

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 29 Пушкинского района Санкт-Петербурга**

**ПРИНЯТА**  
решением Педагогического Совета  
ГБДОУ детский сад №29  
Пушкинского района Санкт-Петербурга  
протокол от 30.08.2024 г. № 1

**УТВЕРЖДЕНА**  
заведующим ГБДОУ  
Мирошниченко М.В.  
Приказ № 53 - Од от 30.08.2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ИНСТРУКТОРА ПО ПЛАВАНИЮ**

Групп компенсирующей направленности по реализации адаптированной  
образовательной программы дошкольного образования для детей с ОВЗ (ЗПР)

**Составитель:**  
Коршунова Анна Владимировна

Санкт-Петербург  
2024 г.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

<b>РАЗДЕЛ 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</b>	<b>3</b>
1.1. Пояснительная записка	3
1.1.1. Цели и задачи Программы	3
1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы	4
1.1.3. Планируемые результаты реализации Программы	6
1.1.4. Целевые ориентиры освоения Программы детьми дошкольного возраста с ЗПР	7
1.1.5. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	7
<b>РАЗДЕЛ 2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>	<b>9</b>
2.1. Содержание образовательной области "Физическое развитие" (Плавание)	9
2.2. Примерное комплексно-тематическое планирование на учебный год	13
2.3. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации программы	14
2.4. Поддержка детской инициативы	15
2.5. План взаимодействия с семьями воспитанников	15
<b>РАЗДЕЛ 3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</b>	<b>16</b>
3.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	16
3.2. Организация режима пребывания детей с ОВЗ (ЗПР) в плавательном бассейне	17
3.3. Обеспечение безопасности ООД по плаванию	17
3.4. Расписание занятий по плаванию	19
3.5. Материально-техническое обеспечение программы	19
3.6. Методическое обеспечение реализации рабочей программы	20
<b>РАЗДЕЛ 4. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>	<b>21</b>
4.1. Краткая презентация Программы	21

## 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

### 1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа разновозрастной группы компенсирующей направленности (Далее -Программа) характеризует специфику содержания образования и особенности организации образовательной деятельности с детьми с ЗПР от 4до7(8) лет на 2024-2025 учебный год.

Программа адресована педагогическим и иным работникам, работающим с обучающимися данного образовательного учреждения, а также родителям (законным представителям) несовершеннолетних обучающихся.

Программа направлена на создание развивающей образовательной среды для детей раннего и дошкольного возраста, открывающей возможности для позитивной социализации ребёнка, его всестороннего личностного развития, развития инициативы и творческих способностей, индивидуализации на основе сотрудничества с взрослыми и сверстниками в соответствующих дошкольному возрасту видах деятельности и учетом особых образовательных потребностей детей с ограниченными возможностями здоровья (далее по тексту – ОВЗ) в условиях совместного образования.

В Программе отражены содержание обучения и воспитания, особенности организации образовательной деятельности и образовательного процесса, учитывающие возраст детей и их образовательные маршруты, направленность групп, а также участие родителей (законных представителей) в реализации Программы.

#### 1.1.1. Цели и задачи Программы

*Цель реализации Программы:* обеспечение условий для дошкольного образования, определяемых общими и особыми потребностями обучающегося раннего и дошкольного возраста с ОВЗ, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья. Программа содействует взаимопониманию и сотрудничеству между людьми, способствует реализации прав обучающихся дошкольного возраста на получение доступного и качественного образования, обеспечивает развитие способностей каждого ребенка, формирование и развитие личности ребенка в соответствии с принятыми в семье и обществе духовно-нравственными и социокультурными ценностями в целях интеллектуального, духовно-нравственного, творческого и физического развития человека, удовлетворения его образовательных потребностей и интересов.

*Задачи Программы:*

- ✓ реализация содержания АООП ДО;
- ✓ коррекция недостатков психофизического развития обучающихся с ОВЗ;
- ✓ охрана и укрепление физического и психического здоровья обучающихся с ОВЗ, в том числе их эмоционального благополучия;
- ✓ обеспечение равных возможностей для полноценного развития ребенка с ОВЗ в период дошкольного образования независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса;
- ✓ создание благоприятных условий развития в соответствии с их возрастными, психофизическими и индивидуальными особенностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка с ОВЗ как субъекта отношений с педагогическим работником, родителями (законными представителями), другими детьми;
- ✓ объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей, принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- ✓ формирование общей культуры личности обучающихся с ОВЗ, развитие их социальных, нравственных, эстетических,

- интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирование предпосылок учебной деятельности;
- ✓ формирование социокультурной среды, соответствующей психофизическим и индивидуальным особенностям развития обучающихся с ОВЗ;
  - ✓ обеспечение психолого-педагогической поддержки родителей (законных представителей) и повышение их компетентности в вопросах развития, образования, реабилитации (абилитации), охраны и укрепления здоровья, обучающихся с ОВЗ.

### 1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы

#### **Программа построена на следующих принципах дошкольного образования, установленных ФГОС ДО:**

- полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возрастов), обогащение (амплификация) детского развития;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников (далее вместе - взрослые);
- признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество ДОО с семьей;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка в различных видах деятельности;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- учёт этнокультурной ситуации развития детей.

