

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – Детский сад №88» Кировского района г.Казани

«Принято»
Педагогическим советом МАДОУ
«Центр развития ребенка - Детский сад №
88» Кировского района г.Казани
Протокол от 31.08.2022 г. №1

«Утверждаю»
заведующий МАДОУ «Центр развития
ребенка - Детский сад № 88» Кировского
района г.Казани
А.Ю.Соловьева
Приказ от 31.08.2022г. № 92



**Рабочая программа инструктора по
физической культуре для обучения детей
плаванию**

Составила:
Смирнова Светлана Григорьевна

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка.....	3
РАЗДЕЛ 1. Целевой раздел	
1.1 Цели и задачи обучения плаванию детей дошкольного возраста	4
1.2 Принципы обучения.....	4
1.3 Требования к уровню подготовки воспитанников	5
РАЗДЕЛ 2. Содержательный раздел	
2.1 Характеристики и задачи обучения плаванию детей раннего дошкольного возраста.....	5
2.2 Уровни усвоения программного материала и карта оценки плавательной подготовленности детей раннего дошкольного возраста.....	6
2.3 Характеристики и задачи обучения плаванию детей младшего дошкольного возраста.....	7
2.4 Уровни усвоения программного материала и карта оценки плавательной подготовленности детей младшего дошкольного возраста.....	8
2.5 Характеристики и задачи обучения плаванию детей среднего дошкольного возраста.....	9
2.6 Уровни усвоения программного материала и карта оценки плавательной подготовленности детей среднего дошкольного возраста.....	9
2.7 Характеристики и уровни усвоения программного материала старшего дошкольного возраста (старшая и подготовительная к школе группа)	10
2.8 Особенности работы с детьми с ОВЗ (детьми с ТНР).....	12
2.9 Особенности реализации регионального компонента программы.....	12
2.10. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.....	13
РАЗДЕЛ 3. Организационный раздел	
3.1 Формы, режим, продолжительность занятий.....	13
3.2 Организация занятий, одежда для занятий, дезинфекция воды и ванны.....	13
3.3 Меры безопасности при проведении занятий по плаванию.....	14
3.4 Материально-техническое обеспечение.....	15
3.5 Программно-методическое обеспечение.....	16
Приложение	16

Пояснительная записка

Каждый человек должен уметь плавать. И чем раньше он научится, тем лучше. Предлагаемая программа по обучению детей плаванию имеет физкультурно-оздоровительную направленность. Программа разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами по дошкольному образованию:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Санитарные правила СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (Covid19)».
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Основной образовательной программой дошкольного образования «МАДОУ «Центр развития ребенка – Детский сад №88 Кировского района г. Казани» и Рабочей программой воспитания.
- Адаптированной образовательной программой дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи МАДОУ «Центр развития ребенка – Детский сад №88» Кировского района г. Казани.
- Уставом МАДОУ «Центр развития ребенка – Детский сад №88 Кировского района г. Казани».
- Локальными актами МАДОУ «Центр развития ребенка – Детский сад №88 Кировского района г. Казани».

Актуальность данной программы состоит в том, что умение плавать, приобретенное в детстве, сохраняется на всю жизнь и является навыком, необходимым человеку в самых разнообразных ситуациях.

Педагогическая целесообразность обусловлена тем, что предложенные в программе формы и методы организации занятий способствуют разностороннему физическому развитию детей.

Данная программа оформлена в соответствии с Федеральным Государственным образовательным стандартом дошкольного образования.

Программа раскрывает роль и значение обучения плаванию в общей системе оздоровления ребенка, содействует формированию основ безопасного поведения, двигательной и гигиенической культуры и подготавливает его к здоровому образу жизни. При благоприятном систематическом воздействии на организм ребенка водной среды развиваются двигательные возможности, укрепляется нервная система, активизируются обмен веществ и работа внутренних органов, улучшается работа мышечно-связочного аппарата. Осваивая разные виды движений в воде,

дошкольники учатся управлять собственным телом, преодолевать чувство страха и неуверенности, принимать самостоятельные решения, дисциплинированности. Программа обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих задач обучения плаванию детей дошкольного возраста. В программу включены разные виды упражнений и игр, сопровождаемых стихами и загадками для детей, упражнения с нестандартным оборудованием, специальные упражнения, способствующие развитию дыхания, знакомящие с сопротивлением воды, позволяющие освоить навык всплывания, лежания на воде и скольжения.

