

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 142 города Пензы «Мечта»**

«ПРИНЯТА»

педагогическим Советом
МБДОУ № 142 г. Пензы «Мечта»
Протокол № 1 /от 30.08. 2023 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий
МБДОУ № 142 г. Пензы «Мечта»

М.В. Расулова
от 30.08.2023г.

**Рабочая адаптированная образовательная программа
дошкольного образования для обучающихся
с тяжёлыми нарушениями речи (5 – 7 лет)
инструктора по физической культуре (бассейн)
Буряковой Виты Юрьевны**

г. Пенза, 2023г.

Содержание

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	
1.1 Пояснительная записка.....	3
1.2 Цель, задачи рабочей программы по обучению плаванию.....	5
1.3 Принципы и подходы к формированию рабочей программы.....	7
1.4 Значимые характеристики для реализации рабочей программы.....	9
1.5 Возрастные особенности воспитанников с ТНР, обучающихся плаванию в филиале МБДОУ №142.....	9
1.6 Особенности развития детей с ТНР.....	11
1.7 Планируемые результаты.....	13
1.8 Особенности организации педагогической диагностики.....	16
II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	
2.1 Задачи в соответствии с возрастными особенностями воспитанников в образовательной области «Физическое развитие».....	18
2.2 Взаимосвязь с другими образовательными областями.....	24
2.3 Формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы по обучению плаванию.....	25
2.4 Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре в решении задач по обучению плаванию детей дошкольного возраста с ТНР, с другими специалистами детского сада.....	28
2.5 Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.....	29
III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	
3.1 Материально-техническое обеспечение рабочей программы по обучению плаванию.....	30
3.2 Комплекс условий для реализации рабочей программы по обучению плаванию.....	33
3.3 Методическое обеспечение образовательной области «Физическое развитие» по обучению детей плаванию.....	36
Приложение.....	38

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 Пояснительная записка.

Рабочая адаптированная программа инструктора по плаванию для детей с тяжелыми нарушениями речи (5-7 лет) (далее ТНР) составлена на основе программ:

-«Адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования (далее АООП ДО) для детей с ТНР филиала «Сказочный дом» Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения (далее МБДОУ) детского сада № 142 города Пенза «Мечта»;

-« Примерная адаптированная основная образовательная программа для дошкольников с ТНР» под редакцией профессора Л.В. Лопатиной.

Данная рабочая программа составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами:

-Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказа Минобрнауки России от 17.10.2013 года №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;

- Постановления Главного государственного санитарного врача России от 15.05.2013г. №2 об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных организаций».

Рабочая программа носит коррекционно-развивающий характер. Она предназначена для обучения плаванию, детей старшего дошкольного возраста (5-7 лет) (с ТНР). Рабочая программа определяет содержание работы по обучению плаванию, условия и формы коррекционно-педагогической помощи детям дошкольного возраста с ТНР. ТНР у детей с нормальным слухом и сохранным интеллектом представляет собой системное нарушение речевой деятельности, сложные речевые расстройства, при которых у детей нарушено формирование всех компонентов речевой системы, касающихся и звуковой, и смысловой сторон. Что трактуется как общее недоразвитие речи (далее ОНР). Речевая недостаточность при ОНР у дошкольников определяется четырьмя уровнями речевого развития и может варьироваться от полного отсутствия речи до развернутой речи с выраженными проявлениями лексико-грамматического и фонетико-фонематического недоразвития.

Рабочая программа учитывает:

-индивидуальные потребности ребенка, связанные с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья, определяющие особые условия получения им образования (особые образовательные потребности), индивидуальные потребности отдельных категорий детей, в том числе с ограниченными возможностями здоровья;

-возможность освоения ребенком рабочей программы на разных этапах ее реализации;

- возможность освоения рабочей программы детьми с ТНР.

Приоритетное направление - использование инновационных подходов в организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста с ТНР.

Данная рабочая программа реализуется на базе образовательного учреждения филиал МБДОУ детского сада № 142 г. Пенза. Плавание является уникальным видом физических упражнений, превосходным средством для развития и совершенствования физических

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

Одно из важнейших значений массового обучения плаванию детей дошкольного возраста – это залог безопасности на воде, осознанного безопасного поведения. Умение плавать приобретенное в детстве сохраняется на всю жизнь. И от того насколько будет эффективней процесс обучения, зависит сознательное отношение подрастающего поколения к себе, к своему здоровью. Обеспечение начального обучения плаванию представляет одну из самых важных целей в области физического развития.

Обязательная часть рабочей программы по обучению плаванию детей дошкольного возраста с ТНР, реализуется по образовательной области «Физическое развитие» в соответствии с АООП ДО для обучающихся с ТНР. Образовательная деятельность осуществляется в процессе организации видов детской деятельности: двигательной, игровой, коммуникативной, трудовой.

Вариативная часть формируется на основе парциальной программы Е.Ф. Купецковой «Здоровый дошкольник». А так же с учетом рекомендаций отраженных в программе:

- «Обучение плаванию в детском саду» /под редакцией Т.И. Осокиной, Е.А. Тимофеевой, Т.Л. Богиной;

Срок реализации программы: 2года.

В рабочей программе по обучению плаванию детей дошкольного возраста с ТНР:

- определены возможности развития дыхательной функции (через водную среду), как одной из основной при постановке речевого дыхания у дошкольников (диафрагмального, продолжительного, сильного, постепенного), согласованность дыхания и движения при плавании;
- представлены методы коррекционной работы программы в повышении уровня здоровья детей с общим недоразвитием речи в условиях бассейна детского сада;
- обоснованы комплекс средств, форм занятий, приемы коррекции и оздоровления, реализации индивидуально - дифференцированного подхода;
- определено влияние серии коррекционно-развивающих и оздоровительных методов, направленных на повышение уровня здоровья детей с общим недоразвитием речи в условиях детского сада, и семей воспитанников.

В бассейне детского сада успешно решаются задачи коррекционного характера. Совместная работа психолога, логопеда, музыкального руководителя, инструктора по физической культуре и инструктора по плаванию делают занятия в бассейне эмоциональными и интересными.

Проводятся тематические досуги и спортивные праздники на воде. Всё это позитивно влияют на психическую и эмоциональную сферу детей, обеспечивая высокий уровень

усвоения программы, и решается главная задача оздоровления детей в детском саду через обучение плаванию.

1.2 Цель, задачи рабочей программы по обучению плаванию.

Цель рабочей программы – создание благоприятных условий для оздоровления, закаливания, и обеспечения всестороннего развития психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями дошкольников.

Задачи:

- 1) Освоение основных навыков плавания.
- 2) Развитие физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости, силы и др.).
- 3) Воспитывать умение владеть своим телом в непривычной среде; потребность в дальнейших занятиях плаванием.
- 4) Воспитание привычки и любви к пользованию водой, потребности в дальнейших занятиях плаванием.
- 5) Способствовать оздоровлению организма.
- 6) Формирование стойких гигиенических навыков.

Правильно организованный процесс обучения плаванию оказывает разностороннее развивающее влияние на детей и имеет высокий образовательновоспитательный эффект. Увеличивается объем не только двигательных умений и навыков, но и знаний, развиваются физические качества и умственные способности детей, воспитываются нравственные и эстетические чувства, волевые качества, вырабатывается осознанное и ответственное отношение к своим поступкам, к взаимоотношениям со сверстниками.

Цели начального обучения плаванию:

1. Научить детей уверенно и безбоязненно держаться на воде.
2. Максимально использовать все факторы, способствующие укреплению здоровья детей и их физическому развитию.
3. Заложить прочную основу для дальнейшей образовательной деятельности по обучению плаванию, привить интерес, любовь к воде.

Задачи обучения:

- Учить, не бояться входить в воду, играть и плескаться в ней.
- Учить передвигаться по дну бассейна различными способами.
- Учить погружаться в воду, открывать в ней глаза; передвигаться и ориентироваться под водой.
- Учить выдоху в воде.
- Учить лежать в воде на груди и на спине.
- Учить скольжению в воде на груди и на спине.
- Учить выполнять попеременные движения ногами во время скольжения на груди и на спине.
- Учить выполнять попеременные и одновременные движения руками во время скольжения на груди и на спине.

- Учить сочетать движения руками и ногами при скольжении на груди и на спине.

В рабочей программе выделена закономерность поэтапного формирования соответствующих навыков плавания на основе использования системы упражнений и игр. Оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи физического воспитания решаются на основе приобретения нового социального опыта - освоения водной среды обитания, которая предъявляет особые требования к двигательным способностям ребенка. **Цель коррекционно-логопедической работы** – возможность освоения детьми с речевыми нарушениями образовательной программы дошкольного образования.

Достижение поставленной цели предусматривает решение следующих задач:

- 1) Способствовать охране и укреплению физического и психического здоровья детей с ОВЗ, в том числе их эмоционального благополучия.
- 2) Способствовать закаливанию организма с целью укрепления сердечно – сосудистой и нервной систем, улучшения деятельности органов дыхания, обмена веществ в организме.
- 3) Способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата, формирование правильной осанки.
- 4) Способствовать созданию условий для целесообразной двигательной активности детей.
- 5) Способствовать непрерывному совершенствованию двигательных умений и навыков с учетом возрастных особенностей.
- 6) Способствовать развитию физических качеств - быстроты, силы, выносливости, гибкости, координационных способностей, умения сохранять равновесие.
- 7) Способствовать воспитанию нравственно-волевых качеств, таких, как смелость, настойчивость, уверенность в себе.
- 8) Способствовать формированию широкого круга игровых действий, знаний о здоровом образе жизни.
- 9) Формировать элементарные навыки плавания и знаний о способах плавания.
- 10) Обеспечить умение владеть своим телом в непривычной среде.
- 11) Формировать привычку культурно-гигиенических навыков.
- 12) Формировать интерес к активной двигательной деятельности и потребности в ней.
- 13) Обеспечивать психолого-педагогическую поддержку семьи и повышать компетентность родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей с ТНР.