#### **Специфические принципы и подходы к формированию АООП ДО для обучающихся с ЗПР:**

**Принцип социально-адаптирующей направленности образования:** коррекция и компенсация недостатков развития рассматриваются в образовательном процессе не как самоцель, а как средство наиболее полной реализации потенциальных возможностей ребенка с ЗПР и обеспечения его самостоятельности в дальнейшей социальной жизни.

**Этиопатогенетический принцип:** для правильного построения коррекционной работы с ребенком необходимо знать этиологию (причины) и патогенез (механизмы) нарушения. У обучающихся с ЗПР, особенно в дошкольном возрасте, при различной локализации нарушений возможна сходная симптоматика. Причины и механизмы, обуславливающие недостатки познавательного и речевого развития различны, соответственно, методы и содержание коррекционной работы должны отличаться. 3. Принцип системного подхода к диагностике и коррекции нарушений: для построения коррекционной работы необходимо разобраться в структуре дефекта, определить иерархию нарушений. Следует различать внутрисистемные нарушения, связанные с первичным дефектом, и межсистемные,

обусловленные взаимным влиянием нарушенных и сохранных функций. Эффективность коррекционной работы во многом будет определяться реализацией принципа системного подхода, направленного на речевое и когнитивное развитие ребенка с ЗПР.

**Принцип комплексного подхода к диагностике и коррекции нарушений:** психолого - педагогическая диагностика является важнейшим структурным компонентом педагогического процесса. В ходе комплексного обследования ребенка с ЗПР, в котором участвуют различные специалисты психолого-медико-педагогической комиссии (далее - ПМПК), собираются достоверные сведения о ребенке и формулируется заключение, квалифицирующее состояние ребенка и характер имеющихся недостатков в его развитии. Не менее важна для квалифицированной коррекции углубленная диагностика в условиях Организации силами разных специалистов. Комплексный подход в коррекционной работе означает, что она будет эффективной только в том случае, если осуществляется в комплексе, включающем лечение, педагогическую и психологическую коррекцию. Это предполагает взаимодействие в педагогическом процессе разных специалистов: учителей дефектологов, педагогов-психологов, специально подготовленных воспитателей, музыкальных и физкультурных руководителей, а также сетевое взаимодействие с медицинскими учреждениями.

**Принцип опоры на закономерности онтогенетического развития:** коррекционная психолого-педагогическая работа с ребенком с ЗПР строится по принципу "замещающего онтогенеза". При реализации названного принципа следует учитывать положение о соотношении функциональности и стадильности детского развития. Функциональное развитие происходит в пределах одного периода и касается изменений некоторых психических свойств и овладения отдельными способами действий, представлениями и знаниями. Стадильное, возрастное развитие заключается в глобальных изменениях детской личности, в перестройке детского сознания, что связано с овладением новым видом деятельности, развитием речи и коммуникации. За счет этого обеспечивается переход на следующий, новый этап развития. Обучающиеся с ЗПР находятся на разных ступенях развития речи, сенсорно-перцептивной и мыслительной деятельности, у них в разной степени сформированы пространственно-временные представления, они неодинаково подготовлены к счету, чтению, письму, обладают различным запасом знаний об окружающем мире. Поэтому программы образовательной и коррекционной работы с одной стороны опираются на возрастные нормативы развития, а с другой -выстраиваются как уровневые программы, ориентирующиеся на исходный уровень развития познавательной деятельности, речи, деятельности обучающихся с ЗПР.

**Принцип единства в реализации коррекционных, профилактических и развивающих задач:** не позволяет ограничиваться лишь преодолением актуальных на сегодняшний день трудностей и требует построения ближайшего прогноза развития ребенка с ЗПР и создания благоприятных условий для наиболее полной реализации его потенциальных возможностей.

**Принцип реализации деятельностного подхода в обучении и воспитании:** предполагает организацию обучения и воспитания с опорой на ведущую деятельность возраста. Коррекционный образовательный процесс организуется на наглядно действенной основе.

**Принцип необходимости специального педагогического руководства:** познавательная деятельность ребенка с ЗПР имеет качественное своеобразие формирования и протекания, отличается особым содержанием и поэтому нуждается в особой организации и способах ее реализации. Только специально подготовленный педагог, зная закономерности, особенности развития и познавательные возможности ребенка, с одной стороны и возможные пути, и способы коррекционной и компенсирующей помощи ему - с другой, может организовать процесс образовательной деятельности и управлять им. При разработке Программы учитывается, что приобретение дошкольниками с ЗПР социального и познавательного опыта осуществляется как в процессе самостоятельной деятельности ребенка, так и под руководством педагогических работников в процессе коррекционно-развивающей работы.

**Принцип вариативности коррекционно-развивающего образования:** образовательное содержание предлагается ребенку с ЗПР

через разные виды деятельности с учетом зон его актуального и ближайшего развития, что способствует развитию, расширению как явных, так и скрытых возможностей дошкольника.

