучение нового материала и совершенствование ранее приобретенных навыков с помощью упражнений, игр, эстафет.

*Заключительная часть*(5 мин). Снижение физической и эмоциональной нагрузки. Самостоятельное плавание с индивидуальной работой, т. е. самопроверка освоения материала занятия. Подведение итогов работы.

На каждом последующем занятии целесообразно повторять материал предыдущего для его закрепления.

**Учебно-игровое занятие**.Предполагает изучение новых упражнений и их последующее совершенствование в игре или игровой форме или же совершенствование материала предыдущего занятия. Здесь может быть несколько вариантов.

1.На занятии изучаются новые упражнения или элементы техники, на что отводится определенное время. Далее проводится игра, содержащая только что изученные упражнения, затем эти же упражнения вновь изучаются в учебной форме и т. д.

2.Примерно две трети основной части занятия посвящаются изучению нового материала в учебной форме, после чего в оставшееся время проводится игра, содержащая этот материал и направленная на его дальнейшее изучение и совершенствование.

3.Изучается новый и достаточно сложный материал, после чего проводится игра, не содержащая только что изученные  упражнения, а имеющая главным образом эмоциональную  направленность. Далее проводится другая игра, уже насыщенная движениями, составляющими новый материал. Делается это для физической и психологической разгрузки организма ребенка.

Выбор варианта определяется физической и плавательной подготовленностью занимающихся, степенью освоения материала, температурными условиями, предыдущей или последующей занятостью детей и т. д.

**Игровое занятие**.Содержит игры и развлечения. Задачи такого занятия могут быть самыми различными: изучение и совершенствование нового материала; проверка степени его освоения; эмоциональное воздействие и т.д. Однако, нельзя исключать одно очень важное обстоятельство, которое в работе с дошкольниками может сыграть отрицательную роль в дальнейшем освоении навыков плавания: не следует увлекаться командными и даже сюжетными играми на самых первых занятиях, когда у детей различная степень плавательной подготовленности. Если совершенно неподготовленный к пребыванию в воде ребенок будет настойчиво вовлекаться в такого рода игры, а педагог не будет замечать шалости уже «опытных» детей (например, брызгание в лицо), то подобные вольности могут развить у робкого от природы малыша водобоязнь. Сначала выполняются несложные упражнения, затем они повторяются в игровой форме, далее проводятся игры, с которыми дети предварительно знакомятся на суше, — таков путь детей, впервые вступивших в контакт с «большой» водой. После прохождения начального курса — изучения несложных упражнений — проведение игровых занятий, содержащих уже знакомый материал, становится необходимым и обязательным. Игровые занятия вариативны. Например, изучаются дыхание и скольжения: можно проводить игры, содержащие только скольжения на груди или на спине, и после каждой из них выполнять упражнения на дыхание; возможно чередование игр в такой последовательности: содержащие скольжения на груди, затем с преимущественными выдохами в воду и, наконец, преимущественно со скольжениями на спине. В игровых, как и в любых других, занятиях выполнение упражнений на дыхание строго обязательно.

**Занятие индивидуального обучения***.*Проводят, как правило, родители в естественных условиях или домашних бассейнах. Независимо от условий проведения такое занятие имеет свою специфику и требует тщательной организационной  и методической подготовки.

**Контрольное занятие.**На нем проводится мониторинг плавательных умений. Диагностику целесообразно проводить в тестовой  или в соревновательной форме.

**Занятие массового купания**.Его можно проводить с дошкольниками в летнее время на  естественных  водоемах,  соблюдая при этом необходимые правила. Занятия этого типа, какправило, призваны способствовать закаливанию детей, их активному двигательному развитию,  выработке умения ориентироваться в воде, совершенствованию ранее приобретенных навыков.

 **Планирование плавательной подготовленности детей, посещающих группу по обучению плаванию.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование упражнений** | **Сентябрь** | **Октябрь** | **Ноябрь** | **Декабрь** | **Январь** | **Февраль** | **Март** | **Апрель** | **Май** |
| Упражнения на суше | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |
| Упражнения для освоения с водой | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |
| Упражнения в воде: дыхательные упражнения | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |
| Упражнения по освоению специальных плавательных навыков | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |
| Ныряние в длину |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |
| Контрольные занятия | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |
| Игры и эстафеты на воде | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |
| Праздник на воде, соревнования |  |  |  | **+** |  |  |  |  | **+** |

**Тематический план по обучению плаванию детей.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Тема** | **Количество часов** |
| 1 | Правила поведения и безопасности в бассейне | На каждом занятии |
| 2 | КГН (гигиена прохода в бассейн) | На каждом занятии |
| 3 | Упражнения на дыхание | По мере усвоения |
| 4 | Работа рук и ног у бортика стилем «кроль», «брасс» | По мере усвоения |
| 5 | Погружения под воду (серийное) | По мере усвоения |
| 6 | Работа ног с неподвижной опорой в стиле «кроль», «брасс» | По мере усвоения |
| 7 | Плавание на спине с подвижной опорой в стиле «кроль», «брасс» | По мере усвоения |
| 8 | Плаваем на груди с подвижной опорой в стиле «кроль», «брасс» | По мере усвоения |
| 9 | Лежание на груди с опорой | По мере усвоения |
| 10 | Скольжение на груди с подвижной опорой | По мере усвоения |
| 11 | Упражнения в технике плавания «кроль», «брасс» | По мере усвоения |
| 12 | Скольжение на груди без опоры | По мере усвоения |
| 13 | Работа ногами стилем «кроль», «брасс» без опоры | По мере усвоения |
| 14 | Вход в воду скольжением | По мере усвоения |
| 15 | Координация в работе рук и ног в стиле «кроль», «брасс» | По мере усвоения |
| 16 | Лежание на поверхности воды без опоры | По мере усвоения |
| 17 | Плавание на груди удобным способом | По мере усвоения |
| 18 | На груди с полной координацией удобным способом | По мере усвоения |
| 19 | Отрабатываем навыки плавания удобным способом | По мере усвоения |
| 20 | Скольжение на спине | По мере усвоения |
| 21 | Скольжение и плавание на спине удобным способом | По мере усвоения |
| 22 | Плавание на спине удобным способом | По мере усвоения |
| 23 | Скольжение  и плавание  на спине в стиле «кроль», «брасс» | По мере усвоения |
| 24 | Отрабатываем технику плавания на груди удобным способом | По мере усвоения |
| 25 | Плавание на груди и спине удобным способом | По мере усвоения |
| 26 | Отрабатываем технику плавания удобным способом | По мере усвоения |
| 27 | Играем и плаваем | По мере усвоения |
| 28 | Техника  работы рук  на спине в стиле «кроль», «брасс» | По мере усвоения |
| 29 | Отрабатываем технику плавания удобным способом | По мере усвоения |
| 30 | Скольжение сквозь обруч на груди, на спине | По мере усвоения |
| 31 | Свободное плавание удобным способом | По мере усвоения |
| 32 | Ныряние  сквозь обруч | По мере усвоения |
| 33 | Техника плавания удобным способом | По мере усвоения |
| 34 | Итоговая деятельность | По мере усвоения |
| 35 | Свободное плавание | По мере усвоения |