Успешное решение поставленных задач возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физического воспитания: рациональный режим, питание, закаливание (в повседневной жизни; специальные меры закаливания) и движение (различные виды гимнастик, развивающие упражнения, спортивные игры).

В группах компенсирующей направленности, коррекционное направление работы является приоритетным, так как целью его является выравнивание речевого и психофизического развития детей. При построении системы коррекционно-развивающей работы в группах компенсирующей направленности, предусматривается полное взаимодействие всех специалистов ДООУ и родителей (законных представителей) дошкольников. Все специалисты следят за речью и закрепляют речевые навыки, сформированные учителем-логопедом.

1.3 Принципы и подходы к формированию рабочей программы.

1. Принцип развивающего образования - обогащение (амплификация) детского развития.
2. Принцип научной обоснованности и практической применимости – содержание соответствует базовым положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики.
3. Принцип полноты, необходимости и достаточности – позволяет решать поставленные цели и задачи на необходимом и достаточном материале, максимально приближаться к разумному «минимуму», предполагает сотрудничество ДООУ и семей воспитанников.
4. Принцип системности и непрерывности:
 - полноценное проживание ребенком всех этапов детства,
 - наличие единых линий развития и воспитания для детей всех возрастных категорий в ДООУ, взаимосвязь и преемственность всех ступеней дошкольного образования в ДООУ.
5. Принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, а также спецификой этих областей.
6. Принцип комплексно-тематического построения образовательного процесса – использование разнообразных форм работы с детьми, обусловленных возрастными особенностями.

Рациональная методика обучения плаванию базируется на общих педагогических принципах:

- **принцип сознательности и активности** – предполагает устойчивый интерес и активное участие в занятиях плаванием;
- **принцип наглядности** – предполагает использование наглядных пособий, ориентиров, образных выражений, заданий предметного характера, которые создают условия более четкого ощущения, воспитания, представления движений в воде и их совершенствование;
- **принцип доступности** – предполагает постепенное возрастание требований, соответствующих психологической, физической, координационной готовности к обучению;
- **принцип индивидуального подхода** – обеспечивает учет индивидуальных способностей и возможностей ребенка в процессе обучения;

- **принцип постепенности в повышении требований** – предполагает определенную методическую последовательность в освоении навыка плавания – от легкого к трудному, от простого к сложному; применение широкого круга упражнений, движений и использование игрового метода для разнообразия процесса обучения.

Формирование рабочей программы основано на следующих подходах

- 1. Самоценность детства** – рассматривается как период жизни человека значимый сам по себе, без всяких условий.
- 2. Субъектно-деятельностный подход** заключается в признании ребенка активным субъектом многообразных форм произвольной активности. Качествами, характеризующими ребенка как субъект деятельности, являются:
 - активность и избирательная направленность;
 - инициативность;
 - свобода выбора;
 - самостоятельность;
 - коммуникативность;
 - творчество.
- 3. Личностно-ориентированные подходы:**
 - содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений, разностороннее, свободное и творческое развитие каждого ребенка, реализация их природного потенциала, обеспечение комфортных, бесконфликтных и безопасных условий развития воспитанников;
 - целостное развитие дошкольников и готовность личности к дальнейшему развитию;
 - поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
 - психологическая защищенность ребенка, обеспечение эмоционального комфорта, создание условий для самореализации;
 - развитие ребенка в соответствии с его склонностями, интересами и возможностями, создание условий для воспитания и обучения каждого воспитанника с учетом индивидуальных особенностей его развития (дифференциация индивидуализация).
- 4. Системно - деятельностные подходы:**
 - построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
 - формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности, организация детской деятельности, в процессе которой они самостоятельно делают «открытия», узнают новое путем решения проблемных задач;
 - креативность – «выращивание» у воспитанников способности переносить полученные знания в ситуации самостоятельной деятельности, инициировать и

- поощрять потребность детей самостоятельно находить решения нестандартных задач и проблемных ситуаций;
- овладение культурой – приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества, государства, обеспечить способность ребенка ориентироваться в мире и действовать (или вести себя) в соответствии с интересами и ожиданиями других людей, социальных групп, общества в целом.

1.4 Значимые характеристики для реализации рабочей программы.

В последние годы увеличивается количество детей с нарушениями речи. Для детей с ТНР, в филиале МБДОУ детского сада № 142 функционируют две группы компенсирующей направленности (5-6 и 6-7 лет).

В группах компенсирующей направленности работают 10 педагогов, среди них:

✓ Воспитатели – 4 человека,

✓ Специалисты:

музыкальный руководитель – 2,

учитель логопед – 2,

инструктор по физической культуре – 2.

Образовательный процесс осуществляется:

- по режимам, с учётом тёплого и холодного периода года;
- группа функционирует в режиме 5-дневной рабочей недели.

Контингент воспитанников: возрастная категория детей групп с ТНР - от 5 до 7 лет.

Группы формируются в результате заключения психологомедико-педагогической комиссии (далее ПМПК) по направлению комиссии по комплектованию дошкольных образовательных учреждений. Группы компенсирующей направленности для детей с ТНР открыты с сентября 2019 года и комплектуются из дошкольников, состояние здоровья которых препятствует освоению всех или некоторых разделов образовательной программы ДОУ, направленных ПМПК.

1.5 Возрастные особенности воспитанников с ТНР, обучающихся плаванию в филиале МБДОУ детского сада 142.

Возрастные особенности психофизического развития детей старшего дошкольного возраста (5-6 лет).

К шести годам рост детей достигает в среднем 116 см, масса тела 21,8; окружность грудной клетки 56-57 см. Шестой год жизни ребёнка характеризуется замедлением скорости роста тела. Тело растёт неравномерно – длина ног и верхней части тела растёт медленно, а скорость роста длины рук и диаметра тела увеличивается. Развитие опорно-двигательной системы ребёнка ещё не завершено (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура). Позвоночный столб ребёнка шестого года жизни чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, связок. У ребёнка преобладает тонус мышц – разгибателей, что не даёт возможности при длинном статическом положении долго удерживать спину прямой. Сердечно – сосудистая система ещё не достигает полного развития. Общее физическое развитие и динамика функциональной зрелости системы дыхания идёт неравномерно.

У детей возрастает осознанность освоения более сложных основных движений. Это позволяет повысить требования к качеству их выполнения, больше внимания уделять развитию физических и морально – волевых качеств (быстрота, ловкость, выносливость, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений (умение приходить на помощь товарищу, сопереживать его успехам и неудачам, быть заботливым и внимательным друг к другу).

Возрастные особенности психофизического развития детей старшего дошкольного возраста (6-7 лет).

Седьмой год жизни ребёнка характеризуется продолжением активного формирования осанки и свода стопы. Так как костная ткань богата органическими элементами, то скелет старших дошкольников всё ещё эластичен и подвержен деформации. К семи годам у ребёнка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по – прежнему слабы мелкие мышцы. У детей ярко выражен грудной тип дыхания. Лёгочная ткань имеет большое количество лимфатических сосудов и респираторных бронхиол, поэтому для детей этого возраста характерны болезни, связанные с воспалительными процессами в лёгких.

Резервные возможности сердечно – сосудистой и дыхательной системы у детей достаточно высоки. Динамика нервной системы облегчает освоение детьми движений, физических упражнений, улучшается качество двигательной деятельности дошкольников. Движения ребёнка становятся более координированными и точными. Основой проявления двигательной деятельности является развитие устойчивого равновесия. В двигательной деятельности формируются навыки самоорганизации, взаимоконтроля. Дети проявляют волевые усилия при выполнении заданий, для них важен результат. Появляется возможность на основе закладывающейся произвольности сформировать у детей потребность заниматься физическими упражнениями, развивать самостоятельность, инициативу в освоении новых видов движений.

Улучшить физическое состояние ребёнка в этом возрасте с помощью средств физической культуры вполне возможно, используя нетрадиционные методы обучения в процессе непосредственно образовательной деятельности, но при этом необходимо учитывать следующие особенности развития детей:

1. Скелет ребёнка состоит преимущественно из хрящевой ткани, что обуславливает возможность дальнейшего роста. Однако мягкие и податливые кости под влиянием нагрузок изменяют форму. Избыточная и неравномерная нагрузка, связанная с длительным стоянием, хождением, переносом тяжестей, может отрицательно повлиять на развитие опорного скелета – изменить форму ног, позвоночника, свода стопы, вызвать нарушение осанки.
2. В этом возрасте сила мышц сгибателей больше силы мышц – разгибателей, что определяет особенности позы ребёнка: голова слегка наклонена вперёд, живот выпячен, ноги согнуты в коленных суставах. Вот почему так важны и необходимы упражнения для мышц удерживающих позу, и для мышц разгибателей.
3. Медленно развиваются мелкие мышцы кисти. Только к шести – семи годам ребёнок начинает овладевать более сложными и точными движениями кисти и пальцев. Этому способствуют упражнения с мячами.
4. В регуляции поведения детей шестилетнего возраста большую роль играет кора головного мозга. К шести – семи годам масса головного мозга приближается к массе

головного мозга взрослого человека (1200-1300г). Большое значение имеют подвижные игры, эстафеты с элементами соревнований, целенаправленные физические упражнения. Они способствуют улучшению функционального состояния высшей нервной деятельности ребёнка, в основе которой лежит образование условных рефлексов.