**Принцип инвариантности ценностей и целей при вариативности средств реализации и достижения целей Программы:** Стандарт и Программа задают инвариантные ценности и ориентиры, с учетом которых Организация должна разработать свою адаптированную образовательную программу. При этом за Организацией остается право выбора способов их достижения, выбора образовательных программ, учитывающих разнородность состава групп обучающихся с ЗПР, их психофизических особенностей, запросов родителей (законных представителей).

### **1.1.3. Планируемые результаты реализации Программы**

В соответствии со Стандартом специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка с ОВЗ к концу дошкольного образования. Реализация образовательных целей и задач Программы направлена на достижение целевых ориентиров дошкольного образования, которые описаны как основные характеристики развития ребенка с ОВЗ. Они представлены в виде изложения возможных достижений обучающихся на разных возрастных этапах дошкольного детства.

Целевые ориентиры реализации Программы для обучающихся с ЗПР. Освоение обучающимися с ЗПР основного содержания АООП ДО, реализуемой в образовательной организации, возможно при условии своевременно начатой коррекционной работы. Однако полиморфность нарушений при ЗПР, индивидуально-типологические особенности обучающихся предполагают значительный разброс вариантов их развития. Особенности образовательной и коррекционно-развивающей работы с детьми с ЗПР состоят в необходимости индивидуально-дифференцированного подхода, снижения темпа обучения, структурной простоты содержания занятий, циклического возврата к уже изученному материалу и обогащения его новым содержанием, определения целевых ориентиров для каждого этапа образовательной деятельности с учетом возможностей конкретной группы и каждого ребенка. В связи с этим, рабочие программы педagogических работников в одинаковых возрастных группах могут существенно различаться.

### **1.1.4. Целевые ориентиры освоения Программы детьми дошкольного возраста с ЗПР**

#### ***К 5 годам***

Ребенок осваивает все основные движения, хотя их техническая сторона требует совершенствования. Практически ориентируется и перемещается в пространстве. Выполняет физические упражнения по показу в сочетании со словесной инструкцией инструктора по физической культуре (воспитателя). Принимает активное участие в подвижных играх с правилами. Осваивает координированные движения рук при выполнении действий с конструктором, крупной мозаикой, предметами одежды и обуви.

#### ***К 7-8 годам (на этапе завершения освоения Программы)***

Физическое развитие: у ребенка развита крупная и мелкая моторика, движения рук достаточно координированы, рука подготовлена

к письму, подвижен, владеет основными движениями, их техникой, может контролировать свои движения и управлять ими, достаточно развита моторная память, запоминает и воспроизводит последовательность движений, обладает физическими качествами (сила, выносливость, гибкость и другое), развита способность к пространственной организации движений, слухо-зрительно-моторной координации и чувству ритма, проявляет способность к выразительным движениям, импровизациям.

### 1.1.5. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

Педагогический мониторинг выступает как механизм, позволяющий выявить индивидуальные особенности развития обучающегося, на основе чего определить его перспективы и в направлении их достижения индивидуализировать образовательную деятельность. Педагогический мониторинг необходима для того, чтобы оказать помощь в выборе для каждого ребенка оптимальных благоприятных условий для обучения и развития, то есть педагогическая диагностика позволяет педагогу понять, в верном ли направлении он осуществляет свою деятельность с детьми, все ли образовательные потребности ребенка удовлетворяет, обеспечивает ли переход в процессе образования «зоны ближайшего развития» конкретного ребенка в «уровень актуального развития».

Педагогический мониторинг проводится в начале учебного года (сентябрь-октябрь) и в конце учебного года (апрель-май). Полученные данные заносятся в сводную таблицу уровня развития навыков плавания и развития физических качеств детей, занимающихся плаванием.

#### Уровень овладения необходимыми навыками и умениями

*Первый год обучения:*

<b>Фамилия и имя ребенка</b>	<b>Количество посещенных занятий</b>	<i>Свободное передвижение с различным положением рук</i>	<i>Погружение в воду с головой</i>	<i>Лежание на воде с помощью вспомогательных предметов</i>	<i>Собирание игрушек (30 сек)</i>	<i>Поливание на себя</i>

*Второй год обучения:*

<b>Фамилия и имя ребенка</b>	<b>Количество посещенных занятий</b>	<i>Свободное передвижение с различным положением рук</i>	<i>Погружение в воду с задержкой дыхания (3-5 сек.)</i>	<i>Лежание на воде с помощью вспомогательных предметов</i>	<i>Упражнение «Звездочка» на груди и на спине</i>	<i>Собирание игрушек за 30 сек.</i>	<i>Плавание на груди с работой ног (с предметом)</i>

**РАЗДЕЛ 2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**  
**2.1. Содержание образовательной области "Физическое развитие" (Плавание).**

Содержание данного раздела обязательной части Программы соответствует содержанию раздела ФАОП ДО и определяет возрастные линии образовательной деятельности дошкольной образовательной организации по физическому развитию детей дошкольного возраста.