**Материальное обеспечение.**

**Оборудование для проведения занятий по плаванию**

|  |  |
| --- | --- |
| № | Наименование товара |
|  | **Оборудование для занятий в бассейне** |
| 1. | Ныряющие диски (6 штук, пластик), D=10см |
| 2. | Кольцеброс – поплавок (6 разноцветных колец), D=15см |
| 3. | Ныряющие кольца (6 штук) |
| 4. | Рыбки (тонущие игрушки из резины, 5 штук) |
| 5. | Ныряющие палочки (6 штук), (L=20см) |
| 6. | Дельфин и рыбки (6 шариков с утяжелителем) |
| 7. | «Охота на акул» (1 удочка, 3 разноцветных акулы, 3 рыбки) |
| 8. | Кольцеброс  «Пингвин» (6 колец), D= 15см, 12см, 9см |
| 9. | «Радужные обручи» (4 штуки) |
| 10. | Радужные подводные обручи,кольцеброс и флажки |
| 11. | Ласты резиновые «Золотая рыбка» (26-28 размер) |
| 12. | Ласты резиновые «Малютка» (32-34 размер), СПЭ |
| 13. | Очки для плавания, СПЭ |
| 14. | СПЭ Очки для плавания |
| 15. | Лопатка для плаванья (серповидная) |
| 16. | Шапочки для плаванья |
| 17. | Доска для плаванья в ассортименте, ЭСП |
| 18. | Баскетбольное кольцо со щитом (d =23см), кольцеброс и 4 дельфина (без мяча) для бассейна |
| 19. | Баскетбол 3 в 1 для бассейна  (баскетбольное кольцо без щита, без мяча, 9 разноцветных колец), D= 49см и  d=33см |
| 20. | Баскетбол 2 в 1 для бассейна  (без мяча, 3 флажка, 9 колец)D= 45см и  d=25см |
| 21. | Гимнастический брус для воды (пенопл.), СПЭ |
| 22. | СПЭ Круг "Морские животные" 64 см |
| 23. | СПЭ Круг "Цветной" 76 см |
| 24. | СПЭ Круг 41 см |
| 25. | СПЭ Круг 51 см |
| 26. | СПЭ Круг 61 см |
| 27. | СПЭ Круг 64 см |
| 28. | Тарелка летающая d-22,7 решето |
| 29. | Морские коньки 4 шт. (тонущие игрушки) |
| 30. | Утяжелители на руки 0,2кг (дробь) |
| 31. | Жилет 12020 (46\*43) |
| 32. | Жилет 12027(60\*50) |
| 33. | Нарукавник 2-0007 20\*23 |
| 34. | Нарукавники 10206 |
| 35. | Надувные игрушки в ассортименте |

**Технология мониторинга достижения детьми  планируемых**

**результатов освоения программного материала по физической культуре (плаванию)**

 **Ожидаемые результаты и способы их проверки**

К концу года дети должны:

 *знать* и *соблюдать*:

- основные правила безопасности поведения на воде и в плавательном бассейне;

- правила личной гигиены;

- основы здорового образа жизни;

- правила игр на воде.

*уметь*:

- погружаться в воду с головой, выполнять выдох в воду;

-выполнять упражнения «поплавок», «звездочка» (на спине и на груди);

- выполнять скольжение на груди и на спине с опорой и без, с работой рук, с работой ног;

- плавать способом «кроль на груди», «кроль на спине»;

- проплывать дистанцию 100 метров кролем на спине;

- проплывать 100 метров кролем на груди.

*иметь* представление:

- о разных стилях плавания («кроль на спине», «кроль на груди», «брасс»)

- о водных видах спорта

Способами определения результативности реализации данной программы является тестирование сформированности навыков плавания в виде контрольных упражнений: «поплавок», «звездочка», скольжение в воде с работой ног кроль, плавание кроль на груди и на спине 50 метров.

 Мониторинг проводится тренером  поэтапно  2 раза в год (сентябрь, май) и должен обеспечиваться возможностью оценки динамики достижений детей, сбалансированностью методов, не приводить к переутомлению и не нарушать ход образовательного процесса.

Содержание мониторинга тесно связано с образовательными программами обучения и воспитания детей.

Оценка качества образовательного процесса осуществляется с использованием оценочной шкалы, фиксирующей степень проявления выделенных показателей в уровневом выражении.

Согласно ООП ДОУ нами принята трехуровневая оценка, где:

«Достаточный» -  3 балла.   Ребенок самостоятельно  справляется с заданием.

«Ближе к достаточному»  - 2 балл.  Ребенку требуется минимальная помощь педагога (в виде подсказки, правильности направления).

«Недостаточный» –  1 балл. Ребенок не справляется с заданием, даже после обучающего этапа.

**Инструментарий для проведения мониторига:**

   - методика Г. Лескова, Н. Носкова. «Оценка подготовленности детей по физической культуре» (методические рекомендации инструкторов по физической культуре г.Нижневартовска);

   - методика В. Казаковцева. «Оценивание двигательных навыков по плаванию» (методические рекомендации инструкторов по физической культуре (плаванию) г.Нижневартовска).

**Критерии оценки плавательных навыков детей  6-го года жизни.**

**1. Вдох и выдох в воду**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Длительность выдоха** | **Количество вдохов и выдохов** |
|  | **мальчики** | **девочки** | **мальчики** | **девочки** |
| **Достаточный** | 5,0 сек | 4,5 сек | 6 раз | 5 раз |
| **Близко  к достаточному** | 4,0 сек | 3,5 сек | 5 раз | 4 раза |
| **Недостаточный** | 2,0 сек | 2,0 сек | 4 раза | 3 раза |

***Методика оценки:*** И.П.: стоя в воде, руки на поясе. Сделать вдох, присесть, полностью погружаясь в воду, выдохнуть. Секундомером фиксируется длительность первого по счету выдоха с момента появления пузырьков в воде до окончания выдоха – исчезновения пузырьков. Также отмечается количество выдохов.