5. Развитие дыхательной системы характеризуется увеличением объёма лёгких и совершенствованием функции внешнего дыхания. Положительная динамика функции дыхания в большей мере связана с влиянием физических упражнений.

6. Артериальное давление у детей ниже, чем у взрослых. Физические упражнения оказывают тренирующее воздействие на сердечно – сосудистую систему; под влиянием физических нагрузок начало увеличивается частота пульса, изменяется максимальное и минимальное кровяное давление, улучшается регуляция сердечной деятельности.

7. Пищеварительная система играет важную роль в физическом состоянии ребёнка. Физические нагрузки у большинства детей вызывают временное снижение секреции пищеварительных соков.

8. У детей шестого года жизни значительно повышается уровень произвольного управления своим поведением. Умение управлять своим поведением оказывает воздействие на внимание, память, мышление. 9. Формируются и интенсивно развиваются волевые качества у детей, а на их основе появляются новые потребности и интересы.

1.6 Особенности развития детей с тяжелыми нарушениями речи.

Физическое развитие.

Наряду с общей соматической ослабленностью и замедленным развитием локомоторных функций детям с нарушением речи присуще некоторое отставание в развитии двигательной сферы. Оно характеризуется плохой координацией движений, неуверенностью в выполнении дозированных движений, снижением скорости и ловкости выполнения упражнений. Наибольшие трудности выявляются при выполнении движений по словесной инструкции. Дети с общим недоразвитием речи отстают от нормально развивающихся сверстников в воспроизведении двигательного задания по пространственно-временным параметрам, нарушают последовательность элементов действия, пропускают его составные части. Затруднения вызывают такие задания, как, например, перекатывание мяча с руки на руку, передача его с небольшого расстояния, удары об пол с попеременным чередованием, прыжки на правой и левой ноге, ритмические движения под музыку. Отмечается недостаточная координация движений пальцев, кисти руки, недоразвитие мелкой моторики. Обнаруживается замедленность, застревание на одной позе.

У детей с нарушением речи наблюдается отставание психомоторного развития по различным параметрам:

- *По развитию физических качеств.*
Дети с расстройствами речи отличаются от здоровых детей низким уровнем ловкости и быстроты.
- *По степени сформированности двигательных навыков.*

Дети с нарушениями речи отличаются от здоровых детей отсутствием автоматизации движений и низкой обучаемостью. Эти особенности сопряжены с низким уровнем развития когнитивных процессов (восприятия, внимания, памяти).

Правильная оценка неречевых процессов необходима для выявления закономерностей атипичного развития детей с ТНР и в то же время для определения их компенсаторного фона.

Особенности психоречевого развития детей с ТНР.

Речь и мышление тесно связаны и с точки зрения психологии представляют собой единый речемыслительный комплекс. Речь является инструментом мышления, вне языковой деятельности мысли не существует. Любая мыслительная операция в той или иной мере опосредована речью. В первую очередь дефекты речевой функции приводят к нарушенному или задержанному развитию высших психических функций, опосредованных речью: вербальной памяти, смыслового запоминания, слухового внимания, словесно-логического мышления. Это отражается как на продуктивности мыслительных операций, так и на темпе развития познавательной деятельности. Кроме того, речевой дефект накладывает определенный отпечаток на формирование личности ребенка, затрудняет его общение с взрослыми и сверстниками. Данные факторы тормозят становление игровой деятельности ребенка, имеющей, как и в норме, ведущее значение в плане общего психического развития, и затрудняют переход к более организованной учебной деятельности. Недоразвитие речи, особенно лексико-грамматической ее стороны, значительным образом сказывается на процессе становления ведущей деятельности ребенка. С расширением знаково-смысловой функции речи радикально меняется весь процесс игры: игра, из процессуальной становится предметной, смысловой. Именно этот процесс перехода игры на новый уровень и затруднен у детей с ТНР.

В группах компенсирующей направленности уделяется особое внимание организации физического развития детей с различными нарушениями, в том числе с ТНР. Формирование полноценных двигательных навыков у детей с ТНР, активная деятельность, игра – необходимые звенья в общей системе их коррекционного обучения. Дети с речевой патологией, имеющие органическую природу нарушений, обычно различаются по состоянию двигательной сферы на возбудимых (они легко отвлекаются, нетерпеливы) и заторможенных. Среди детей с ТНР не редкость дети, имеющие двигательную неловкость, малый объем движений, недостаточный их темпу и переключаемости.

Таким образом, нарушение речевой деятельности у детей с ТНР носит многоаспектный характер, требующий выработки единой стратегии, методической и организационной преемственности в решении воспитательно-коррекционных задач.

1.7 Планируемые результаты.

Целевые ориентиры на этапе освоения рабочей программы.

Результатом реализации рабочей программы по физическому развитию дошкольников с ТНР следует считать:

• Сформированность интегративных качеств ребенка (физических, интеллектуальных, личностных).

- Ребенок физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками.
- У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности.
- Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.
- Присутствует сформированность основных физических качеств и потребности в двигательной активности.
- Происходит накопление и обогащение двигательного опыта, и овладение основными видами движения.
- Выполняют правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание и лазание).
- Могут бросать предметы в цель из разных исходных положение, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой, левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель.
- Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу в 2 шеренги, после расчёта на 1-2, соблюдать интервалы во время передвижений.
- Выполнять физические упражнения из разных исходных положений чётко и ритмично в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.
- Участвуют в играх и эстафетах.

Результатом реализации рабочей программы по обучению плаванию дошкольников с ОВЗ (с ТНР) следует считать:

Старшая группа	Подготовительная группа
<ul style="list-style-type: none">- Уметь выполнять требования программы предыдущей возрастной группы.- Знать правила поведения в воде и на суше.- Знать названия способов плавания.- Знать значение прикладного и оздоровительного плавания.- Погружать лицо и голову в воду, открывать глаза в воде.- Нырять в обруч, доставать предметы со дна бассейна, проплывать в тоннель, подныривать под гимнастическую палку.- Выполнять серии выдохов в воду 8-10 раз.- Выполнять упражнение на задержку дыхания (10-15сек.)- Выполнять скольжение в разных положениях (на груди и спине с плавательной доской).	<ul style="list-style-type: none">- Уметь выполнять требования программы предыдущей возрастной группы.- Знать правила поведения в воде и на суше.- Совершенствовать дыхание с поворотом головы.Выполнять многократные выдохи в воду (10-12 раз).- Нырять в обруч, проплывать тоннель, поднимать со дна предметы открывать глаза в воде.- Скользить на груди и спине с работой ног способом «кроль» без опоры (руки «стрелочкой»)- Выполнять упражнения «Поплавок», «Медуза», «Звёздочка» на спине и груди.- Знать способы плавания «брасс» и «дельфин».

<ul style="list-style-type: none"> - Плавать с плавательной доской с работой ног на груди и на спине. - Выполнять упражнения «Поплавок», «Стрела», «Медуза», «Звёздочка». 	<ul style="list-style-type: none"> - Пытаться согласовывать движения рук и ног, дыхания, как при плавании способом «кроль» на груди (спине), «брасс». - Пытаться согласовывать движения рук и ног, дыхания, как при плавании способом «кроль» на груди (спине), «брасс».
---	--

Образовательная область «Физическое развитие».

Плавание для детского организма является адекватной физической нагрузкой, поскольку в цикле плавательных движений напряжение и расслабление мышечных групп последовательно чередуются. Занятия плаванием благотворно влияют на важнейшие системы жизнеобеспечения ребёнка.

Ребенок старшего дошкольного возраста физически развивается, его двигательный опыт богат, (объем освоенных основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений). В двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость. В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании. Проявляет высокий, стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений. Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения. Ребёнок способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений. Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. Воспитанник способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру. В самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками, проявляя познавательную и деловую активность, эмоциональную отзывчивость.

Шестой год жизни.

В старшей группе начинается новый этап в обучении: осваиваются умения и навыки определённых способов плавания, разучивается их техника. Желательно чтобы дети овладели техникой плавания кролем на груди и на спине, а также ознакомились с плаванием способами брасс и дельфин. В играх и упражнениях воспитывается самостоятельность, сдержанность, организованность и умение использовать приобретённые навыки. У детей старшей группы идёт совершенствование умений и навыков, приобретённых на занятиях в средней группе. Упражнения на воде и игры выполняются без поддержки взрослого. В старшей группе продолжается совершенствование скольжения с задержкой дыхания, совершенствование упражнений «Стрела», «Медуза», «Поплавок», знакомство со спортивными видами плавания. Особое внимание обращается на работу рук при плавании разными способами, согласование работы рук с дыханием. На каждом занятии прорабатываются все плавательные движения, которые разучивались в средней группе. Последовательность выполнения упражнений для обучения плаванию сохраняется в работе с детьми всех возрастных

групп. Процесс обучения старших дошкольников уплотняется, интенсивнее становится формирование навыков подготовительных к плаванию движений.

В подвижных играх дети осваивают новые правила, варианты их изменения, выбора ведущих. Получают представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма, расширяют представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон; солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья). Получают представления о правилах ухода за больным, умения характеризовать свое самочувствие. Знакомятся с доступными сведениями из истории олимпийского движения, с основами техники безопасности и правилами поведения в помещениях бассейна.

Седьмой год жизни.

В подготовительной к школе группе завершается обучение плаванию в детском саду. Но это не означает, что они полностью овладели правильной техникой плавания.