Возраст обучающихся	Задачи образовательной деятельности	Содержание образовательной деятельности
	<p><b>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.</b>  <b>Физическая культура.</b>  <u>Задачи, актуальные для работы с детьми с ЗПР:</u>  обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка независимо от психофизиологических и других особенностей (в том числе, ограниченных возможностей здоровья);  оказание помощи родителям (законным представителям)</p>	<p><b>Сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся.</b>  Осваивает разучиваемые движения, их элементы как на основе демонстрации, так и на основе словесной инструкции, понимает указания педагогического работника. Обращается за помощью к педагогическим работникам при заболевании, травме. Отсутствуют признаки частой заболеваемости.</p> <p><b>Воспитание культурно-гигиенических навыков.</b>  Правильно выполняет процессы умывания, мытья рук с мылом. Пользуется расческой, носовым платком. Действия могут требовать небольшой коррекции и напоминания со стороны педагогического работника.</p>

<p><b>4-5 лет</b></p>	<p>в охране и укреплении физического и психического здоровья их обучающихся;          Развитие общей и мелкой моторики.          Развитие произвольности (самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции) двигательных действий, двигательной активности и поведения ребенка.          Формирование двигательных качеств: скоростных, а также связанных с силой, выносливостью и продолжительностью двигательной активности, координационных способностей.</p>	<p><b>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.</b>          Знаком с понятиями "здоровье", "болезнь". Имеет представление о составляющих здорового образа жизни: о питании, закаливании, необходимости соблюдения гигиенических процедур. Знает о частях тела и об органах чувств человека, о пользе утренней зарядки и физических упражнений, прогулок, о витаминах, об оказании элементарной помощи при ушибах и травме.  <b>Развитие двигательных качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости координации).</b> Развитие движений соответствует возрастной норме; движения хорошо координированы и энергичны; выполняются ловко, выразительно, красиво. Показатели тестирования показывают высокий возрастной уровень развития и физических качеств.  <b>Накопление и обогащение двигательного опыта обучающихся (овладение основными движениями).</b>          Умения и навыки в основных движениях соответствуют возрастным возможностям. Доступны традиционные четырехчастные общеразвивающие упражнения с четким сохранением разных исходных положений в разном темпе (медленном, среднем, быстром), выполнение упражнений с напряжением, с разными предметами с одновременными и поочередными движениями рук и ног, махами, вращениями рук; наклоны вперед, не сгибая ноги в коленях, наклоны (вправо, влево). Соблюдает правила в подвижных играх. Соблюдает правила, согласовывает движения, ориентируется в пространстве. Сформировано умение строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. Сохраняет правильную осанку самостоятельно в положениях сидя и стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Новые движения осваивает быстро. <b>Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.</b> Активно участвует в совместных играх и физических упражнениях. Выполняет правила в подвижных играх, реагирует на сигналы и команды. Развита интерес, самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений и подвижных игр, при этом переживает положительные эмоции. Пользуется физкультурным инвентарем и оборудованием в свободное время. Сформировано желание овладеть навыками доступных спортивных упражнений. Объем двигательной активности соответствует возрастным нормам.</p>
<p><b>5-6 лет</b></p>		<p><b>Сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся.</b>          Легко выполняет и осваивает технику разучиваемых движений, их элементов. Отсутствуют признаки частой заболеваемости. Может привлечь внимание педагогического работника в случае плохого самочувствия, недомогания.  <b>Воспитание культурно-гигиенических навыков.</b>          Самостоятельно и правильно выполняет процессы умывания, мытья рук, помогает в осуществлении этих процессов другим детям. Следит за своим внешним видом и внешним видом других обучающихся. Самостоятельно одевается и раздевается, помогает в этом другим детям. Элементарно ухаживает за вещами личного пользования, проявляя самостоятельность.</p>

**Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.**

Знаком с понятиями "здоровье", "болезнь", может дать их толкование в доступном возрастным возможностям объеме. Имеет представление о составляющих ЗОЖ: правильном питании, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены. Знает о пользе утренней гимнастики и физических упражнений.

**Развитие двигательных качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости координации).**

Развитые физические качества проявляются в разнообразных видах двигательной деятельности. Стремится к выполнению физических упражнений, позволяющих демонстрировать физические качества в соответствии с полом (быстроту, силу, ловкость, гибкость и красоту исполнения). Проявляется соотношение некоторых физических упражнений с поролевым поведением (силовые упражнения - у мальчиков, гибкость - у девочек). Показатели тестирования показывают высокий возрастной уровень развития физических качеств.

**Накопление и обогащение двигательного опыта обучающихся (овладение основными движениями).**

Техника основных движений соответствует возрастной норме. Осознанно и технично выполняет физические упражнения, соблюдает правильное положение тела. Выполняет четырехчастные, шестичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одновременным последовательным выполнением движений рук и ног, одноименной и разноименной координацией. Участвует в подвижных играх с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием, играх-эстафетах. Двигательный опыт обогащается в самостоятельной деятельности: свободно и вариативно использует основные движения, переносит в разные виды игр, интегрирует разнообразие движений с разными видами и формами детской деятельности.

**Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.**

Ребенок проявляет стремление к двигательной активности. Получает удовольствие от физических упражнений и подвижных игр. Хорошо развиты самостоятельность, выразительность и грациозность движений. Умеет самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры и разнообразные упражнения. Испытывает радость в процессе двигательной деятельности; активен в освоении новых упражнений; замечает успехи и ошибки в технике выполнения упражнений; может анализировать выполнение отдельных правил в подвижных играх; сочувствует спортивным поражениям и радуется победам. Вариативно использует основные движения, интегрирует разнообразие движений с разными видами и формами детской деятельности, действует активно и быстро в соревнованиях с другими детьми. Помогает педагогическим работником готовить и убирать физкультурный инвентарь. Проявляет интерес к различным видам спорта, к событиям спортивной жизни страны. Проявляет положительные нравственные и морально-волевые качества в совместной двигательной деятельности. Объем двигательной активности на высоком уровне.

6-7 лет

**Сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся.**

Развитые физические качества проявляются в разнообразных видах двигательной деятельности. Стремится к выполнению физических упражнений, позволяющих продемонстрировать физические качества в соответствии с полом (быстроту, силу, ловкость, гибкость и красоту исполнения).

**Воспитание культурно-гигиенических навыков.**

Самостоятельно правильно выполняет процессы умывания, мытья рук, помогает в осуществлении этих процессов другим детям. Следит за своим внешним видом и внешним видом других обучающихся. Самостоятельно одевается и раздевается, помогает в этом другим детям. Элементарно ухаживает за вещами личного пользования и игрушками, проявляя самостоятельность.

**Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.**

Знаком с понятиями "здоровье", "болезнь", может их трактовать. Имеет представление о составляющих ЗОЖ: правильном питании, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены, режима дня, регламента просмотра телепередач, компьютерных игр. Знает о пользе утренней гимнастики и физических упражнений. Знает о факторах вреда и пользы для здоровья.

**Развитие двигательных качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости координации).** Хорошо развиты сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость в соответствии с возрастом. Движения хорошо координированы. Стремится проявить хорошие физические качества при выполнении движений, в том числе в подвижных играх. Высокие результаты при выполнении тестовых заданий.

**Накопление и обогащение двигательного опыта обучающихся (овладение основными движениями).**

Самостоятельно, быстро и организованно выполняет построение и перестроение во время движения. Доступны: четырехчастные, шестичастные, восьмичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одноименными и разноименными, разнонаправленными, поочередными движениями рук и ног; упражнения в парах и подгруппах. Выполняет их точно, выразительно, с должным напряжением, из разных исходных положений в соответствии с музыкальной фразой или указаниями, с различными предметами.

**Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.** Сформирована потребность в ежедневной двигательной деятельности. Любит и может двигаться самостоятельно и с другими детьми, придумывает варианты игр и комбинирует движения, проявляет творческие способности. Участвует в разнообразных подвижных играх, в том числе спортивных, показывая высокие результаты. Активно осваивает спортивные упражнения и результативно участвует в соревнованиях. Объективно оценивает свои движения, замечает ошибки в выполнении, как собственные, так и других детей. Может анализировать выполнение правил в подвижных играх и изменять их в сторону совершенствования. Сопереживает спортивные успехи и поражения. Может самостоятельно готовить и убирать физкультурный инвентарь. Разв

интерес к физической культуре, к различным видам спорта и событиям спортивной жизни страны. Проявляет положительные нравственные и морально-волевые качества в совместной двигательной деятельности.

## 2.2. Примерное комплексно-тематическое планирование на учебный год

месяц	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
октябрь	1. Знакомство с помещениями бассейна, основными правилами поведения в нём	1. Знакомство с водой. 2. Знакомство с правилами поведения на воде	1. Приучать детей входить в воду, самостоятельно окунаться, не бояться брызг, не вытирать лицо руками 2. Воспитывать организованность при выполнении правил бассейна: по команде подходить к лестнице на вход и выход.	1. Продолжать приучать детей самостоятельно входить в воду 2. Упражнять в выполнении разных движений в воде
ноябрь	1. Приучать детей смело входить в воду, самостоятельно окунаться, не бояться воды 2. Воспитывать организованность при выполнении правил бассейна: по команде подходить к лестнице на вход и выход.	1. Продолжать приучать детей смело входить в воду, самостоятельно окунаться, не бояться воды	1. Приучать детей переходить от одного бортика бассейна к другому самостоятельно, не толкаясь, разгребая воду руками 2. Воспитывать организованность при выполнении правил бассейна: по команде подходить к лестнице на вход и выход.	1. Приучать детей принимать горизонтальное положение на груди в воде, держась за поручень бассейна с использованием нудлс.
декабрь	1. Приучать детей переходить от одного бортика к другому самостоятельно, не толкаясь, разгребая воду руками 2. Воспитывать организованность при выполнении правил бассейна: по команде подходить к лестнице на вход и выход.	1. Приучать детей принимать горизонтальное положение на груди в воде, держась за поручень бассейна с использованием нудлс.	1. Приучать детей принимать горизонтальное положение в воде на груди, держась за поручень с использованием нудлс. 2. Приучать играть в воде с игрушками самостоятельно	1. Упражнять в различных движениях в воде: ходьбе. 2. Воспитывать организованность при выполнении правил бассейна: по команде подходить к лестнице на вход и выход.