Особое место в педагогическом процессе уделяется организации условий для самостоятельной деятельности детей по их выбору и интересам. С этой целью создается предметно-развивающая среда, организуется педагогически целесообразное, личностно-ориентированное взаимодействие взрослого и ребенка. Таким образом, купание, игры в воде, плавание можно рассматривать, как эффективное средство развития здорового ребенка.

РАЗДЕЛ 1. Целевой раздел

1.1 Цели и задачи обучения плаванию детей дошкольного возраста

Цель: Укрепление здоровья детей, через обучение плаванию.

Задачи:

1. Формирование нового навыка – скольжения на воде.
2. Создание условий для целесообразной двигательной активности и закаливания детского организма.
3. Формирование теоретических и практических основ освоения водного пространства.
4. Использование игровых упражнений, как главного условия обучения плаванию.
5. Стремление педагога к тому, чтобы занятия приносили детям радость, раскрывали детскую эмоциональность и творческую активность.
6. Развитие физических и нравственно-волевых качеств личности детей.
7. Воспитание потребности в здоровом образе жизни.

1.2 Принципы обучения

Рациональная методика обучения плаванию осуществляется в соответствии с основными принципами физического воспитания.

- Принцип интеграции. Основан на индивидуальных потребностях ребенка, обеспечивает ему свободу выбора, предоставляет возможность получения необходимых знаний и навыков.

- Принцип сознательности и активности. Предполагает устойчивый интерес к занятиям плаванием.

- Принцип наглядности. Предполагает использование наглядных пособий, ориентиров.

- Принцип доступности. Предполагает постепенное возрастание требований, соответствующих психологической, физической, координационной готовности к обучению и требует, чтобы показ, объяснение, техническая сложность учебного материала были доступны и посильны занимающимся. Это достигается умелым подбором и распределением упражнений по степени трудности,

применением их с учётом возрастных, половых и индивидуальных особенностей занимающихся.

- Принцип индивидуализации. Обеспечивает учет индивидуальных особенностей ребенка в целях наибольшего развития его способностей и повышения эффективности процесса обучения.

- Принцип постепенности. 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.

1.3 Требования к уровню подготовки воспитанников

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

- У ребёнка развита крупная и мелкая моторика.

- Ребёнок подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.

- Имеет начальные представления о ЗОЖ. Воспринимает ЗОЖ как ценность.

РАЗДЕЛ 2. Содержательный раздел

Содержание программы представлено по возрастным группам. Программа охватывает четыре возрастных периода физического и психического развития детей: Ранний дошкольный возраст – от полутора до 3 лет, младший дошкольный возраст — от 3 до 4 лет, средний дошкольный возраст — от 4 до 5 лет, старший дошкольный возраст — от 5 до 7 лет (старшая и подготовительная к школе группы).

2.1 Характеристики и задачи обучения плаванию детей раннего дошкольного возраста

Ранний возраст – чрезвычайно важный период психического и физического развития ребенка. В первые три года жизни закладываются наиболее важные способности - познавательная активность, любознательность, воображение, уверенность в себе и доверие к другим людям, закладываются основы развития физических качеств. Велика роль взрослого в совместной деятельности с ребенком. Взрослый организует действия и движения ребенка, помогает ему освоиться в водной среде.

Задачи воспитания и развития детей раннего возраста:

1. Способствовать благоприятной адаптации в бассейне детского сада, установлению положительных отношений с инструктором, медицинским работником и детьми в группе.

2. Ознакомить детей с правилами поведения в бассейне.