Большинство детей осваивают плавание кролем на груди и на спине в общих чертах. В группах детей подготовительного возраста осваиваются умения и навыки определённых способов плавания, разучивается их техника. Желательно, чтобы дети овладели техникой плавания кролем на груди, на спине, а также ознакомились с плаванием способами брасс и дельфин. Если ребёнок продолжает занятия, перейдя из старшей группы в подготовительную группу, то порядок их проведения остаётся прежним, но увеличивается количество упражнений и интенсивность их выполнения. В играх и упражнениях воспитывается самостоятельность, сдержанность, организованность, умение использовать приобретённые навыки. Процесс обучения старших дошкольников уплотняется, интенсивнее становится формирование навыков подготовительных упражнений. Использование игр – эстафет и включение элементов соревнования с установкой на лучшее качество выполнения позволяет создать эмоциональное отношение ребёнка к выполняемому заданию. Основным показателем успешной реализации программы является устойчивое позитивно-эмоциональное отношение к воде, (наблюдение за ребёнком), позитивное восприятие занятий по плаванию, а также сформированные двигательные навыки (выполнение диагностических заданий). Дети получают сведения о рационе питания (объём пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим). Сформируют представления о значении двигательной активности в жизни человека, об активном отдыхе, о пользе закаляющих процедур; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем; расширят представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Исходя из этого, целевые ориентиры остаются в старшем возрасте для групп компенсирующей направленности те же, но на каждом занятии включатся:

- упражнения на регуляцию мышечного тонуса;
- упражнения на регуляцию статической и динамической коррекции движений;
- упражнения на развитие мелкой и мимической моторики переключаемости движений;
- упражнения на воспитание чувства ритма;
- упражнения на развитие дыхания и силы голоса;
- упражнения на обогащение и активизацию словаря;

- модифицированные, коррекционные упражнения на развитие памяти, внимания, воображения;
- на развитие координации;
- задания на мелкую моторику;
- пальчиковая гимнастика;
- самомассаж рук;
- речь с движением;
- игры с речитативом;
- звукоolidирование (подсчёт, хлопки, бубен);
- звукоподражание (театр зверей, звуки машин);
- звуковые акценты в движениях (сигнал при толчке от бортика);
- артикуляционная гимнастика;
- ритмопластика;
- задания на общее моторно-речевое расслабление;
- релаксирующие упражнения.

1.8 Особенности организации педагогической диагностики.

Реализация рабочей программы по обучению плаванию, предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогом в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Педагогическая диагностика проводится в ходе тестирования детей в специально организованной деятельности - 2 раза в год. В процессе диагностики исследуются уровень подготовленности детей по плаванию путем наблюдений за ребенком. Получаемая в ходе наблюдения информация, является основанием для прогнозирования деятельности, осуществления необходимой коррекции, инструментом оповещения родителей (законных представителей) о состоянии и проблемах, выявленных у ребенка.

Уровень развития основных навыков плавания оценивается с помощью тестирования плавательных умений и навыков детей в каждой возрастной группе. В качестве критериев оценки выбран ряд контрольных упражнений из программного материала. Для проведения контрольных упражнений необходим секундомер, с помощью которого фиксируются временные показатели упражнений с точностью до 0,1 секунды, вспомогательные средства обучения, протокол обследования навыков плавания в разных возрастных группах.

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

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

Задачи для оценки плавательной готовности дошкольников в разных возрастных группах.

Возрастная группа	Задачи
Старшая	Научить, не бояться воды, самостоятельно входить в нее, безбоязненно играть и плескаться, делать попытки лежать на воде, делать выдох на границе воды и воздуха. Научить кратковременно, держаться и скользить на воде, выполнять плавательные движения ногами, пытаться делать выдох в воду. Более уверенно держаться на воде, скользить по ней, научить выдоху в воду, пытаться плавать способами кроль на груди и на спине.
Подготовительная к школе	Научить, не бояться воды, самостоятельно входить в нее, безбоязненно играть и плескаться, делать попытки лежать на воде, делать выдох на границе воды и воздуха. Научить кратковременно, держаться и скользить на воде, выполнять плавательные движения ногами, пытаться делать выдох в воду. Уверенно держаться на воде более продолжительное время, скользить на ней, выполнять плавательные движения ногами и руками, пытаться плавать способами кроль на груди и на спине.

Методика определения физической подготовленности детей дошкольного возраста.

Результаты тестирования разделены на три зоны, которые условно обозначены, как:

- зона риска – низкий (недостаточный) уровень;
- зона возрастной нормы – средний (близкий к достаточному) уровень;
- зона способностей – высокий (достаточный) уровень.

Дошкольники одной половозрастной группы (независимо от типа конституции, к которой они относятся), показывающие результаты в двигательных упражнениях в **«зоне возрастной нормы»**, относятся к детям, развивающимся в соответствии с возрастной нормой, и могут быть допущены к занятиям физическими упражнениями по любой программе, разрешенной в ДОУ.

Дети, результаты которых выше верхней границы диапазона «возрастной нормы», так же развиваются в соответствии с возрастной нормой, а так как они имеют большие способности к данным видам двигательной деятельности, то их следует отнести к **«зоне способностей»**.

Дети, результаты которых ниже границы диапазона «возрастной нормы», отнесены к **«зоне риска»** и должны пройти дополнительные обследования у различных специалистов, с целью выявления у них психологических, анатомо-физиологических и других нарушений, влияющих на их физическую подготовленность и развитие. Эти знания нужны для того, чтобы педагог имел как можно более точную информацию о физической подготовленности ребенка и мог их максимально использовать для определения его индивидуального пути физического совершенствования, также для проверки эффективности своих педагогических воздействий.

Мониторинг плавательной подготовки. (см. в приложении)

I. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1 Задачи в соответствии с возрастными особенностями воспитанников в образовательной области «Физическое развитие».

Специальные задачи по ОО «Физическое развитие» в группах компенсирующей направленности:

1. Развитие речевого дыхания
2. Развитие речевого и фонематического слуха
3. Развитие звукопроизношения
4. Развитие выразительных движений
5. Развитие общей и мелкой моторики
6. Развитие ориентировки в пространстве
7. Развитие коммуникативных функций
8. Развитие музыкальных способностей

Задачи инструктора по физической культуре по физическому развитию детей с ТНР от 5 лет до 6 лет.

1. Содействовать гармоничному физическому развитию детей.
2. Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта в зависимости от уровня их развития:
 - уверенному и активному выполнению основных элементов техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений;
 - к привлечению к участию в упражнениях с элементами спортивных игр: водное поло, искатели, синхронное плавание;
 - соблюдению и контролю правил в подвижных играх;
 - самостоятельному проведению знакомых подвижных игр и упражнений;
 - умению ориентироваться в пространстве;
 - восприятию показа как образца для самостоятельного выполнения упражнения;
 - проявлению самостоятельности, творчества, выразительности и грациозности движений;
 - проявлению интереса к водным видам спорта;
 - развитию умений оценивать движения сверстников и замечать их ошибки.
3. Целенаправленно развивать быстроту, скоростно-силовые качества, общую выносливость, гибкость, содействовать развитию у детей координации, силы.
4. Формировать потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.

Задачи инструктора по физической культуре по физическому развитию детей с ТНР от 6 до 7 лет.

1. Содействовать гармоничному физическому развитию детей.
2. Накапливать и обогащать двигательный опыт детей:
 - добиваться точного, энергичного и выразительного выполнения всех упражнений;
 - закреплять двигательные умения и знание правил в спортивных играх и упражнениях;

- содействовать самостоятельной организации знакомых игр, поощрять придумывание собственных игр, упражнений в воде;
- закреплять умение осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей,
- выполнять элементарное планирование двигательной деятельности;
- развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений.
- привлекать к участию в играх с элементами водных видов спорта.

3. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

4. Поддерживать проявление интереса к физической культуре и плаванию, отдельным достижениям в области спорта (плаванья);

5. Поощрять проявление интереса к спортивным играм и упражнениям, желание посещать спортивные секции по плаванию.

Механизмы адаптации рабочей программы для воспитанников групп компенсирующей направленности.

Коррекция особенностей моторного развития детей 5-7 лет с ТНР осуществляется путем специальных упражнений и общепринятых способов физического развития.

Она направлена на:

- Нормализацию мышечного тонуса,
- Исправление неправильных поз,
- Развитие статической выносливости,
- Развитие равновесия,
- Развитие упорядоченного темпа движений,
- Развитие синхронного взаимодействия между движением и речью,
- Запоминание серии упражнений,
- Воспитание быстроты реакции на словесные инструкции,
- Развитие тонких двигательных координаций, необходимых для полноценного становления навыков письма.

Основной массе детей доступна большая часть упражнений, рекомендованных рабочей программой. Указанные упражнения рекомендуется начинать в медленном темпе, постепенно ускоряя его и увеличивая количество раз. При этом необходимо следить за четкостью и ритмичностью выполнения, не допускать содружественных движений и нарушений пространственной ориентации. При подборе физических упражнений и подвижных игр нужно опираться на особенности характера, темперамента, свойств нервной системы мальчиков и девочек, а также на лексические темы, предложенные учителем-логопедом.

Организация работы по физическому развитию детей 5-7 лет с ТНР.

Для организации эффективной работы в группах компенсирующей направленности для детей с нарушениями речи предполагается не только наличие в ДОУ оптимальных условий, обеспечивающих коррекцию отклонений в развитии ребенка, но и определение новых направлений и технологий коррекционно-оздоровительной и физкультурно-образовательной деятельности. Особым образом должна быть организована и работа по

физическому развитию дошкольников. Проектируя и реализуя занятие по физическому развитию детей, педагог, кроме обучающих, воспитательных и оздоровительных задач, ставит дополнительно и коррекционные.