Оценка уровней:

* Достаточный – активное пускание пузырей.
* Близко к достаточному - редкие воздушные пузыри
* Недостаточный – нет воздушных пузырей.

**2. Лежание на груди и на спине, упражнение «Звёздочка» или «Поплавок»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Мальчики** | **девочки** |
| **Достаточный** | 7,0 сек | 6,5 сек   |
| **Близко  к достаточному** | 6,0 сек   | 5,5 сек |
| **Недостаточный** | 3,0 сек   | 3,0 сек |

***Методика оценки:***И.п. стоя, ноги врозь, руки в стороны – вверх. Сделать вдох, задержать дыхание, лечь на грудь, лицо опустить в воду. Регистрация времени начинается в момент принятия ребенком горизонтального положения и прекращается в момент опускания ног.

Аналогично проводится оценка умения лежать на спине. При этом затылок должен находиться на воде.

Оценка уровней:

* Достаточный – подбородок прижат к груди; горизонтальное положение тела; руки и ноги вытянуты, свободно лежит на груди и на спине.
* Близко к достаточному – подбородок лежит на поверхности воды; тело прогибается в позвоночнике; руки согнуты в локтях, ноги в коленях.
* Недостаточный – плечи над поверхностью воды, ноги касаются дна.

**3. Скольжение на груди и на спине** «плавание кроль на груди и на спине 50 метров»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **мальчики** | **девочки** |
| **Достаточный** | 4,00 метра | 3,80 метра |
| **Близко  к достаточному** | 3,20 метра | 3,20 метра |
| **Недостаточный** | 2,00 метра | 2,00 метра |

***Методика оценки*:**И.п.: стоя спиной к борту бассейна, руки вытянуты вверх, голова находится между руками. Сделать вдох, наклониться вперед и выполнить толчок обеими ногами от борта.

И.п. при скольжении на спине: стоя лицом к борту, руки вытянуты вверх, голова затылком касается рук. Сделать вдох, присесть, оттолкнуться обеими ногами от борта.

Оба вида скольжения выполняются до полной остановки. Измеряется расстояние от места толчка до кончиков пальцев  рук в момент остановки скольжения.

Оценка уровней:

* Достаточный – сильный толчок от опоры; голова опущена в воду.
* Близко к достаточному – подбородок лежит на поверхности воды.
* Недостаточный – плечи находятся над поверхности воды.

**4. Скольжение на груди и на спине с движениями ног** «скольжение в воде с работой ног кроль 50 метров»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Мальчики** | **Девочки** |
| **Достаточный** | 4,50 метра | 4,00 метра |
| **Близко  к достаточному** | 4,00 метра | 3,50 метра |
| **Недостаточный** | 3,50 метра | 3,00 метра |

***Методика оценки*.** И.п.: стоя, спиной (лицом) к борту бассейна, руки вытянуты вверх. Сделать вдох, присесть, оттолкнуться двумя ногами от борта и во время скольжения на груди (спине) выполнить попеременные движения ногами в стиле кроль. Дыхание произвольное. Расстояние измеряется от места отталкивания до места остановки (по кончикам пальцев вытянутых  вперед рук).

Оценка уровней:

* Достаточный - колени не появляются на поверхности воды, стопы вспенивают воду (на спине). На поверхности воды появляются пятки, вспенивая воду (на груди)
* Близко к достаточному – на поверхности воды появляются колени, при движении ногами образуются брызги (на спине). На поверхности воды появляется голень при движении ногами образуются брызги ( на груди)
* Недостаточный – на поверхности воды появляется бедро, при движении ногами образуются сильные брызги.

**5. Скольжение на груди и на спине с помощью движений ног и рук с выдохом в воду**

«скольжение в воде с работой ног кроль, плавание кроль на груди и на спине 50 метров»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Мальчики** | **Девочки** |
| **Достаточный** | 6,00 метров | 5,50 метров |
| **Близко  к достаточному** | 5,00 метров | 4,50 метров |
| **Недостаточный** | 3,50 метров | 3,00 метра |

***Методика оценки***. И.п.: стоя спиной (лицом) к борту бассейна, руки вытянуты вверх. Сделать вдох, присесть, оттолкнуться двумя ногами и начать скольжение на груди (на спине), одновременно выполняя движения руками и ногами в стиле кроль. Дыхание произвольное. Расстояние измеряется от места отталкивания до места остановки.

Оценка уровней:

* Достаточный - гребок выполняется под животом до бедра. Выдох выполняется в воду ( на груди). Вытянув руки за головой, выполнять гребки руками непрерывно в среднем темпе (на спине)
* Близко к достаточному - гребок выполняется согнутой рукой в локте, выдох неполный.
* Недостаточный – гребковые движения руками прерывистые, выдох не выполняется.

**РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ.**

Перспективный план проведения консультаций с родителями.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **месяц** | **Тема консультации.** | **Форма проведения** |
| сентябрь | «Влияние двигательной активности на физическое развитие и здоровье детей дошкольного возраста» | Папка-передвижка |
| октябрь | «Плавание, как средство повышения    двигательной   активности детей» | гр. род. собрание |
| ноябрь | «Роль родителей в воспитании здорового ребёнка» | Инд. консультация |
| декабрь | «Плавание – средство воспитания дошкольников» | Открытое занятие |
| январь | «Физические упражнения, как средство профилактики нарушений осанки» | Папка-передвижка |
| февраль | «За здоровьем - босиком!» | Папка-передвижка |
| март | «Физическое воспитание в семье» | Открытое занятие |
| апрель | «В здоровом теле-здоровый дух» | Папка-передвижка |
| май | «Техника безопасности при плавании в открытых водоёмах» | Общее род. собрание |

**Список литературы.**

1. Васильев. В. С. Обучение маленьких детей плаванию. М.: ФиС, 1961.

2. Левин Г. Плавание для малышей. Пер. с немецкого. М.: ФиС, 1974.

3. Осокина Т. И. Как научить детей плавать. М., 1959.

4. .Физическая культура в детском саду: Типовая программа. М.: иС, 1984.

5.Чекалдина М. Г. На голубых дорожках плывут малыши — Плавание: Ежегодник. М.: ФиС, 1984.

6. Доронова Т.Н.  Воспитание, образование и развитие детей в детском саду

-М.:  Просвещение 2006.

 7. Змановский Ю.Ф. Авторская программа “Воспитательно-оздоровительная работа в дошкольных учреждениях” // Дошкольное воспитание. 1993.

 8.  Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии. - М., 2004.

 9. Козырева О.В. Лечебная физкультура для дошкольников, Просвещение, 2003.