3. Учить детей входить в воду без боязни, передвигаться по дну бассейна с помощью взрослого и самостоятельно.

4. Играть в воде, используя игрушки.

5. Учить детей движениям рук и ног, имитируя различные способы плавания на суше и на воде, и том числе при помощи вспомогательных и поддерживающих средств.

6. Прививать детям культурно-гигиенические навыки.

2.2 Уровни усвоения программного материала и карта оценки плавательной подготовленности детей раннего дошкольного возраста

О чем узнают дети:

- О разных способах ходьбы.
- О разных исходных положениях выполнения общеразвивающих упражнений (стоя, сидя, лежа).
- О вариантах использования игрушек и физкультурных пособий (мячах, плавательных досках и других).
- О простейших общих правилах нахождения в ванне бассейна.
- О возможности передачи движениями повадок знакомых им животных, птиц.
- О гигиенических навыках: с помощью взрослого и самостоятельно раздеваться, мыться под душем, пользуясь мылом и губкой; насухо вытираться при помощи взрослого; одеваться в определенной последовательности.

Что осваивают дети:

1. Умение спускаться в воду друг за другом с поддержкой инструктора и самостоятельно, не толкаться и не торопить впереди идущего.
2. Передвижения в воде, различными способами.
3. Умение подпрыгивать в воде, отрывая ноги от дна бассейна.
4. Преодоление водобоязни: обливание водой лица, головы.
5. Умение задерживать дыхание.
6. Умение выполнять вдох и выдох на воду.
7. Играть в игры в воде.

Уровни усвоения программы:

Высокий – ребенок не боится воды, самостоятельно передвигается по дну бассейна в разных направлениях, умеет выполнять вдох и выдох на воду.

Средний – ребенок не боится воды, передвигается по дну бассейна самостоятельно с помощью вспомогательных средств (кругов, наруканников, доски), умеет выполнять вдох и выдох на воду.

Низкий – ребенок не преодолел водобоязнь, передвигается по дну бассейна с помощью инструктора, не желает вступать в общение со сверстниками и педагогом для выполнения игровых упражнений и игр, не инициативен.

Карта оценки плавательной подготовленности детей раннего возраста

№	Фамилия, имя ребенка	Умение спускаться в воду спиной вперед		Преодоление водобоязни (обливание водой лица, головы).		Передвижения в воде, различными способами.		Умение выполнять вдох и выдох на воду.		Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение)		Уровень развития	
		н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.
1.													

2.3 Характеристики и задачи обучения плаванию детей младшего дошкольного возраста

Младший возраст — важнейший период в развитии дошкольника, который характеризуется высокой интенсивностью физического и психического развития. В это время происходит переход ребенка к новым отношениям с взрослыми, сверстниками, предметным миром. Необходимо помочь каждому ребенку заметить рост своих достижений, ощутить радость переживания успеха в деятельности (Я — молодец!). При обучении детей младшего дошкольного возраста плаванию большое внимание уделяется начальному этапу формирования плавательных навыков. Это связано с тем, что, первоначально созданные и закрепленные, они не разрушаются полностью и впоследствии могут снова проявиться. При неправильно сформированных навыках в плавании (в скольжении), движения выполняются неэкономно, и это затрудняет весь дальнейший процесс обучения. Переучивать детей очень трудно.

Обучение каждому новому плавательному упражнению требует от ребенка определенной готовности, поэтому оно сводится к игре. Эмоциональная насыщенность игры позволяет ребенку активно двигаться в воде, помогает проявлять свои подражательные способности. Игровая деятельность дает малышу возможность проявлять самостоятельность в выборе способов достижения цели, партнеров, в использовании своих знаний и умений.

При закреплении движений в воде используется соревновательный момент. Детям предлагается выполнить задание для того, чтобы узнать, кто из них лучше выполнит упражнение и окажется победителем.

Под руководством медицинского работника и инструктора дети успешно осваивают навыки самообслуживания, культурно-гигиенические навыки, новые предметные и игровые действия.