Для детей с нарушением речи в бассейне проводятся упражнения, направленные на регуляцию мышечного тонуса, статической и динамической коррекции движений, воспитания чувства ритма, развитие дыхания, силы голоса, обогащение и активизацию словаря, развитие понимания речи.

Преодоление общего недоразвития речи требует интегрированного подхода, при котором применяется медикаментозное лечение, система логопедической работы, занятия по коррекции и развитию психических функций, занятия по формированию общей мелкой и артикуляционной моторики, основу коррекционной работы составляет метод сенсорно - двигательной интеграции.

Задачи на занятии в бассейне (коррекционно-оздоровительные):

- развивать динамическую координацию движений, мышечный тонус
- совершенствовать мелкую моторику
- воспитывать произвольное внимание, диафрагмальное и фонационное дыхание
- развивать статическую и динамическую коррекцию движений
- развивать эмоционально-волевую сферу
- развивать сенсомоторную и речедвигательную моторику (воспитательные)
- снимать психологическое напряжение
- развивать выносливость, целеустремленность, настойчивость в достижении цели
- учить навыкам плавания
- укреплять мышцы передней стенки живота и спины
- формировать мышечный корсет
- формировать плавательную осанку и укреплять мышцы свода стоп
- учить правилам безопасности на воде
- повышать самооценку ребенка в семье по достигнутым результатам.

Задачи обучения плаванию детей старшей группы (5-6 лет).

Гигиеническое воспитание:

- учить самостоятельно готовиться к занятию (раздеться, приготовить вещи для душа);
- самостоятельно мыться под душем (пользоваться мочалкой, мылом);
- помогать друг другу; после занятия растереть полотенцем тело, высушить волосы, аккуратно одеться.

Развитие двигательных умений и навыков:

- учить свободно передвигаться в воде, использовать все виды ходьбы, бега, прыжков; учить делать руками гребковые движения, (пальцы плотно сжаты),
- выполнять руками круговые движения вперед и назад.

Погружение:

- учить свободно погружаться в воду, открывая при этом глаза и рассматривая предметы на дне,
- погружаться в воду, обхватывая колени и всплывать.

- **Скольжение:**
- Учить детей ложиться на воду, задерживая дыхание,
- Скользить на груди и спине.
- Отрабатывать движения ногами, как при плавании способом «Кроль».
- Учить скольжению с доской, работая ногами в стиле «Кроль», держа лицо на поверхности воды, в воде;
- Выполнять скольжение без предметов на груди, с поворотом туловища.
- **Дыхание:**
- Учить детей делать полный выдох в воду, делать вдох, приподнимая голову над водой так, чтобы рот был чуть выше поверхности воды;
- Делать выдох через рот и нос, а вдох через рот.
- Учить выдыхать постепенно носом.
- Начать обучение дыханию с поворотом головы: лицо в сторону – вдох, лицо в воду – выдох.

Развитие и воспитание физических качеств:

- продолжать развивать силу, быстроту, выносливость;
- воспитывать смелость, целеустремлённость, выдержку.

Правила поведения:

- учить быть внимательным при выполнении упражнений, не мешать товарищам;
- не толкаться в воде и не нырять навстречу друг другу;
- вовремя убирать игрушки и предметы после использования на своё место.

Распределение упражнений в порядке усложнения:

Упражнения в ходьбе и беге:

- использовать все виды ходьбы (в т. ч. в виде соревнования),
- бег с работой рук (делать гребковые движения, пальцы плотно сжаты),
- бегать спиной вперёд с работой рук круговыми движениями назад.

Упражнения в прыжках:

- «Кто выше?» - выпрыгивание из воды с последующим погружением с головой, руки на поясе;
- «Кто быстрее?» - прыжки на двух ногах до противоположного борта.

Упражнения на погружение под воду и дыхание:

- «Водолазы» - ныряние с доставанием предметов со дна бассейна, выдох делать в воду; «Насос» - стоя друг против друга и держась за руки, попеременно глубоко погружаться, делая выдох в воду;
- «Сосчитай пальцы» - дети ныряют, открывают глаза под водой и считают пальцы на руках товарища;
- «Достань дно руками» - погружение с доставанием дна руками, «Покажи пятки» - погружение с отрыванием ног от дна;
- «Поплавок» - погрузиться в воду, обхватить руками колени, прижать их к груди, оторвать ноги от дна и подождать, пока вода не поднимет тело к поверхности.

Упражнения на скольжение:

- встать лицом к бортику, отойти на 3-4 шага назад и постараться допрыгнуть до бортика, вытянув вперёд руки, с минимальным скольжением;
- «Стрела» - сделать глубокий вдох, одной ногой упереться в бортик, и, оттолкнувшись, проскользнуть по поверхности воды, опустив лицо в воду, вытянув прямые руки и ноги (то же, но лёжа на спине);
- «Медуза» - ноги и руки на ширине плеч, плавно лечь на воду, опустить лицо в воду, спокойно лежать, расслабив тело;
- «Звезда» - то же, что и «Медуза», только руки и ноги не «висят» в расслабленном виде, а натянуты, как лучики звезды;
- «Звезда» на спине – то же, только лёжа на спине «Торпеда» - сначала выполнять упражнение на месте: взяться руками за поручень, лечь на воду, опустив лицо, и работать ногами, как при плавании способом «Кроль» на груди, затем выполнять то же, не держась руками за поручень, а вытянув прямые руки в сторону противоположного борта; «Торпеда» на спине – сначала отработать движения ногами: сесть на дно на глубине 40 см, руки в упоре сзади, приподнять ноги и работать ими, как при плавании способом «Кроль» на спине, затем выполнять упражнение, лёжа на спине с доской в вытянутых над головой руках, затем без доски;
- «Винт» - выполняя упражнение «Стрела» перевернуться с груди на спину и снова на грудь.

Игры: «Футбол» («Вратарь»), «Буксир», «Плавающие стрелы», «Дружные ребята», «Вода кипит» («Общее дыхание»), «Медузы», «Рекорд» («Кто выше?», «Кто быстрее?»), «Торпеды», «Поезд в туннель», «Передай предмет под водой», «Водолазы», «Насос», «Спасатели», «Винт».

Плавание.

- Двигать ногами вверх-вниз, сидя в воде на мелком месте, и лежа, опираясь руками. Выполнять разнообразные движения руками в воде.
- Скользить на груди и на спине, выполнять выдох в воду.
- Плавать произвольным способом.
- Игры на воде: «Фонтан», «Коробочка», «Море волнуется», «Качели», «Поезд в тоннеле», «Поймай воду», «Волны на море».
- Гидроаэробика: Двигаться в воде, выполняя повороты, прыжки.

Задачи обучения плаванию детей подготовительная к школе группы (6 - 7 лет).

Гигиеническое воспитание:

- продолжать учить чётко выполнять все правила личной гигиены: принимать душ перед занятием – мыть тело быстро и тщательно, пользуясь мочалкой и мылом, после занятия растираться полотенцем, быстро одеваться, высушивать волосы.

Развитие двигательных умений и навыков:

- продолжать учить свободно передвигаться в воде, сочетая разновидности ходьбы, бега, прыжков, усложняя их, увеличивая нагрузку.
- учить скользить по воде без помощи ног на спине и на груди с задержкой дыхания, с работой ног на груди и на спине; учить скользить на груди и на спине, вытянув одну руку над головой, другую прижав к туловищу, обе руки прижав к туловищу, обе руки вытянув над головой; учить скользить на спине, вытянув руки над головой и из этого положения переворачиваться на грудь.
- учить согласованно работать руками и ногами, плавать с задержкой дыхания; учить плавать способом «Кроль» на груди и спине, отрабатывать ритмичное дыхание при плавании на груди: короткий энергичный вдох, повернув лицо в сторону и приподняв над поверхностью воды, и более длительный полный выдох.

Воспитание физических качеств: развивать силу, выносливость, ловкость; воспитывать смелость, настойчивость, решительность.

Распределение видов упражнений (в порядке усложнения):

Передвижение в воде: все виды ходьбы, бега, прыжков с введением элементов соревнования.

Скольжение:

- на груди и на спине, вытянув тело (упражнение «Стрела»);
- скольжение на груди – одна рука вытянута над головой, другая прижата к туловищу, обе руки вытянуты над головой;
- скольжение на спине, аналогично скольжению на груди;
- переворот во время скольжения с груди на спину и наоборот, вправо и влево.

Отработка дыхания:

- ходьба по бассейну в наклонном положении, работая руками и выдыхая в воду;
- держась за поручень руками, работать ногами, как при плавании способом «Кроль» на груди, опуская при этом лицо в воду и делая медленный полный выдох и поднимая его над водой – вдох;
- держась прямыми руками за поручень, работать ногами, как при плавании способом «Кроль» на груди, при этом держа голову в воде и для вдоха поворачивая её вправо (влево);
- держась одной рукой за поручень, прижав другую к туловищу, голову для вдоха поворачивать в сторону прижатой руки, затем поменять положение рук.
- Выполнение вдоха и выдоха с различным положением рук: одна рука вытянута над головой, другая прижата к туловищу, обе руки прижаты к туловищу, ноги работают, как при плавании способом «Кроль» на груди.
- Выполнение вдоха и выдоха при скольжении на спине с различным положением рук (аналогично скольжению на груди), ноги при этом работают в стиле «Кроль».
- Скольжение на груди с задержкой дыхания: одна рука вытянута над головой, другая выполняет гребковые движения; скольжение на груди с выполнением вдоха-выдоха, работая одной рукой и ногам в стиле «Кроль».