январь			1. Продолжать упражнять в различных движениях в воде: ходьбе. 2. Приучать передвигаться организованно	1. Упражнять в передвижении в воде 2. Воспитывать организованность при выполнении правил бассейна: по команде подходить к лесенке на вход и выход.
февраль	1. Упражнять в передвижении в воде 2. Воспитывать организованность при выполнении правил бассейна: по команде подходить к лесенке на вход и выход.	1. Упражнять в различных движениях в воде: ходьбе, беге, прыжках 2. Воспитывать организованность при выполнении правил бассейна: по команде подходить к лесенке на вход и выход.	1. Упражнять в различных движениях в воде: ходьбе, беге, прыжках 2. Воспитывать уверенность в передвижении в воде	1. Приучать смело погружать лицо в воду, не вытирать руками 2. Учить двигаться с плавательной доской на груди.
март	1. Продолжать двигаться с плавательной доской на груди. 2. Воспитывать организованность при выполнении правил бассейна: по команде подходить к лесенке на вход и выход.	1. Учить детей погружаться в воду с головой 2. Приучать не бояться воды, выполнять вдох-выдох	1. Продолжать учить детей погружаться в воду с головой 2. Упражнять в выполнении вдоха-выдоха	1. Продолжать учить детей погружаться в воду с головой 2. Упражнять в выполнении вдоха-выдоха
апрель	1. Закреплять умение делать вдох-выдох в воду 2. Продолжать двигаться с плавательной доской на груди	1. Продолжать закреплять умение делать вдох-выдох в воду 2. Продолжать двигаться с плавательной доской на груди	1. Учить двигаться с плавательной доской на груди 2. Воспитывать организованность при выполнении правил бассейна: по команде подходить к лесенке на вход и выход.	1. Закреплять навык погружения в воду с головой делая выдох в воду 2. Продолжать двигаться с плавательной доской на груди

### 2.3. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов.

Название проекта	Сроки реализации
«Использование подвижных игр на воде при обучении дошкольников плаванию»	Долгосрочный (октябрь-апрель)
Семейный проект «Наш выходной»	Краткосрочный (февраль)

### 2.4. Поддержка детской инициативы

Применять различные формы поощрения дошкольников. Создавать условия для развития детской инициативы в данной образовательной области. Настольно-печатные игры на тему о спорте. Подвижные игры, игры с элементами спорта. Игры - имитации,

хороводные игры. Физические упражнения. Отражение впечатлений о физкультуре и спорте в продуктивных видах деятельности. Двигательная активность во всех видах самостоятельной деятельности детей. Рассмотрение иллюстраций. Наблюдение. Ситуативные разговоры; решение проблемных ситуаций. Свободное общение о ЗОЖ. Комплекс закаливающих процедур (воздушные ванны, ходьба босиком, сон без маек и пижам). Гимнастика (утренняя, бодрящая, дыхательная). Использование приемов массажа (растирание сухой махровой перчаткой), точечный массаж, суджок - технология и др.

### 2.5. План взаимодействие с семьями воспитанников

Месяц	Форма проведения
Октябрь	«В здоровом теле-здоровый дух» онлайн консультация
Ноябрь	«Родительский марафон» открытое занятие
Декабрь	«Новый год в подводном царстве» досуг
Январь	«За здоровьем – босиком» (видео-консультация)
Февраль	«Родительский марафон» открытое занятие
Март	Семейный проект «Наш выходной»
Апрель	Правила поведения на открытых водоемах (онлайн-консультация, стенд)

### РАЗДЕЛ 3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

### 3.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Бассейн оборудован согласно современным требованиям и принципам построения предметно-пространственной среды.

**Содержательно-насыщенный** - предусматривает разнообразие материалов и оборудования и активности воспитанников во взаимодействии с предметным окружением;

1. **Полифункциональности** - предметно-пространственная среда должна открывать множество возможностей, обеспечивать все составляющие образовательного процесса, а значит должна быть многофункциональной;
2. **Трансформируемости** - предполагает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации;
3. **Доступности**, позволяющей обеспечивать свободный доступ воспитанников к играм, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;
4. **Вариативности**: предметно-пространственная среда бассейна должна быть обеспечена многообразием материалов, конструктивным решением, мобильностью его компонентов;
5. **Принцип безопасности**, позволяющий при создании предметно-развивающей среды обеспечивать безопасность для дошкольников (физическую, экологическую, психофизическую, психологическую, нравственно-духовную).

В бассейне создана развивающая предметно-пространственная среда (далее – развивающая среда), которая обеспечивает:

- реализацию Программы
- учет национально-культурных, климатических условий, в которых осуществляется образовательная деятельность
- учет возрастных особенностей детей.

Для максимальной организации образовательного пространства, помещение бассейна разграничено на зоны:

- зал для разминки
- чаша бассейна
- уголок для формирования плавательных навыков и умений.

Развивающая среда в бассейне стимулирует физическую активность детей, присущее им желание совершенствоваться в приобретённых навыках плавания, побуждает применять в играх своё умение. В ходе игр, в том числе игровых упражнений, дети имеют возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Бассейн оснащен игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем (в соответствии со спецификой Программы). Все предметы доступны детям, что обеспечивает двигательную активность всех воспитанников, эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением, возможность самовыражения детей.

### 3.2. Организация режима пребывания детей с ОВЗ (ЗПР) в плавательном бассейне

*Совместная образовательная деятельность по плаванию* входит в образовательную область "Физическое развитие" как третье занятие по физической культуре.