Задачи воспитания и развития детей четвертого года жизни:

1. Способствовать установлению положительных отношений с инструктором, медицинским работником и детьми в группе, устойчивому эмоционально-положительному самочувствию и активности каждого ребенка.
2. Обеспечить физическое развитие детей, своевременное овладение основными плавательными движениями и элементарными культурно-гигиеническими навыками.
3. Учить, самостоятельно передвигаться по дну бассейна, не испытывать водобоязни, переходя на глубокую часть бассейна, погружаться по грудь, по шею, до уровня носа, до уровня глаз, погружаться в воду с головой.
4. Побуждать детей играть в воде, используя игрушки, бегать, прыгать.
5. Воспитывать у детей стремление к самостоятельности при передвижении и играх в воде.
6. Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к занятиям плаванием.

2.4 Уровни усвоения программного материала и карта оценки плавательной подготовленности детей младшего дошкольного возраста

О чем узнают дети:

- О пользе занятий плаванием, правилах поведения в бассейне
- О гигиенических навыках: самостоятельно раздеваться, мыться под душем, пользуясь мылом и губкой; насухо вытираться при помощи взрослого; одеваться в определенной последовательности.
- О новых вариантах построений: в колонну, шеренгу, круг.
- О новых вариантах использования пособий для обучения плаванию: круг, мяч, плавательная доска, различные игрушки (плавающие, тонущие, надувные).
- О простейших общих для всех правилах в подвижных играх.
- О новых специальных упражнениях пловца на суше и в воде.

Что осваивают дети:

- Умение самостоятельно спускаться в воду друг за другом.
- Преодоление водобоязни: погружаться под воду с головой.
- Комплексы упражнений для занятий в воде.
- Передвижения в воде шагом, бегом, прыжками.
- Вдох и выдох в воду.
- Простейшие специальные упражнения «пловца»: сидя на бортике выполнять движения ногами попеременно вверх-вниз.
- Игровые упражнения и веселые игры в воде.

Уровни усвоения программы:

Высокий – ребенок не боится воды, самостоятельно передвигается по дну бассейна в разных направлениях, самостоятельно умеет выполнять вдох и выдох в воду, погружаться под воду с головой.

Средний – ребенок не боится воды, самостоятельно передвигается по дну бассейна, затрудняется погружаться под воду с головой.

Низкий – ребенок не преодолел водобоязнь, передвигается по дну бассейна с помощью инструктора, не желает вступать в общение со сверстниками и педагогом для выполнения игровых упражнений и игр, не инициативен.

Карта оценки плавательной подготовленности детей младшего возраста

№	Фамилия, имя ребенка	Преодоление водобоязни (погружение под воду с головой).		Передвижения в воде, с выполнением заданий.		Умение выполнять вдох и выдох в воду.		Сидя на бортике движения ног способом кроль		Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение)		Уровень развития	
		н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.
1.													

2.5 Характеристики и задачи обучения плаванию детей среднего дошкольного возраста

Средний возраст - ребенок пятого года жизни отличается высокой активностью, у него ярко проявляется интерес к игре. Игровая мотивация активно используется педагогом в организации деятельности детей. Все виды образовательной деятельности проходят либо в форме игры, либо составлены из игровых приемов и действий. У детей пятого года жизни закрепляются умения и навыки плавания, приобретенные в младшем возрасте. Упражнения и игры выполняются на большей глубине. При обучении большое внимание уделяется начальному этапу освоения навыков всплывания и скольжения. 4-5 летние дети воспринимают показ и выслушивают пояснения заданий, находясь на суше, а потом выполняют их в воде. Этот методический прием начинает приобретать главенствующее значение. Показ должен быть четким, правильным и сопровождаться пояснениями.