 10. Маханёва М.Д. Воспитание здорового ребёнка  - М.: АРКТИ, 1997.

 11. Потапук А.А., Дидур М.Д., Осанка и физическое развитие детей. Речь 2001,

 12. Плохута И.А. Здоровьесберегающая образовательная среда: принципы,  организация, мониторинг. - Ханты-Мансийск .:  Г П «Полиграфист», 2005.

13. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду, М.: 2000.

14.  Рыбачук Н. Проект здоровья;  Народное образование, 2002. № 7

15. Коррекционно – педагогическая работа по физическому воспитанию дошкольников с задержкой психического развития. Пособие для практических работников ДОУ. Под общ. ред.  д.м.н. Е.М. Мастюковой. \_ 2-е изд., испр. и  доп.-М.: АРКТИ, 2004.-

16. А.И.Усынина, Г.С.Мельникова Если в семье «особый» ребенок (Дефектологи советуют родителям) С-П. - 1992г.

17. Ю.Е.Антонов, М.Н.Кузнецова, Т.Ф.Саулина Здоровый дошкольник. Социально оздоровительная технология XXI в. М:. -Аркти, 2000г.

18.  Е.А.Стеблева Современный подход к дошкольному воспитанию детей с отклонениями в развитии М:. - 1999г.

19. Б.П.Пузанов Коррекционная педагогика. Основы обучения и воспитания детей с отклонениями в развитии. Мб, - 1999г.

20.  Л.А.Бородин, Р.Д.Назарова Занятия плаванием при сколиозе у детей и подростков М:. - 1988г.

21. В.П.Кащенко Педагогическая коррекция М:. - 1999г.

22.  Е.М Мастюкова Лечебная педагогика. Ранний и дошкольный возраст М:. —1997г.

23. Л.С.Аникин, Э.Н.Вайнер Профилактика и лечебная физкультура при нарушениях осанки и сколиоза у детей. Липецк-1994г.

24.  Физкультура и спорт: малая энциклопедия пер.И.Л.Глейберг М:. -1982г.

25. Т.И.Осокина, Е.А.Тимофеева, Т.Л.Богина Обучение плаванию. В детском саду М.. -1991г.

26. И. М. Новикова «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников».

27. Т.А. Шорыгина «Беседы о здоровье». Методическое пособие.

Используемые ресурсы: интернет ресурсы <https://nsportal.ru>

**II. Содержание образовательной деятельности по дополнительной образовательной программе спортивно-оздоровительного направления «Живу на Волге-умею плавать» в МДОУ «Детский сад №4» Октябрьского района г. Саратова.**

**Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребёнка.**

**2.1. Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»**

Социально-коммуникативное развитие по дополнительной образовательной программе спортивно-оздоровительного направления «Живу на Волге-умею плавать» для детей 6-ти лет.

 **«Социализация. Ребенок в семье и обществе»**

 Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми (в том числе моральным)

• Воспитание нравственно – волевых и коммуникативных качеств, дружеских взаимоотношений детей друг с другом и чувство уверенности в себе.

• Воспитание морально-этических и волевых качеств, становление спортивного характера.

• Воспитывать инициативу, самостоятельность умение доброжелательно и вежливо вести себя в воде (нельзя кричать и толкаться)

• Развивать умение помогать друг другу.

• Продолжать умение четко выполнять все инструкции тренера.

• Вход и выход из воды осуществлять только с разрешения тренера.

«Самообслуживание, самостоятельность, трудовое воспитание»

• Закрепление умения самостоятельно принимать душ без купальных костюмов с мочалкой и мылом.

• Правильное использование предметов для плавания (шапочка, купальник); самостоятельно пользоваться феном.

• Умение самостоятельно убирать после занятий плаванием купальные принадлежности (выжимать их).

• Закрепление умения убирать инвентарь на своё место.

 «Формирование основ безопасности»

Бережем свое здоровье

• Продолжать формировать потребность и осознанное желание в соблюдении правил ухода за телом - пользоваться мочалкой и мылом при принятии душа до и после занятий плаванием

• Формировать понятия о том, что для соблюдения мер безопасности необходимо при передвижении в бассейне пользоваться резиновой обувью; все передвижения в бассейне выполнять только шагом.

Безопасный отдых на природе

• Продолжать знакомить с правилами безопасности на водоемах (купаться только на разрешенных местах под наблюдением взрослых; не заплывать за буйки; пользоваться надувным матрасом; не купаться долго, чтобы не переохладиться)

***2.2*.Образовательная область «Познавательное развитие».**

**Познание. Социальный мир.**

* Формировать интерес к родному городу. Познакомить с достопримечательностями Саратова, включая такие спортивные объекты, как: бассейны и стадионы.
* Расширять представление о малой Родине:

знакомство детей с историческим прошлым и настоящим родного города, с символикой города Саратова и Саратовской области;

 формировать представления о других городах области, реках, природных зонах;

* Формировать у детей знания и представления об образе жизни людей, населяющих Поволжье, их обычаях, традициях, фольклора и национальных костюмах. Воспитывать чувство гордости за своих земляков, которые прославили город, область, в том числе – известных спортсменах.
* Воспитывать нравственно - патриотические качества: гуманизм, гордость, желание сохранить и приумножить богатства своего родного края и страны. Воспитывать любовь к родному городу, уважение к тем людям, которые участвовали в его создании. Знакомить с профессиями людей, которые трудятся на водном транспорте.

**Ознакомление с миром природы.**

* Формирование представлений детей о природном разнообразии и богатстве родного края (реки, озёра, природные зоны – степь, лес и т.д.)
* Формирование знаний о реке Волге, её значении для окружающей природы; о том, что река имеет начало (исток) и конец (устье); о протяжённости реки Волга и крупных городах, расположенных на её берегах; воспитывать чувство гордости за то, что мы живем на Волге.
* Расширение знаний детей о том, кто живет в реке и на ее берегах (животные, птицы, рыбы); водных растениях и растениях, произрастающих по берегам рек.
* Формирование ответственного и бережного отношения к природе; о важности сохранения чистоты водоемов и прилегающих к ним территорий.
* Познакомить детей с Красной книгой Саратовской области, с какой целью она создана, с растениями и животными, занесенными в Красную книгу Саратовской области.

 **Предметное окружение.**

* Познакомить с различными видами водного транспорта и его значимости в жизни людей.
* Формировать знание об истории развития водного транспорта и его видах.