На занятиях по плаванию дети делятся на две подгруппы по 6 человек. Комплектация групп происходит с учетом физической подготовки и по результатам диагностики.

*Структура проведения занятий:*

1. Подготовительная часть (общеразвивающие упражнения на суше или в воде);
2. Основная часть (специальные и подготовительные упражнения для обучения плаванию);
3. Заключительная часть (игры и упражнения на внимание).

При проведении ООД осуществляется медико-педагогический контроль над воспитанием и здоровьем каждого ребенка, с учетом его индивидуальных психофизиологических способностей.

Санитарно-гигиенические условия проведения занятий по плаванию включают следующее:

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

### **Санитарные нормы температурного режима в бассейне, параметры набора воды в каждой возрастной группе**

<i>Возрастная группа</i>	<i>Температура воды (°C)</i>	<i>Температура воздуха (°C)</i>	<i>Глубина бассейна (м)</i>
4-7(8) лет	+29...+31	+28...+31	0,8

### **3.3. Обеспечение безопасности ООД 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:

- Непосредственно образовательную деятельность по плаванию проводить в местах, полностью отвечающих всем требованиям безопасности и гигиены.
- Не допускать неорганизованного плавания, самовольных прыжков в воду и ныряния.
- 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.
- Не проводить непосредственно образовательную деятельность по плаванию с группами, превышающими 10-12 человек.

- Допускать детей к непосредственно образовательной деятельности только с разрешения врача.
- Приучать детей выходить из воды по неотложной необходимости только с разрешения преподавателя.
- Проводить поименно переключку детей до входа в воду и после выхода из нее.
- Научить детей пользоваться спасательными средствами.
- Во время непосредственно образовательной деятельности внимательно наблюдать за детьми, видеть всю группу, каждого воспитанника отдельно и быть готовым в случае необходимости быстро оказать помощь ребенку.
- Обеспечить обязательное присутствие медсестры при проведении непосредственно образовательной деятельности по плаванию.
- Не проводить непосредственно образовательную деятельность раньше, чем через 40 минут после еды.
- При появлении признаков переохлаждения (озноб, «гусиная кожа», посинение губ) вывести ребенка из воды и дать ему согреться. - Соблюдать методическую последовательность обучения.
- Знать индивидуальные данные физического развития, состояние здоровья и плавательную подготовку каждого ребенка.
- Прыжки в воду разрешать детям, умеющим уверенно держаться на поверхности воды.
- Не злоупотреблять возможностями ребенка, не форсировать увеличения плавательной дистанции.
- Добиваться сознательного выполнения детьми правил обеспечения безопасности непосредственно образовательной деятельности по плаванию.

*Каждый воспитанник должен знать и соблюдать следующие правила поведения в бассейне:*

- ✓ внимательно слушать задание и выполнять его;
- ✓ входить в воду только по разрешению преподавателя;
- ✓ спускаться по лестнице спиной к воде;
- ✓ не стоять без движений в воде;
- ✓ не мешать друг другу, окунаться;
- ✓ не наталкиваться друг на друга;
- ✓ не кричать;
- ✓ не звать нарочно на помощь;
- ✓ не топить друг друга;
- ✓ не бегать в помещении бассейна;
- ✓ проситься выйти по необходимости;
- ✓ выходить быстро по команде инструктора.

*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 наблюдение преподавателя 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.
- Соблюдение правил поведения в бассейне при организации плавания с детьми дошкольного возраста способствует обеспечению безопасности при проведении непосредственно образовательной деятельности.

### 3.4. Расписание занятий по плаванию

День недели	Время	Группа
Понедельник	10.10-10.35	Следопыты (ЗПР)

### 3.5. Материально-техническое обеспечение программы

В состав помещений бассейна входят: зал с ванной, раздевалка с душевыми и туалетом, техническое помещение. Бассейн удовлетворяет санитарно-гигиеническим требованиям к их устройству и эксплуатации. Помещение проветривается каждые 30-40 минут в течение 5-7 минут. Два раза в день проводится сквозное проветривание.

Для реализации программы имеются:

Колобашка 20 шт.

Лопатки для плавания 20 шт.

Нарукавники для плавания 20 шт.

Ласты 20 шт.

Пояс для плавания 10 шт.

Нудлс 10 шт.

Коннектор 10 шт.

Скамейка 5 шт.

Круг спасательный (детский облегченный) 2 комплекта.

Жилет страховочный 10 шт.

-Обручи с грузами (вертикальные) 10 шт.

Обручи плавающие (горизонтальные) 10 шт.  
Игрушки и предметы, тонущие и плавающие 5 наборов.  
Шест пластмассовый 2 шт.  
Плотик островок 2 шт.  
Разделительная дорожка

Дети занимаются плаванием в купальных костюмах, которые приносят из дома и уносят обратно в день занятий. Для передвижения по детскому саду до и после занятий приобретаются родителями махровые халаты с капюшоном и длинными рукавами. У каждого ребенка имеется свое домашнее полотенце и мочалка, которые после каждого занятия уносятся и обрабатываются родителями дома.