Задачи воспитания и развития детей пятого года жизни:

1. Расширять знания детей о значении плавания, о влиянии плавания на организм.
2. Учить ориентироваться под водой, доставая со дна различные предметы.
3. Совершенствовать навык выполнения выдохов в воду.
4. Учить выполнять «звездочку» на груди и на спине с 2-мя нарукавниками, с одним нарукавником, без нарукавников.
5. Учить выполнять скольжение на груди с доской в руках.
6. Учить детей организованности и дисциплинированности.
7. Целенаправленно развивать быстроту, скоростно-силовые качества, общую выносливость, гибкость, содействовать развитию у детей координации, силы.

2.6 Уровни усвоения программного материала и карта оценки плавательной подготовленности детей среднего дошкольного возраста

О чем узнают дети:

- О значении занятий плаванием для здоровья и развития организма.
- О названиях способов плавания.
- О свойствах воды: сопротивление воды, плавучесть тела.
- О том, что можно выполнять упражнения в разном темпе (умеренном, быстром, медленном).
- О соблюдении правил в подвижных играх.
- О новых специальных упражнениях пловца на суше и в воде.

Что осваивают дети:

- Комплексы упражнений для занятий на суше и в воде.
- Одновременные и поочередные движения рук и ног.
- Преодоление водобоязни: погружаться под воду с головой и всплывать.
- Вдох и выдох в воду.
- Скольжение на груди с доской.
- Скольжение на груди с работой ног способом кроль, с доской.
- Умение доставать предметы со дна бассейна.
- Игровые упражнения и веселые игры в воде.

Уровни усвоения программы:

Высокий – ребенок не боится воды, умеет выполнять вдох и выдох в воду не менее 3-х раз, погружаться под воду с головой и всплывать, скользить на груди с доской и без.

Средний – ребенок не боится воды, самостоятельно передвигается по дну бассейна, погружается под воду с головой, не отрывая ног от дна.

Низкий – ребенок не преодолел водобоязнь, не погружается под воду с головой, не инициативен.

Карта оценки плавательной подготовленности детей средней группы

№	Фамилия, имя ребенка	Преодоление водобоязни (погружение под воду и всплывание).		Умение выполнять вдох и выдох в воду 3-5 раз.		Лежа на груди с опорой на руки, движения ног способом кроль		Скольжение на груди с доской		Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение)		Уровень развития	
		н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.
1.													

2.7 Характеристики и уровни усвоения программного материала старшего дошкольного возраста (старшая и подготовительная к школе группа)

Старший возраст - Возраст 5—7 лет характеризуется активизацией ростового процесса: за год ребенок может вырасти на 7—10 см. Изменяются пропорции тела. Совершенствуются движения, двигательный опыт детей расширяется, активно развиваются двигательные способности. Заметно улучшается координация и устойчивость равновесия, столь необходимые при выполнении большинства движений. При этом девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками. Начинается новый этап в обучении: осваиваются умения и навыки техники плавания кролем на груди и на спине. В играх и упражнениях воспитывается самостоятельность, сдержанность, организованность, умение творчески использовать приобретенные навыки. Можно так же проводить упражнения в соревновательной форме, или на более глубокой воде. В старшем возрасте расширяются представления об оздоровительном и прикладном значении плавания. В старшей группе дети продолжают разучивание скольжения на груди, и начинают разучивать скольжение на спине. Сначала дети совершенствуют навык скольжения с задержкой дыхания, а затем переходят к упражнению в скольжении, которое сопровождается плавным, спокойным выдохом в воду. Следует помнить, что при скольжении на груди и на спине все тело, руки, ноги должны быть вытянуты, носки оттянуты. В этот период важно вырабатывать согласованность движений ног и дыхания. Поворот головы с имитацией вдоха и выдоха сначала разучивается на суше, потом на мелкой воде в упоре лежа на прямые руки. Это же упражнение продвигается с продвижением на руках по дну вперед, а потом с поддерживающими предметами. Переходить к обучению движениям рук, следует после овладения правильным положением тела и работой ног. Движения рук педагог выполняет вместе с детьми, используя при этом зеркальный показ. Движение сопровождается пояснением. В полной координации в старшей группе дети плавают с задержкой дыхания на вдохе. Это упрощенная форма плавания, построенная на технически правильной основе. В подготовительной к школе