***2.3. Образовательная область «Физическое развитие».***

**Физическое развитие по** дополнительной образовательной программе спортивно-оздоровительного направления «Живу на Волге-умею плавать» для детей 6-ти лет предусматривает:

* Совершенствование физических качеств, таких как сила, гибкость, выносливость, быстрота, ловкость.
* Развивать у детей в двигательной деятельности координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость.
* Проявлять интерес к разнообразным физическим упражнениям, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности.
* Повышение эмоционального тонуса, общее укрепление организма ребенка, формирование правильного дыхания (глубины и ритма), развитие координации движений рук с дыхательными движениями грудной клетки, формирование глубокого ритмичного вдоха и выдоха, развитие координации движений, укрепление мышц позвоночника.
* Формировать у детей навыки рационального дыхания, правильной осанки, профилактики плоскостопия. Способствовать воспитанию морально – волевых качеств : (смелость, настойчивость, решительность).
* Укреплять физическое и психическое здоровье детей.
* Прививать стойкие навыки и привычки в выполнении гигиенических закаливающих процедур, умение сохранять правильную осанку. Понимание и реализация необходимости привести себя в порядок.
* Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения у водоёмов.
* Содействовать оздоровлению и закаливанию детей, их гармоничному физическому развитию.
* Формирование потребности к здоровому образу жизни.

**Реализация целей и задач образовательных областей для детей дошкольного возраста** осуществляется в процессе разнообразных видов детской деятельности (формах активности детей), таких как:

-игровая, включая сюжетно-ролевую игру, игру с правилами и другие виды игры;

-коммуникативная (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками);

 - познавательно-исследовательская (исследования объектов окружающего мира и экспериментирования с ними);

-восприятие художественной литературы и фольклора;

-самообслуживание и элементарный бытовой труд (в помещении и на улице);

-изобразительная (рисование, лепка, аппликация);

-музыкальная (восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, музыкально-ритмические движения);

-двигательная (овладение основными движениями).

|  |  |
| --- | --- |
| **Детская деятельность**  | **Примеры**  |
| **Игровая**  | Сюжетно-ролевые игры, игры с правилами и др. виды игр, создание игровой ситуации по режимным моментам, с использованием литературного произведения, игры с речевым сопровождением, пальчиковые игры, театрализованные игры.  |
| **Речевая**  | Общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками: беседы, ситуативный разговор, речевая ситуация, составление и отгадывание загадок, этюды и постановки, логоритмика  |
| **Познавательно исследовательская** | Исследования объектов окружающего мира и экспериментирование с ними, наблюдения, экскурсии, решение проблемных ситуаций, экспериментирование, коллекционирование, моделирование, реализация проекта, интеллектуальные игры, мини-музеи, увлечения.  |
| **Восприятие художественной****литературы и фольклора** | Знакомство с детской литературой, понимание на слух текстов различных жанров детской литературы, обсуждение, рассказывание, беседы, театрализованная деятельность, викторины, КВН, вопросы и ответы, презентация книжек, выставки в книжном уголке, досуги  |
| **Трудовая,** **самообслуживание и элементарный бытовой**  **труд** | Поручения, задания, самообслуживание, совместные действия. |
| **Изобразительная**  | Рисование, лепка, аппликация: самостоятельная художественная деятельность, мастерская по изготовлению продуктов детского творчества, реализация проектов, детский дизайн, выставки, мини-музеи  |
| **Двигательная** | Утренняя гимнастика и подвижные игры с дыхательными упражнениями; игры-эстафеты; игровые упражнения на закрепление разученных, при обучению плаванию, навыков. |

Все формы вместе и каждая в отдельности могут быть реализованы через сочетание организованных взрослыми и самостоятельно инициируемых свободно выбираемых детьми видов деятельности и обеспечивают активное участие ребенка в образовательном процессе в соответствии со своими возможностями и интересами.

 Дополнительная образовательная программа спортивно-оздоровительного направления «Живу на Волге-умею плавать» реализуется на базе ДОУ в совместной со взрослыми и самостоятельной деятельности детей, а также в форме проектной деятельности.

**Примерный регламент реализации образовательной деятельности дополнительной образовательной программе спортивно-оздоровительного направления «Живу на Волге-умею плавать».**

1. Беседы с детьми в соответствии с содержанием изучаемых тем.

2. Как часть НОД (в соответствии с содержанием изучаемых тем).

3. Проектная деятельность.

4. Совместная образовательная деятельность, осуществляемая во время прогулки (детская исследовательская деятельность).

5. Совместная игровая и продуктивная деятельность (с проведением элементарных опытов и экспериментов).

6. Дидактические, настольно-печатные, сюжетно-ролевые игры в соответствии с содержанием изучаемых тем. Игры и игровые упражнения спортивно-оздоровительной направленности.

7. Чтение художественной литературы, просмотр познавательных роликов, мультфильмов в соответствии с содержанием изучаемых тем.

8. Взаимодействие с родителями

**Старший возраст (6 лет).**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Направления образовательной деятельности | Место в режиме дня | Периодичность | Кол-во времени |
| 1 | Беседы с детьми в соответствии с содержанием изучаемых тем. | Утрен. отрезок времени, II половина дня | 1 раз в неделю | *15-20 минут* |
| 2 | Часть НОД в соответствии с содержанием изучаемых тем. | Утрен/отрезок времени, II половина дня | 1 раз в неделю | *25-30 минут* |
| 3 | Дидактические игры в соответствии с содержанием изучаемых тем. | Утрен/ отрезок времени, II половина дня | 1 раз в неделю | *20 минут* |
| 4 | Чтение художественной литературы в соответствии с содержанием изучаемых тем. | II половина дня | 1 раз в неделю | *20-25 минут* |
| 5 | Взаимодействие с родителями | II половина дня | в соответст с планомв месяц | *30 минут* |
|  | Всего времени (1 день) |  |  | *~ 30 минут* |

**Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.**

На сегодняшний день в МДОУ «Детский сад №4» осуществляется интеграция общественного и семейного воспитания дошкольников с родителями, чьи дети обучаются плаванию по программе «Живу на Волге – умею плавать»

**Задачи:**

1. формирование психолого- педагогических знаний родителей;
2. приобщение родителей к участию в жизни ДОУ;
3. оказание помощи семьям воспитанников в развитии, воспитании и обучении детей;
4. изучение и пропаганда лучшего семейного опыта.

**Система взаимодействия с родителями включает:**

* ознакомление родителей с результатами работы ДОУ и ФОКА на общих родительских собраниях, анализом участия родительской общественности в жизни ДОО;
* ознакомление родителей с содержанием работы ДОУ, направленной на физическое, психическое и социальное развитие ребенка;
* участие в составлении планов: спортивных и культурно-массовых мероприятий, работы родительского комитета;
* целенаправленную работу, пропагандирующую общественное дошкольное воспитание в его разных формах.