Плавание:

- ходьба с наклоном вперёд, правая (левая) рука на колене, левая (правая) над головой, сделать вдох, опустить голову в воду и сделать выдох, одновременно происходит смена рук гребковыми движениями.
- Скольжение на спине, руки прижаты к туловищу, затем, подняв их вверх, опустить на уровне плеч в воду и выполнить гребок; то же с работой ног.
- Плавание способом «Кроль» на груди с задержкой дыхания, плавание способом «Кроль» на груди, ритмично дыша; плавание способом «Кроль» на спине, ритмично дыша.

Игры и игровые упражнения: «Насос», «Буксир», «Перестрелка», «Плавучие стрелы», «Большая морская звезда», «Тюльпан», «Неваляшка», «С письмом вплавь», «Торпеды», «Водолазы», «Ручеёк», «Лабиринты» (большая часть игр проводится с элементами соревнования).

Плавание.

- Выполнять вдох, затем выдох в воду (3—10 раз подряд).
- Погружаться в воду с головой, открывать глаза в воде.
- Скользить на груди и спине, двигать ногами (вверх-вниз).
- Передвигаться по дну водоема на руках.
- Плавать с надувной игрушкой или кругом в руках.
- Разучивать движения руками.
- Попытаться плавать без поддержки.
- Проплыть произвольным стилем 10–15 м.
- Выполнять разнообразные упражнения в воде.
- Игры на воде: «На буксире», «Медуза», «Поплавок», «Тюлени», «Лягушки», «Смелые ребята» и др.
- Гидроаэробика: Выполнять различные комплексы гидроаэробики в воде у бортика и без опоры.

2.2 Взаимосвязь с другими образовательными областями.

В процессе физического воспитания наряду с образовательными и оздоровительными решаются специальные коррекционные задачи:

- 1) развитие речи посредством движения;
- 2) формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;
- 3) изучение в процессе предметной деятельности различных свойств материалов, а также назначения предметов;
- 4) формирование в процессе двигательной деятельности различных видов познавательной деятельности;
- 5) управление эмоциональной сферой ребенка; развитие морально-волевых качеств личности, формирующихся в процессе специальных двигательных игр-занятий, игр, эстафет.

2.3 Формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы по обучению плаванию.

Направление развития и образования детей	Старший дошкольный возраст (5-7 лет)
Физическое развитие (плавание)	<ul style="list-style-type: none"> • Физкультурное занятие • Игра • Беседа • Рассказ • Рассматривание. • Интегративная деятельность • Контрольно-диагностическая деятельность • Спортивные и физкультурные досуги • Спортивные состязания • Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера • Проектная деятельность • Проблемная ситуация

Занятия по обучению плаванию детей дошкольного возраста с ОВЗ (с ТНР) проходят:

- по традиционной схеме (обучающий характер, смешанный характер, вариативный характер);
- состоящие из набора подвижных игр большой, средней и малой интенсивности (подвижные игры, игры - эстафеты);
- тренировки в основных стилях плавания (повторение и закрепление определенного материала, круговая тренировка с использованием вспомогательных плавательных средств (плавательных досок, нудлсов, кругов, ласт и т.п.);
- занятие построенное на музыкально-ритмических композициях на воде;
- в сюжетно-игровой форме (может включать различные задачи по развитию речи и ознакомлением с окружающим миром, а также по формированию элементарных математических представлений);
- по интересам, на выбор детей (с нудлсами, досками, мячами, тонущими и плавающими игрушками и др.).

Структура проведения занятия по обучению плаванию.

Занятие состоит из 3 частей:

- подготовительная часть (общеразвивающие упражнения на суше или в воде);
- основная часть (специальные и подготовительные упражнения для обучения плаванию);
- заключительная часть (игры и упражнения на внимание).

• **В подготовительной части:**

- ✓ разъясняются задачи занятия;
- ✓ выполняются упражнения в ходьбе и беге;
- ✓ выполняются прыжковые упражнения;
- ✓ выполняются общеразвивающие и подготовительные упражнения.

В основной части:

- ✓ закрепление и повторение приобретённых навыков;
- ✓ изучение нового с помощью игр, игровых упражнений.

✓ **В заключительной части:**

- ✓ снижение эмоциональной и физической нагрузки;
- ✓ игры малой подвижности;
- ✓ упражнения на расслабление и релаксацию;
- ✓ свободное плавание;
- ✓ индивидуальная работа;
- ✓ подведение итогов занятия.

Отличительные черты работы с детьми с нарушениями речи:

- большое количество повторений при показе упражнений;
- более продолжительный показ и неоднократное объяснение при показе фотографий, рисунков, схем и т.д.;
- более длительное запоминание расположения в зале зрительных ориентиров;
- часто замедленная реакция на звуковые сигналы;
- более длительные объяснения, описания упражнений и т.д.

Методы физического развития и воспитания.

Традиционно различают три группы методов:

1. Наглядные;
2. Словесные;
3. Практические

1. Наглядные методы, к которым относятся:

- имитация (подражание);
 - демонстрация и показ способов выполнения физических упражнений, к которому следует привлекать самих воспитанников;
 - использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, видеофильмы и т.д.);
 - использование зрительных ориентиров, звуковых сигналов: первые побуждают детей к деятельности, помогают им уточнить представления о разучиваемом движении, овладеть наиболее трудными элементами техники, а также способствуют более эффективному развитию воссоздающего воображения; вторые применяются для освоения ритма и

регулирования темпа движений, а также как сигнал для начала и окончания действия, чувства ритма и музыкальных способностей.

2.К словесным методам относятся:

- название упражнений;
- описания, объяснения;
- комментирование хода их выполнения;
- указания, распоряжения, вопросы к детям;
- команды;
- беседы, рассказы, выразительное чтение стихотворений и др.

3.К практическим методам можно отнести:

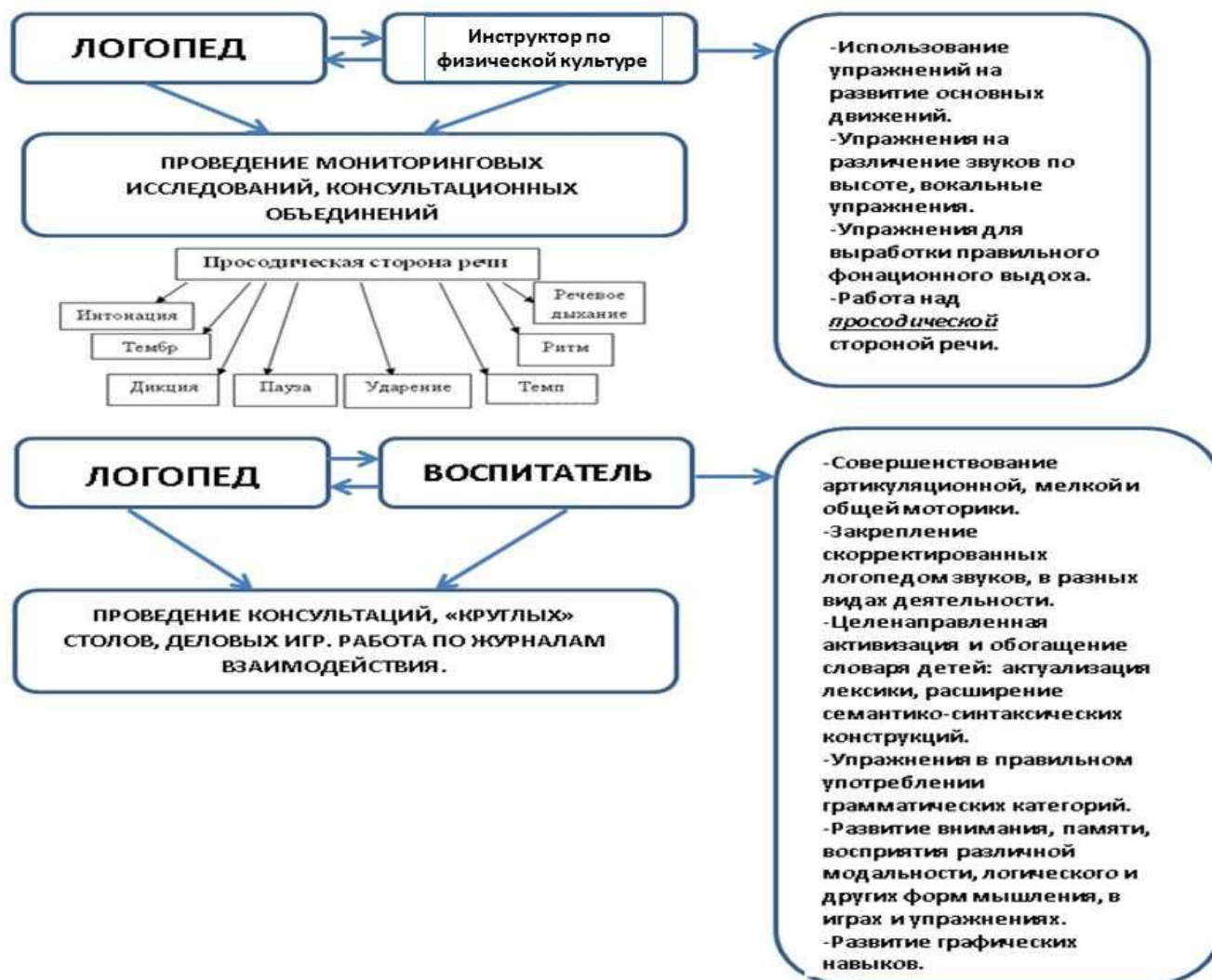
- выполнение движений (совместное выполнение движений вместе с педагогом и самостоятельное выполнение);
- повторение упражнений с изменениями и без;
- проведение занятия в игровой форме - в виде подвижных игр и игровых упражнений;
- проведение занятий в соревновательной форме.