группе завершается обучение плаванию в детском саду. Но это не означает, что дети полностью овладевают технически правильными способами плавания. Большинство из них осваивает плавание кролем на груди и на спине в общих чертах, так как их движения еще недостаточно слитны и точны, наблюдается нарушение ритма. Можно позволить ребенку учиться тому способу, который ему больше нравится, в этом случае и результаты обучения будут лучше. В ознакомительной форме нужно дать детям возможность попробовать плавать всеми способами – кролем на груди, кролем на спине, брассом и дельфином.

Задачи воспитания и развития детей шестого и седьмого года жизни:

1. Укреплять здоровье, продолжать развивать двигательную и гигиеническую культуру детей.
2. Добиваться осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (общеразвивающих упражнений, скольжения на груди, и на спине).
3. Учить детей анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей.
4. Воспитывать у детей желание самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками.
5. Развивать у детей физические качества: общую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.
6. Воспитывать культуру общения, эмоциональную отзывчивость и доброжелательность к людям.
7. Закрепить знания о правилах безопасности на воде.

Организация опыта освоения образовательной области

О чем узнают дети:

- Об особенности правильного выполнения погружения в воду, скольжения в воде на груди и на спине.
- Узнают, что хороший результат в освоении навыка плавания зависит от правильной техники выполнения главных элементов: согласованной работы рук, ног и дыхания.
- Знакомятся с разнообразными вспомогательными упражнениями, входящими в «школу пловца».
- Об особенности способов плавания (какой самый быстрый, как лучше плыть на дальность).

Что осваивают дети:

- Комплексы упражнений для занятий на суше и в воде
- Умение переходить из положения «звездочка» в положение «поплавок» и наоборот.
- Умение выполнять скольжение на груди на дальность.
- Умение выполнять упражнение «отдых на воде» или «звездочка» на спине в течение 10-15 сек.
- Умение выполнять скольжение на груди и на спине 5-7 м. в старшей группе и 8-12 м. в подготовительной.

- Умение совершенствовать согласование движений рук, ног с различными вариантами дыхания.

- Упражнения, эстафеты, игры в воде.

Уровни усвоения программы:

Высокий – ребенок умеет выполнять вдох и выдох в воду не менее 5-10 раз, погружаться под воду с головой и всплывать «поплавок», «звездочка», «медуза», скользить на груди и спине с доской и без, с работой рук и ног способом кроль. Знает разные варианты игровых упражнений и игр на воде.

Средний – ребенок самостоятельно скользит по поверхности воды с доской и без, но допускает ошибки в технике работы рук и ног, выполняет упражнения «поплавок» и «медуза», затрудняется выполнять скольжение на спине, упражнение «звездочка» на спине.

Низкий – ребенок не инициативен, допускает существенные ошибки в технике движений, действует только по показу инструктора на суше и в воде.

Карта оценки плавательной подготовленности детей старшего возраста

№	Фамилия, имя ребенка	Преодоление водобоязни («поплавок», «звездочка», «медуза»).		Умение выполнять вдох и выдох в воду 5-10 раз.		Скольжение на груди с работой ног способом кроль		Скольжение на спине с работой ног способом кроль.		Проплывание любым способом на дальность 5-12 метров		Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение)		Уровень развития	
		н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.
1.															

2.8 Особенности работы с детьми с ОВЗ (детьми с ТНР)

В ДОУ работают группы комбинированного вида для детей с тяжелыми нарушениями речи.

Дети с тяжелыми нарушениями речи, это особая категория детей у которых есть значительные речевые нарушения.