 Одним из важных условий реализации дополнительной образовательной программы спортивно-оздоровительного направления «Живу на Волге-умею плавать» является сотрудничество педагогов с семьей: дети, воспитатели и родители — главные участники педагогического процесса.

Тесное сотрудничество с семьей делает успешной работу Учреждения. Только в диалоге обе стороны могут узнать, как ребенок ведет себя в другой жизненной среде. Прекрасную возможность для обоюдного познания воспитательного потенциала дают: специально организуемая социально-педагогическая диагностика с использованием бесед, анкетирования; организация дней открытых дверей в детском саду и на базе ФОКа МОУ «СОШ №97»; разнообразные собрания-встречи, ориентированные на знакомство с достижениями и трудностями воспитывающих детей сторон. Информацию о ходе образовательного процесса родители получают не только через такие формы работы, как дни открытых дверей и собрания, но и спортивные соревнования и праздники; и такие виды совместной деятельности, как – досуги и развлечения, экскурсии, проектная деятельность, семейный театр, участие в выставках и конкурсах на различных уровнях.

Обмен информацией о ребенке является основой для воспитательного партнерства между родителями (законными представителями) и воспитателями, то есть для открытого, доверительного и интенсивного сотрудничества обеих сторон в общем деле образования и воспитания детей. Такое информирование происходит при непосредственном общении (в ходе бесед, консультаций, на собраниях) либо опосредованно, при получении информации из различных источников: стендов, официального интернет-сайта детского сада. Взаимодействие с семьей в духе партнерства в деле образования и воспитания детей является предпосылкой для обеспечения их полноценного развития.

*Основные направления и формы взаимодействия с семьёй раскрыты в Программе «От рождения до школы» на страницах 148-150.*

**Список литературы.**

1. Программа «От рождения до школы» под ред.Н.Е.Вераксы
2. «Социально-личностное развитие дошкольников» Загуменная Л.А.
3. Горькова Л. Г. «Сценарии занятий по экологическому воспитанию дошкольников»
4. Горбатенко О. Ф. «Система экологического воспитания в дошкольных образовательных учреждениях»
5. Николаева С. Н. «Юный эколог»
6. «Формы оздоровления детей 4-7 лет» Е.И. Подольская
7. «Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей». Н.В. Сократов
8. «Игры и развлечения детей на воздухе» Осокина Т. И.
9. «Актуальные проблемы эколого-оздоровительной работы с детьми» сб. науч. тр. и науч.-метод. разраб. по итогам всерос. науч.-практ. конф., Волгоград
10. Дополнительная образовательная программа ГБУ СОДО «Областной центр экологии, краеведения и туризма» «Маленький эколог»
11. Интернет- сайты: <http://kinklub.com>; <http://ladushki.ru>; <http://playroom.com.ru>; <http://www.babylib.by.ru>; <http://potomy.ru>; <http://ru.wikipedia.org>.

**Приложение 1.**

**Перспективное планирование занятий по плаванию по месяцам**

**Сентябрь**

**1 неделя:** Цель: Выявить уровень подготовленности детей. Закреплять правила поведения в бассейне, добиваться их выполнения. КГН.

Ход: Маленькие и большие, Цапли, Лодочка, Лошадки, Кто выше, Моторчики, Кто больше пузырей, Игра «Море волнуется».

**2 неделя:** Цель: Отрабатывать работу рук и ног у бортика. Закреплять вход в воду скольжением. Добиваться четкого выполнения команд. Воспитывать дисциплинированность. Ход: Ходьба в построении, Медуза, Цапли, Лягушки, Медуза кругом, Моторчики, Стрелка, Торпеда, Игра «Лягушки и щуки».

**3 неделя:** Цель: Продолжать учить выполнять 10-12 погружений. Задерживать дыхание на длительное время. Координировать движения рук и ног при плавании. Воспитывать выносливость. Ход: Лодочка, Гуси, Цирковые лошадки, Медуза кругом, Лягушки, Торпеда, Спрячься, Стрелка, Игра «Поезд в тоннель».

**4 неделя:** Цель: Отрабатывать движения ног при плавании на мяче. Упражняться в глубоком дыхании при плавании. Воспитывать решительность. Ход: Проплыви дальше, Стрелка, Пружинка, Моторчики, Смелые ребята, Игра «Эстафета с нырянием».

**Октябрь**

**1 неделя:** Цель: Учить плавать на спине с помощью «цепочки». Выполнять 10-12 погружений подряд, дышать при этом ритмично, плавно выдыхать в воду. Воспитывать организованность. Ход: Ходьба в построении, Стрелка, Смелые ребята, Спрячься, Торпеда, Бакен, Игра «Водолазы».

**2 неделя:** Цель: Закреплять умение лежать на груди на «цепочке». Учить скользить на спине. Упражнять в задержке дыхания. Воспитывать ловкость. Ход: Ходьба в построении, Гуси, Зайцы, Дельфины, Стрелка, Бакен, Пружинка, Кто больше пузырей, Игра «Жучок-паучок».

**3 неделя:** Цель: Закреплять умение лежать на груди с цепочкой. Скользить на спине. Делать полный выдох в воду. Закреплять правила поведения в воде. Воспитывать дисциплинированность. Ход: Ходьба в построении, Лодочка, Медуза, Смелые ребята, Стрелка, Дыши правильно, Игра «Охотники и утки».

**4 неделя:** Цель: Лежать на груди с цепочкой. Упражняться в скольжении на груди с мячом. Упражняться в заныривании. Воспитывать желание заниматься. Ход: Ледокол, Медуза, Кувырок, Волчок, Озорные лягушата, Тюлени, Бакен, Поезд в тоннель, Игра «Хоровод».

**Ноябрь**

**1 неделя:** Цель: Лежать на спине без поддержки. Плавать на груди и спине с полной координацией. Воспитывать выдержку, смелость. Ход: Упражнения с хлопками, Лошадки, Ледокол, Медуза, Спрячься, Игра «Коробочка».

**2 неделя:** Цель: Закреплять умение скользить на груди. Выполнять упражнения на дыхание. Использовать навыки и умения в играх. Ход: Ледокол, Кто быстрее, Спрячься, Стрелка, Дельфины, Торпеда, Игра «Ловишки с поплавком».

**3 неделя:** Цель: Закреплять умение работать ногами, стиль «кроль». Плавать под водой в очках. Закреплять правила поведения в воде. Воспитывать организованность. Ход: Упражнения с мячом, Дельфины, Лошадки, Торпеда. Волчок, Покажи пятки, Игра «Услышь свисток».