### **3.6. Методическое обеспечение реализации рабочей программы**

1. Осокина Т.И. Как научить детей плавать: пособие для воспитателя детского сада - М.: Просвещение, 1985.
2. Чеменева А.А., Столмакова Т.В. Система обучения плаванию детей дошкольного возраста - СПб, : "ИЗДАТЕЛЬСТВО "ДЕТСТВО-ПРЕСС", 2011.
3. Герхард Левин "Плавание с малышами - Минск.: "Полымя", 1981.
4. Развивающее обучение на занятиях по плаванию в детском саду, / опыт работы Канидовой В. М., "Московский Институт Повышения Квалификации Работников Образования. Учебно-Методическая Лаборатория по Дошкольному Образованию", 2012.
5. Маханева М.Д., Баранова Г.В. Фигурное плавание в детском саду - М.: Творческий центр" 2009.
6. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. - М.: МОЗАИКА - СИНТЕЗ, 2014.
- 7.

## **4. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

### **4.1. Краткая презентация Программы**

Образовательная программа дошкольного образования, адаптированная для воспитанников с ограниченными возможностями здоровья (с задержкой психического развития) Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения № 29 Пушкинского района Санкт-Петербурга (далее Программа) является нормативно-управленческим документом учреждения, характеризующим специфику содержания образования, особенности организации образовательного процесса, характер оказываемых образовательных услуг, с учетом которого государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 29 Пушкинского района Санкт-Петербурга осуществляет образовательную деятельность на уровне дошкольного образования для детей от 4 до 7 (8) лет, посещающих группы компенсирующей направленности для детей с ЗПР.

Цель реализации Программы (ФАОП ДО п.10.1): обеспечение условий для дошкольного образования, определяемых общими и особыми потребностями обучающегося раннего и дошкольного возраста с ОВЗ, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

Программа содействует взаимопониманию и сотрудничеству между людьми, способствует реализации прав обучающихся дошкольного возраста на получение доступного и качественного образования, обеспечивает развитие способностей каждого ребенка, формирование и развитие личности ребенка в соответствии с принятыми в семье и обществе духовно-нравственными и социокультурными ценностями в целях интеллектуального, духовно-нравственного, творческого и физического развития человека, удовлетворения его образовательных потребностей и интересов.

Целью программы коррекционной работы является создание специальных условий обучения и воспитания, позволяющих учитывать особые образовательные потребности обучающихся с ЗПР посредством индивидуализации и дифференциации образовательного процесса.

Задачи для работы с детьми ЗПР (ФАОП ДО п.45.2):

- выявление особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР, обусловленных недостатками в их физическом и (или) психическом развитии, индивидуально-типологических особенностей познавательной деятельности, эмоционально-волевой и личностной сфер;

- проектирование и реализация содержания коррекционно-развивающей работы в соответствии с особыми образовательными потребностями ребенка;

- выявление и преодоление трудностей в освоении общеобразовательной и коррекционной программ, создание психолого-педагогических условий для более успешного их освоения; формирование функционального базиса, обеспечивающего успешность когнитивной деятельности ребенка за счет совершенствования сенсорно-перцептивной, аналитико- синтетической деятельности, стимуляции познавательной активности;

- целенаправленное преодоление недостатков и развитие высших психических функций и речи; -целенаправленная коррекция недостатков и трудностей в овладении различными видами деятельности (предметной, игровой, продуктивной) и формирование их структурных компонентов: мотивационного, целевого, ориентировочного, операционального, регуляционного, оценочного;

- создание условий для достижения детьми целевых ориентиров ДО на завершающих его этапах; -выработка рекомендаций относительно дальнейших индивидуальных образовательных маршрутов с учетом индивидуальных особенностей развития и темпа овладения содержанием образования; -осуществление индивидуально ориентированного психолого-педагогического сопровождения с учетом особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей обучающихся в соответствии с рекомендациями ПМПК и ППк.

Структура Программы в соответствии с требованиями Стандарта включает три основных раздела- целевой, содержательный и организационный.

Целевой раздел Программы включает пояснительную записку и планируемые результаты освоения Программы, определяет ее цели и задачи, принципы и подходы к формированию Программы, планируемые результаты ее освоения в виде планируемых результатов (целевых ориентиров).

Содержательный раздел Программы включает описание образовательной деятельности в области физического развития; формы, способы, методы и средства реализации программы, которые отражают следующие аспекты образовательной среды: предметно-пространственная развивающая образовательная среда; характер взаимодействия с взрослыми; характер взаимодействия с другими детьми;

система отношений ребенка к миру, к другим людям, к себе самому; содержание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей (программу коррекционно-развивающей работы).

Одной из важнейших задач в условиях работы с детьми с ЗПР является просветительско-консультативная работа с семьей, привлечение родителей (законных представителей) к активному сотрудничеству, так как только в процессе совместной деятельности Организации и семьи удастся максимально помочь ребенку в преодолении имеющихся недостатков и трудностей.

При реализации задач социально-педагогического блока требуется тщательное планирование действий педагогических работников и крайняя корректность при общении с семьей.

В Организационном разделе программы представлены, условия реализации программы и ее материально-техническое оснащение, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания, распорядок дня, особенности организации предметно-пространственной развивающей образовательной среды.