Занятия с детьми с ТНР имеют коррекционно-развивающую направленность. Исправление речевых и сопутствующих им нарушений является основной целью работы педагогов в группе для детей с ТНР. Совместная коррекционно-развивающая деятельность учителя-логопеда и инструктора по обучению плаванию представляет собой объединение системы движений и упражнений, в соответствии с АОП дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи МАДОУ «Центр развития ребенка – Детский сад №88». Развивает функциональные системы ребенка: воспроизведение речевого и двигательного материала, развитие слухового, зрительного, пространственного восприятия, координации движений общей и мелкой моторики, формирование речевого и физиологического дыхания (согласованность дыхания и движений в процессе плавания).

2.9 Региональные особенности реализации программы

Программа учитывает региональные особенности: подвижные игры на воде с использованием лексического минимума на татарском языке и татарские народные подвижные игры, адаптированные к использованию в бассейне.

Подвижные игры на воде (региональный компонент):

1. «Су Анасы»
 2. «Рыбаки»
 3. «Утка и утята»
 4. «Медвежонок Умка и рыбки»
 5. «Ручейки и озера»
 6. «Ястреб и утки»
 7. «Успей поймать»
 8. «Охотники и утки»
 9. «Полярная сова и евражки»
 10. «Солнышко и дождик»
- (Описание игр см. в приложении)

2.10. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников:

- важен положительный эмоциональный настрой педагогов и родителей на совместную работу по воспитанию детей. Педагог может проводить с родителями консультации о пользе занятий плаванием, об особенностях освоения программы детьми, давать соответствующие рекомендации. Помогает родителям в решении педагогических проблем, учитывая мнение семьи по взаимодействию с ребенком. Родители, в свою очередь, берут на себя ответственность по обеспечению ребенка купальными принадлежностями для возможности посещения занятий. Родители (законные представители) воспитанников могут принимать участие в проведении открытых занятий, досугов и развлечений для детей, в рамках Дней открытых дверей (в том числе с использованием дистанционных технологий)

РАЗДЕЛ 3. Организационный раздел

3.1 Формы, режим, продолжительность занятий.

В группах для детей раннего возраста (от 1,5 до 3 лет) учебным планом предусмотрено 1 занятие в неделю. В младшей, средней, старшей и подготовительной возрастных группах учебный план рассчитан 2 занятия в неделю. Занятия могут в зависимости от поставленных целей и задач проводиться как в чаше бассейна, так и на суше.

Продолжительность занятия, согласно действующих СанПиН, не более:

- Ранний возраст – 10 минут
- Младший дошкольный возраст (3-4 года) – 15 минут;
- Средний дошкольный возраст (4-5 лет) – 20 минут;
- Старший дошкольный возраст (5-6 лет) – 25 минут.
- Старший дошкольный возраст (6-7 лет) – 30 минут.

Занятия проводятся по подгруппам.

3.2 Организация занятий, одежда для занятий, дезинфекция воды и ванны.

- Организация занятий.

Температура воды в ванной бассейна поддерживается в среднем +29°C, +30°C, температура воздуха в зале с ванной +29°C, в помещении для переодевания и душевой +26°C.

Занятия состоят из трех частей:

вводно-подготовительной, основной и заключительной. Занятия по обучению плаванию можно проводить, пользуясь фронтальным, групповым и поточным методами организации занимающихся. При этом они могут выполнять задание одновременно или поочередно. Организация занимающихся на занятии может осуществляться преимущественно одним методом или путем комплексного использования всех трех методов.

Посещение бассейна возможно при наличии разрешения врача педиатра.

Обучение плаванию проводит инструктор по плаванию, в соответствии с утвержденной программой. Он полностью отвечает за порядок во время проведения занятий и безопасность детей. На занятии необходимо присутствие медицинского работника. Вместе с медицинской сестрой бассейна инструктор приучает детей к строгому соблюдению правил гигиены, оказывает необходимую помощь детям при раздевании, принятии душа, одевании, сушке волос.

Одежда для занятий.

Наиболее удобная одежда для детей на пути к бассейну из группы и обратно: удлиненные халаты из махровой ткани с капюшоном. На ногах у детей носки и сандалии. С собой ребенок должен взять: резиновую шапочку, плавки для купания, губку и полотенце.