В работе с детьми с нарушением речи словесные методы сочетаются и используются вместе с практическими и наглядными. Словесные методы активизируют мышление ребёнка, внимание, память, способствуют созданию более точных зрительных представлений о движении.

Известно, что временные связи устанавливаются в коре головного мозга быстрее и прочнее, когда мышечно-двигательный раздражитель сочетается с речедвигательным. Благодаря такому сочетанию в дальнейшем легко удаётся оживить след зрительного образа движения путём оживления следа словесного обозначения (название упражнения вызывает отчетливое представление о нём). И, наоборот, при наблюдении за выполнением физических упражнений оживляется след словесного обозначения. Таким образом, словесные обозначения могут быть такими же раздражителями, как и физические упражнения.

2.4 Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре в решении задач по обучению плаванию детей дошкольного возраста с ТНР, с другими специалистами детского сада.

Взаимодействие с медицинским персоналом. В современных условиях полноценное воспитание и развитие здорового ребенка возможно только при интеграции



образовательной и лечебнооздоровительной деятельности дошкольной организации и, следовательно, тесного взаимодействия педагогов и медицинского персонала. В начале года, после оценки физического развития и здоровья детей, совместно с медицинской сестрой заполняются листы здоровья, физического и двигательного развития детей. Получаем дополнительную информацию о детях от психолога, логопеда и родителей (законных представителей), через анкетирование, индивидуальные беседы. Врач разрабатывает рекомендации к построению педагогического процесса с детьми, имеющими отклонения в развитии, выделяет дифференцированные группы детей, требующие коррекционной работы. Проводится совместный контроль над организацией щадящего режима занятий или медицинского отвода для детей перенесших заболевания. Организуется привлечение медицинского персонала к проведению образовательной деятельности по валеологии, развлечений, консультаций для педагогов и родителей (законных представителей).

Взаимодействие с воспитателями групп компенсирующей направленности. Совместно с воспитателями 2 раза в год (вначале и в конце года) проводится обследование уровня плавательной подготовленности детей. Чтобы занятия по обучению детей плаванию были действительно развивающими, интересными, увлекательными и познавательными, используются разные формы их проведения (традиционные, тренировочные, контрольно-проверочные, игровые, тематические, сюжетные и интегрированные). Такие занятия, праздники и развлечения подготавливаются и проводятся совместно с педагогами и учителями-логопедами, в соответствии с календарно-тематическим планированием групп.

Взаимодействие с музыкальным руководителем:

Музыка является одним из средств физического воспитания. Кроме того, что она положительно воздействует на эмоции детей, создает у них хорошее настроение, помогает активировать умственную деятельность, музыкальное сопровождение способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике. Вот здесь и необходима помощь музыкального руководителя. Очень важно, чтобы музыка на занятии не звучала только ради того, чтобы прозвучать, она должна естественно вплестаться в занятие, в каждое движение. Общеразвивающие упражнения имеют свою структуру, поэтому для них подбираем произведения определенного строения. Совместно с музыкальным руководителем проводим музыкально-спортивные праздники и развлечения.

2.4 Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.

Родителей (законных представителей) знакомят с физкультурной работой в детском саду, информируют об уровне подготовленности ребенка (индивидуальная карта), приглашают участвовать в совместных досугах, праздниках, днях здоровья, походах и экскурсиях). Для родителей (законных представителей) составляются рекомендации по организации здорового образа жизни в семье.

Основная цель спортивных мероприятий в детском саду с родителями (законными представителями) – помочь каждому ребенку проявить себя, ощутить себя членом команды, разделить с товарищем ответственность за ее победу, показать свои лучшие качества. А участие в соревнованиях детей и родителей (законных представителей) благотворно влияет на взаимоотношения в семье, вызывает чувство гордости за общие и индивидуальные победы, позволяет лучше узнать друг друга и побуждает взрослых поощрять спортивные интересы ребенка.

Работа по взаимодействию инструктора по физической культуре с семьями воспитанников.

Инструктор по физической культуре, активно вовлекает родителей (законных представителей) в совместные с детьми виды деятельности, помогает устанавливать партнерские взаимоотношения, поощряет активность и самостоятельность детей. В процессе организации разных форм детскородительского взаимодействия инструктор способствует развитию родительской уверенности, радости и удовлетворения от общения со своими детьми.

II. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1 Материально-техническое обеспечение рабочей программы по обучению плаванию.

Для реализации рабочей программы по обучению плаванию, в детском саду имеется бассейн, площадь зеркала воды составляет 17.593 кв. м (чаша 7,3 м в длину и 2.41 м в ширину). К бассейну примыкают две раздевалки, оборудованные душевыми кабинами.

Вид помещения, функциональное использование	Оснащение
<p>Бассейн</p> <ul style="list-style-type: none"> - образовательная деятельность по обучению плаванию; - индивидуальная работа с детьми по обучению плаванию; - индивидуальная работа с детьми по гидроаэробике на воде; - консультативные мероприятия с педагогами и родителями; - сюжетно – ролевые игры - закаливающие процедуры - самостоятельная творческая деятельность - экологическое развитие - тематические досуги, спортивные праздники 	<ul style="list-style-type: none"> - современное спортивное оборудование; - детские спасательные жилеты, - нарукавники; - спортивные атрибуты, - подборка методической литературы, - музыкальный центр, - подборка аудио и видео дисков, картотеки игр и упражнений,

Развивающая предметно-пространственная среда по обучению детей плаванию постоянно дополняется и изменяется в соответствии с задачами и возрастом обучающихся.

Игры и пособия

№	Наименование	Количество
1	Игра «Рыбалка»	1 шт.
2	Наглядно-дидактическое пособие «Водный транспорт».	1 шт.
3	Наглядно-дидактическое пособие «Морские обитатели».	1 шт.
4	Картотека загадок и викторин на морскую тематику.	1 шт.
5	Картотека игр на воде для детей младшего и среднего дошкольного возраста.	1 шт.
6	Картотека игр на воде для детей старшего и подготовительного к школе возраста.	1 шт.
7	Карточки «Рыбы России».	1 шт.
8	Обучающие карточки « Обитатели морей и океанов».	1 шт.
9	Картотека комплексов ОРУ на суше для детей старшего и	1 шт.

10	подготовительного к школе возраста. Картотека упражнений на воде.	1 шт.
11	Картотека игр с водой во время прогулки в летний-оздоровительный период.	1 шт. 1 шт.
12	Картотека игр с водой для экспериментирования в группе.	1 шт.
13	Обучающие карточки «Морские обитатели»	

Спортивное оборудование

№	Наименование	Количество
1	Плавательные доски	10 шт.
2	Нарукавники	19 пар
3	Круги плавательные	13 шт.
4	Надувные мячи	5 шт.
5	Надувные игрушки	9 шт.
6	Резиновые игрушки	25 шт.
7	Ласты малые	8 пар
8	Ласты большие	10 пар
9	Маски для плавания	2 шт.
10	Лопатка для плавания	1 пара
11	Кораблики	13 шт.
12	Эспандеры	8 шт.
13	Свисток	2 шт.
14	Кольца пластмассовые	8 шт.
15	Мячи пластмассовые	64 шт.
16	Обручи	3 шт.
17	Гимнастические палки	2 шт.
18	Надувные жилеты	2 шт.
19	Пластмассовые вёдра (разного размера)	8 шт.
20	Мячи массажно-игровые	2 шт.
21	Эстафетные палочки	2 шт.
22	Сачок	2 шт.
23	Пирамидка «Морские кораллы»	3 шт.
24	Водный пистолет	1 шт.
25	Тонушие палочки с центром тяжести	12 шт.
26	Погремушки	8 шт.
27	Скакалка-разделительная дорожка	1 шт.
28	Мячи для настольного тенниса	12 шт.
29	Мячи (d - 20 см.)	3 шт.
30	Тонушие игрушки	4 шт.
31	Контейнеры и корзина для хранения спортивного оборудования.	4 шт.
32	Резиновые игрушки	3 шт.
33	Кольца с балластом	10 шт.
34	Игрушка для игры в бассейне под водой (с присосками)	2 пары.
35	Нудл	10 шт.

36	Соединитель нудлов	5 шт.
37	Мячи (d-15)	10 шт.

Нестандартное оборудование

№	Наименование	Количество
1	Декоративные шары	10 шт.
2	Водные лилии	10 шт.
3	Морские камни	30 шт.
4	Камешки декоративные	3 набора
5	Трубочки коктейльные	1 упак.
6	«Ветерок»	4 шт.
7	«Морские звёзды»	20 шт.
8	Зонтики	2 шт.
9	Пластмассовые крышки-ёжики	78 шт.
10	Коврики массажные	2 комплекта.
11	Мячи для метания (из поролоновых губок)	16 шт.
12	Веночки из утеплителя	10 шт.

3.2. Комплекс условий для реализации рабочей программы по обучению плаванию.

Обучение плаванию проходит в форме групповой образовательной деятельности по установленному расписанию. Группы делят на подгруппы в зависимости от возраста детей и от конкретных условий. Комплектуя группы для проведения занятий, надо учитывать не только физическую подготовленность детей, но и то, как воспитанники осваивают плавательные движения.

Организация и санитарно-гигиенические условия проведения занятий по плаванию.

Распределение количества НОД по плаванию в разных возрастных группах на учебный год.

Возрастная группа	Количество занятий		Количество часов	
	в неделю	в год	в неделю	в месяц
Старшая	1	36	25 мин.	1ч. 40 мин.
Подготовительная	1	36	30 мин.	2ч.