**4 неделя:** Цель: Упражняться в заныривании. Скользить на груди и спине сквозь обруч. Упражняться в плавании любым способом. Ход: Упражнения с хлопками, Поезд в тоннель, Моторчики, Стрелка, Пружинка, Игра-соревнование «Мы пловцы»

**Декабрь**

**1 неделя:** Цель: Закреплять умение работать ногами, лежа на спине. Упражнять в задержке дыхания. Уверенно чувствовать себя в воде. Ход: Ходьба в построении, Ледокол, Озорные лягушата, Волчок, Торпеда, Спрячься, Стрелка, Пружинка, Игра «Верхом на мяч».

**2 неделя:** Цель: Отрабатывать движения рук и ног лежа на груди у бортика. Использовать полученные навыки в свободном плавании. Плавать любым способом. Ход: Ледокол, Большие и маленькие, Медуза, Моторчики, Стрелка, Игра «Коробочка»

**3 неделя:** Цель: Лежать на спине с цепочкой. Держаться на воде. Плавать с полной координацией. Воспитывать смелость, решительность. Ход: Упражнения в кругу, Поплавок, Медуза, Вертушка, Звездочка, уточка, Моторчики, Игра «Хоровод».

**4 неделя:** Цель: **Праздник на воде, соревнования.** Учить использовать навыки и умения в играх. Доставить детям радость от общения с водой. Ход: Ледокол, Медуза, Кувырок, Волчок, Озорные лягушата, Тюлени, Бакен, Поезд в тоннель, Игра «Хоровод».

**Январь**

**1 неделя:** Цель: Закреплять умение держаться на воде – упражнение «Звездочка». Задерживать дыхание на длительное время. Воспитывать выносливость. Ход: Поплавок, Медуза, Звездочка, Вертушка, Уточка, Игра «Кто дальше».

**2 неделя:** Цель: Плавать на спине с полной координацией. Упражняться в задержке дыхания. Закреплять правила поведения в воде. Воспитывать дисциплинированность. Ход: Ледокол, Лошадка, Поплавок, Звездочка, Медуза, Уточка, Вертушка, Поезд в тоннель, Игра «Коробочка».

**3 неделя:** Ход: Лодочка, Ледокол, Лошадка, Воробушки, Поплавок, Медуза, Звездочка, Пружинка, Игра «Зеркальце».

**4 неделя:** Ход: Ходьба в построении, Воробушки, Медуза, Ледокол, Дельфины, Стрелка, Спрячься, Поплавок, Звездочка, Игра «Эстафета с нырянием».

**Февраль**

**1 неделя:** Цель: Продолжать погружаться под воду с головой 10-12 раз подряд. Отрабатывать движения рук у бортика. Упражняться в задержке дыхания. Воспитывать выносливость. Ход: Ходьба в построении, Медуза, Ледокол, Спрячься, Моторчики, Стрелка, Игра «Охотники и утки».

**2 неделя:** Цель: Учить скользить или плавать работая ногами. Продолжать скользить с заныриванием сквозь обруч. Добиваться правильного, плавного скольжения, без брызг. Ход: Ходьба в построении, Лошадки, Стрелка, Цапли, Лошадки, Спрячься, Поезд в тоннель, Игра «Юные подводники».

**3 неделя:** Цель: Входить в воду скольжением. Упражняться в скольжении сквозь обруч различными способами. Четко выполнять упражнения. Ход: Ходьба в построении, Медуза, Цапли, Ледокол, Лягушки, Игра «Хоровод».

**4 неделя:** Цель: Скользить под водой, задерживая дыхание. Скользить на спине с «цепочкой». Принимать горизонтальное положение на спине. Воспитывать уверенность. Ход: Ходьба в построении, Крокодилы, Лодочка, Цапли, Медуза, Спрячься, Торпеда, Стрелка, Игра «Щука и лягушки».

**Март**

**1 неделя:** Цель: Учить выполнять упражнения и движения с большей активностью. Скользить под водой, задерживая дыхание на длительное время. Воспитывать желание добиваться новых результатов. Ход: Мышки и великаны, Морские коньки, Стрелка, Кто дальше, Волчек, Поплавок, Звездочка, Игра «Морской бой».

**2 неделя:** Цель: Отрабатывать технику плавания на груди. Выполнять 10-12 погружений по сигналу инструктора. Скользить на груди на расстояние. Воспитывать самостоятельность. Ход: Ходьба в построении, Зайцы, Спрячься, Стрелка, Тюлени, Игра «Буксир».

**3 неделя:** Цель: Продолжать отрабатывать технику плавания. Продолжать учить скользить сквозь обруч плавно, без брызг. Закреплять правила поведения в бассейне. Ход: Гуси, Лошадки, Упражнения с мячом, Моторчки, Звездочка, Поплавок, Игра «Лягушки и цапли».

**4 неделя:** Цель: Учить использовать полученные навыки в играх-соревнованиях. Скользить на груди без поддержки. Воспитывать умение естественно передвигаться в воде. Ход: Стрелка, Игра «Буксир», Игра «Водолазы», «Угадай по названию».

**Апрель**

**1 неделя:** Цель: Учить плавать с полной координацией рук и ног, используя полученные навыки. Закрепить упражнение «Звездочка». Воспитывать смелость, чувствовать сопротивление воды. Ход: Лодочка, Ледокол, Медуза, Поезд в тоннель, Моторчики, Звездочка, Игра «Буксир».

**2 неделя:** Цель: Продолжать учить плавать с полной координацией рук и ног. Упражняться в погружении под воду 10 – 12 раз подряд. Воспитывать желание добиваться новых результатов. Ход: Ходьба и бег парами, Лягушки, Ледокол, Дельфины, Спрячься, Смелые ребята, Стрелка, Игра «Хоровод».

**3 неделя:** Цель: Продолжать учить плавать в очках. Учить использовать полученные навыки плавания в играх. Воспитывать самостоятельность в выборе и организации игры. Ход: Ходьба в построении, Зайцы, Крабы, Ледокол, Дельфины, Спрячься, Смелые ребята, Пружинка, Игра «Ловишки с мячом».

**4 неделя:** Цель: Продолжать учить плавать – скользить на груди и спине. Отрабатывать работу ног, воспитывать смелость, внимательность. Ход: Мышки и великаны, Ходьба в построении, Спрячься, Торпеда, Моторчики, Смелые ребята, Игра «Буксир».