Успешность обучения дошкольников практическим навыкам плавания и степень его оздоровительного влияния зависят от того, насколько четко и правильно соблюдаются все основные требования к его организации, обеспечиваются меры безопасности, выполняются необходимые санитарно - гигиенические правила. Обучение плаванию детей дошкольного возраста по данной рабочей программе проходит в крытом малоразмерном бассейне расположенном в здании филиала МБДОУ детского сада № 142.

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

Режим дня, включающий непосредственно образовательную деятельность по плаванию предусматривает достаточное пребывание детей на воздухе, полноценное проведение общеобразовательной деятельности, приема пищи, сна, всех других форм, физкультурно-оздоровительной и воспитательной работы. Обязательно учитывается время приема пищи. Непосредственно образовательная деятельность по плаванию должна проходить не ранее чем через 20 мин после еды. В начале обучения занятия короче по времени, затем, по мере освоения детей с водой, их длительность постепенно увеличивается. Отличается и длительность пребывания в воде в каждой возрастной группе и зависит уже не только от вышеперечисленных причин, но и от того как организована совместная работа всего коллектива образовательного учреждения.

Занятие по плаванию проводит инструктор по физической культуре, имеющий специальное образование.

Большая роль в подготовке и проведении непосредственно образовательной деятельности по плаванию отводится воспитателям групп. Воспитатели групп работают в тесном контакте с инструктором по физической культуре и медицинским персоналом. Они ведут работу в своей группе: следят за выполнением расписания образовательной деятельности и готовят подгруппы к ним, знакомят с правилами поведения в бассейне, непосредственно

во время занятий, учат быстро раздеваться и одеваться. Вместе с медсестрой определяет, кому из детей необходим щадящий режим или освобождение от занятий, поддерживает тесную связь с родителями (законными представителями).

Воспитатель перед занятием по плаванию проверяет наличие у детей всех плавательных принадлежностей, помогает детям подготовить все необходимое. Помощник воспитателя сопровождает детей в бассейн, под его присмотром дети раздеваются, надевают плавательные шапки и готовятся к занятию. Перед и при проведении занятия по плаванию, осуществляется медицинский контроль за здоровьем каждого ребенка, с учетом его индивидуальных психофизиологических особенностей.

Санитарно-гигиенические условия проведения НОД по плаванию включают следующее:

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

Санитарные нормы температурного режима, глубина чаши бассейна

Возрастная группа	Температура воды (°C)	Температура воздуха (°C)	Глубина бассейна (м)
Старшая	+ 27... +28°C	+24... +28°C	0,6
Подготовительная к школе	+ 27... +28°C	+24... +28°C	0,6

Длительность образовательной деятельности в разных возрастных группах.

Возрастная группа	Количество подгрупп	Число детей в подгруппе	Длительность занятий, мин.	
			В одной подгруппе	во всей группе
Старшая	2	10-12	от 20-25 до 30	от 40 до 60
Подготовительная к школе	2	10-12	От 25 до 30	От 50 до 60

Обеспечение безопасности занятий по плаванию.

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

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

- 1) Образовательную деятельность по плаванию проводить в местах, полностью отвечающих всем требованиям безопасности и гигиены.
- 2) Не допускать неорганизованного плавания, самовольных прыжков в воду и ныряния.

- 3) Не разрешать детям толкать друг друга и погружать с головой в воду, садиться друг на друга, хватать за руки и за ноги, нырять навстречу друг другу, громко кричать, звать на помощь, когда она не требуется.
- 4) Не проводить непосредственно образовательную деятельность по плаванию с группами, превышающими 10-12 человек.
- 5) Допускать детей к занятию по плаванию только с разрешения врача.
- 6) Приучать детей выходить из воды по неотложной необходимости только с разрешения преподавателя.
- 7) Проводить поименно переключку детей до входа в воду и после выхода из нее.
- 8) Научить детей пользоваться спасательными средствами.
- 9) Во время занятия внимательно наблюдать за детьми, видеть всю группу, каждого воспитанника отдельно и быть готовым в случае необходимости быстро оказать помощь ребенку.
- 10) Обеспечить обязательное присутствие медсестры при проведении занятия по плаванию.
- 11) Не проводить занятие по плаванию раньше, чем через 20 минут после еды.
- 12) При появлении признаков переохлаждения (озноб, «гусиная кожа», посинение губ) вывести ребенка из воды и дать ему согреться.
- 13) Соблюдать методическую последовательность обучения.
- 14) Знать индивидуальные данные физического развития, состояние здоровья и плавательную подготовку каждого ребенка.
- 15) Прыжки в воду разрешать детям, умеющим уверенно держаться на поверхности воды.
- 16) Не злоупотреблять возможностями ребенка, не форсировать увеличения плавательной дистанции.
- 17) Добиваться сознательного выполнения детьми правил безопасного поведения на занятиях по плаванию.

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

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

3.3 Методическое обеспечение образовательной области «Физическое развитие» по обучению детей плаванию.

1. Адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования для детей с ТНР филиала «Сказочный дом» Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 142 города Пенза «Мечта»;
2. Примерная адаптированная основная образовательная программа для дошкольников с ТНР. под редакцией профессора Л.В. Лопатиной.
3. Воронова Е.К. Программа обучения плаванию в детском саду. - СПб: Детство-пресс, 2003.
4. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Богина Т.Л. Обучение плаванию в детском саду. - М.: Просвещение, 1991.
5. Антонов Ю.Е., Кунзецова М.Н., Саулина Т.Ф. Здоровый дошкольник. Социально-оздоровительная технология 21 века. - М.: 2000.
6. Аронова Е.Ю., Хашабова К.А. Здоровый образ жизни/ Физкультурно-оздоровительная работа с дошкольниками в детском саду и дома. – М.: Школьная пресса, 2007.
7. Большакова И.А. Маленький дельфин. Нетрадиционная методика обучения плаванию детей дошкольного возраста. – М.: Аркти, 2005.
8. Булгакова Н.Ж. Плавание. - М.: Физкультура и спорт, 2001.
9. Глебова С.В. Детский сад – семья: аспекты взаимодействия. - Воронеж ТЦ Учитель, 2006.
10. Егоров Б.Б., Верерникова О.Б., Яковлева А.В., Зайцева Т.Д., Панова Г.И., Пересадына Ю.Е. Оздоровительный комплекс в детском саду: бассейн фитобар-сауна. - М.: 2004.
11. Еремеева Л.Ф. Научите ребенка плавать. - СПб: Детство-пресс, 2005.
12. Железняк Н.Ч., Желобович Е.Ф. 100 комплексов ОРУ для младших дошкольников с использованием стандартного и нестандартного оборудования. – М.: Скрипторий 2003, 2010.
13. «Здоровый дошкольник». Парциальная образовательная программа физического развития детей дошкольного возраста. под редакцией Е.Ф. Купецковой.- Пенза; ГАОУДПО ИРРПО, 2006.
14. Кареева Т.Г. Образовательное пространство ДОУ. Формирование ЗОЖ у дошкольников (Планирование, система работы). - Волгоград: Учитель, 2011.
15. Картушина М.Ю. Праздники здоровья для детей 4-5 лет. Сценарии для ДОУ. – М.: Творческий центр Сфера, 2008.
16. Картушина М.Ю. Праздники здоровья для детей 5-6 лет. Сценарии для ДОУ. – М.: Творческий центр Сфера, 2008.
17. Кочеткова Л.В. Оздоровление детей в условиях детского сада. - М.: Сфера, 2005.
18. Крутецкая В.А. Правила здоровья и оказание первой помощи. – СПб: Литера, 2008.
19. Кузнецова М.Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в ДОУ. Пособие для медицинских работников и воспитателей. - М.: Аркти, 2002.
20. Мартынова Л.В., Попкова Т.Н. Игры и развлечения на воде.- М.:2006.

21. Маханева М.Д., Баранова Г.В. Фигурное плавание в детском саду. - М.: ТЦ Сфера, 2009
22. Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка/ пособие для практических работников дошкольных образовательных учреждений. – М.: Издательство Аркти, 2000.
23. Маханева М.Д. Индивидуальный подход к ребенку в ДОУ. – М.: Творческий центр, 2006.
24. Мелехина Н.А., Колмыкова Л.А. Нетрадиционные подходы к физическому воспитанию детей в ДОУ. - СПб: Детство-пресс, 2012.
25. Никанорова Т.С., Сергиенко Е.М. Здоровячок (система оздоровления дошкольников). – Воронеж, 2007.
26. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет). - М.: Владос 2001.
27. Пищикова Н.Г. Обучение плаванию детей дошкольного возраста. Занятия, игры, праздники. - М.: Издательство Скрипторий, 2003.
28. Потапчук А.А., Дидур М.Д. Осанка и физическое развитие детей. Программы диагностики и коррекции нарушений. - СПб: Речь, 2001.
29. Рыбак М.В. Занятия в бассейне с дошкольниками. Растим детей здоровыми. - М.: ТЦ Сфера, 2012 .
30. Рыбак М., Глушкова Г., Поташова Г. Раз, два, три, плыви. Методическое пособие для дошкольных образовательных учреждений. - М.: Обруч, 2010.
31. Сидорова И.В. Как научить ребенка плавать. Практическое пособие. - М.: Айрис Пресс, 2011.
32. Чеменева А.А., Столмакова Т.В. Система обучения плаванию детей дошкольного возраста.- СПб: Детство-пресс, 2011 г.
33. Шелухина И.П. Мальчики и девочки. Дифференцированный подход к воспитанию детей старшего дошкольного возраста. – М.: Творческий центр «Сфера», 2008.
34. Яблонская С.В., Циклис С.А. Физкультура и плавание в детском саду.- М.: Тв. центр «Сфера», 2008.

ПРИЛОЖЕНИЕ