**Май**

**1 неделя:** Цель: Продолжать учить входить в воду скольжением. Выполнять все упражнения четко, с большой активностью. Воспитывать организованность. Ход: Ходьба в построении, Медуза, Цапли, Гуси, Дельфины, Игра «Эстафета с нырянием».

**2 неделя:** Цель: Итоговое занятие: - плавать или держаться на воде без поддерживающих средств любым способом. Ход: Ходьба в построении, Цапли, Ледокол, Спрячься, Покажи пятки, Поезд в тоннель, Игра «Щучки и лягушки».

**3 неделя:** Цель: Продолжать упражняться в выполнении знакомых упражнений. Скользить сквозь обруч с заныриванием. Воспитывать желание заниматься. Ход: Крокодилы, Гуси, Зайцы, Поплавок, Звездочка, Медуза, Игра «Кто дольше под водой». Игра «Кто дольше под водой».

**4 неделя:** Спортивный досуг «Веселые дельфины». Цель: использовать полученные умения и навыки в играх. Упражняться в плавании. Ход: Поезд в тоннель, Поплавок, Медуза, Звездочка, Игра «Щучки и лягушки».

**Приложение 2.**

**Комплексно-тематическое планирование в МДОУ «Детский сад №4»**

**по дополнительной образовательной программе спортивно-оздоровительного направления «Живу на Волге-умею плавать» (подготовительная группа)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Период** | **Тема**  | **Цель**  | **Форма проведения**  |
| Сентябрь  | «Саратов – город на Волге»  | Выявить уровень представлений детей о родном городе, его достопримечательностях, людях. Закреплять представления о ближайшем окружении, развивать умение составлять небольшие рассказы из личного опыта с опорой на схему. | Беседы с детьми о городе, его достопримечательностях. Экскурсия в мини-музей.Дидактические игры:«Назови правильно», «Разрезное лото»Просмотр презентации: «Путешествие по городу Саратову»Чтение рассказов о городе Саратове, слушание песен. |
| Ноябрь | «Наша страна Россия. Великая российская река Волга» | Расширить представления детей о природном разнообразии и богатстве родного края, о Волге как главной реке страны; о крупных городах, расположенных на её берегах. Воспитывать чувство гордости за то, что мы живем на Волге.  | Чтение художественной литературы, знакомство с картой РФ; просмотр познавательных видеороликов, рассматривание репродукций художников.  |
| Декабрь | «Кто как зимует? У воды и под водой» | Продолжать расширять знания детей о том, как зимуют рыбы и живущие у воды животные и птицы» |  Проектная деятельность.Беседы, викторины. Экскурсия в ГБУ СОДО «Областной центр экологии, краеведения и туризма»Дидактические игры «Кто где живёт?», «Узнай по описанию», Отгадывание загадок. |
| Февраль  | «О море, море!»  | Формировать знания детей о том, что река Волга впадает в Каспийское море; формировать умение отличать море и реку. | Беседы, чтение рассказов, рассматривание иллюстраций, карт водных бассейнов России – рек и морей |
| Март | «Все профессии важны!»  | Знакомить с профессиями людей, которые трудятся на водном транспорте. | Беседы с детьми о профессиях, чтение рассказов, дидактические и гры «Назови профессию» «Кому нужно (чьё это?) и зачем?», сюжетно-ролевая игра «Моряки», конструирование «Кораблики»  |
| Май | «Спасем нашу Волгу» | Формировать знания детей о важности сохранения чистоты реки. Воспитывать бережное отношение к воде, экономное использование водных ресурсов. |  Проектная деятельность.Проведение НОД экологической направленности (с проведением экологических акций, водосбережения).Чтение экологических сказок. |
| Июнь | «ОБЖ» (правила безопасного поведения вблизи водоёмов) | Формировать знания детей о безопасном поведении вблизи водоёмов. | Профилактические беседы по закреплению основ безопасности жизнедеятельности человека во время летнего отдыха; о необходимости соблюдать правила безопасного поведения возле водоёмов. Знакомство детей с правилами оказания первой помощи при ушибах и порезах острыми предметами |
| «Да здравствует вода!» | Комплексный подход к пониманию значения воды, ее назначению и пользе. | Беседы о пользе закаливающих мероприятий (обливание ног, купание в бассейне на территории д. сада); о водных видах спорта (различные виды плавания: синхронное, прыжки в воду и т.д.: парусный спорт, гребля, водные лыжи, водное поло и т.д.).Чтение художественной литературы о пользе занятий плаваньем, активными видами отдыха у водоёмов (туризм, рыбалка и т.д.).Рассматривание иллюстраций по теме: «Летние игры», «Водные виды спорта» и т.д. |
| Июль | «На воде и под водой» | Продолжать расширять знания детей о том, кто живёт в реке и на её берегах (животные, птицы, рыбы, растения) | Беседы о том, кто из животных и птиц живёт у воды (на р.Волга) и почему (значение реки в их жизни). Знакомство с редкими растениями (водяной орех, речной лотос) и рыбами (стерлядь и белуга). Чтение рассказов (сказок), разучивание коротких стихов (потешек) о водных обитателях. Дидактические игры: «Кто где живёт? (Земля, вода, воздух), «Узнай по описанию», «Чей ребёнок?», «Что вначале, что потом?» |
|  | «Берегите воду» | Формировать знания детей о важности сохранения чистоты рек и озер (водоёмов). Воспитывать бережное отношение к воде, экономное использование водных ресурсов. | Беседы «Откуда вода в доме?», «Почему в реке так много воды?», «Зачем беречь воду?», «Почему Волгу надо беречь?», «Куда течёт река?». Чтение экологических сказок (Н. Рыжова «Как люди речку обидели», «Жила-была река», «Как Вовка живую воду искал» и т.д.) Дидактические (настольно-печатные) «Воздух, земля, вода», «Игра в слова: подбери слово… (водный, водная, водяной…», «Что в начале, что потом?» (ручей, речушка, река, море). Просмотр познавательных роликов «Издалека долго, течёт река Волга…», мультфильмов «Путешествие Капитошки» и др. |
| Август | «Как я провел лето» | Формировать у детей интерес к разным видам летнего отдыха, к здоровому образу жизни, желанию заниматься спортом, вести активный образ жизни.Развитие творческих способностей взрослых и детей в процессе совместной деятельности, любознательности, наблюдательности. | Конкурс семейных (групповых) стенгазет.Мероприятия, направленные на активизацию положительных эмоций детей в период летнего отдыха (развлечения, физ.досуги, выступление театра кукол); экскурсии по ближайшему окружению; беседы на тему летнего отдыха. |

****