Дезинфекция воды и ванны.

Дезинфекция воды: вода, меняется каждый день, во время занятий, постоянный приток чистой воды. В соответствии с санитарными правилами качество воды, подаваемой в бассейн, должно соответствовать ГОСТ 2874-82 «Вода питьевая» (мутность, цветность, прозрачность, запахи привкус).

Дезинфекция ванны проводится при каждом опорожнении бассейна. Её тщательно моют мыльно-содовым раствором, чистят щёткой с последующим ополаскиванием горячей водой из шланга. Текущий контроль санитарного состояния основных и подсобных помещений плавательного бассейна, осуществляется медицинской сестрой бассейна.

3.3 Обеспечение безопасности занятий.

Для предупреждения несчастных случаев и травм на занятиях необходимо соблюдать следующие требования и правила:

1. Поддерживать на занятиях строгую дисциплину.
2. Допускать детей к занятиям только с разрешения врача.
3. Не проводить занятия с группами, превышающими 12-15 человек.
4. Входить в воду только с разрешения инструктора.
5. Спускаться по лестнице спиной к воде.
6. Во время занятий внимательно наблюдать за детьми, видеть всю группу, каждого занимающегося отдельно и быть готовым в случае необходимости быстро оказать помощь ребенку.
7. 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.

8. Приучать детей выходить из воды по неотложной необходимости только с разрешения преподавателя.
9. Прыжки в воду разрешать детям, умеющим уверенно держаться на поверхности воды, строго под наблюдением инструктора и по его команде.
10. При прыжках в воду с твердой опоры необходимо обхватывать пальцами ног передний край этой опоры, чтобы не поскользнуться и не упасть назад.
11. При выполнении прыжка вниз ногами нужно, попав в воду согнуть ноги в коленях.
12. Внимательно слушать объяснение техники прыжка инструктором.
13. Обеспечить обязательное присутствие медсестры на занятиях.
14. При появлении признаков переутомления или переохлаждения вывести ребенка из воды и дать ему возможность отдохнуть и согреться.
15. Добиваться сознательного выполнения детьми правил безопасности на протяжении всего времени посещения бассейна.

Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий по обучению плаванию

Программой обучения детей плаванию предусмотрено проведения праздника «День Нептуна», в летний оздоровительный период. Проведение развлечений, досугов, дней открытых просмотров для родителей «Бассейн – территория здоровья», пропаганда ЗОЖ и консультации для родителей по вопросам оздоровления детей – в течении учебного года в соответствии с годовым планом ДОУ (при отсутствии ограничительных мероприятий по профилактике инфекционных заболеваний).

3.4 Материально-техническое обеспечения бассейна.

Бассейн расположен на 1 этаже детского сада, функционирует с 1983 года.

Общая площадь: 118,45 кв.м.

Включает в себя следующие помещения:

1. Зал с ванной бассейна 56,0 кв.м.
2. Ванна бассейна площадью 24,8 кв.м.
3. Раздевальня площадью 7,25 кв.м.
4. Сушильное помещение 3,6 кв.м.
5. Коридор площадью 38,0 кв.м.
6. Душевые площадью 6,0 кв.м.
7. Санузел площадью 4,0 кв.м.
8. Бойлерная площадью 3,6 кв.м.

Оборудование и инвентарь должны соответствовать возрасту, размеру, весу и росту ребенка. Инвентарь должен храниться в специально отведенных местах – на стойках, в корзинах.

Необходимый инвентарь: доски для плавания, нарукавники, плавающие и тонущие игрушки, ласты, очки для плавания, длинный шест 2 - 2,5 м. для поддержки и страховки обучающихся плаванию.

Для разминки на суше: мячи, гимнастические палки.

Игрушки для самостоятельных игр: круги, сачки, лейки, игрушки брызгалки, тонущие игрушки.

Игрушки позволяют разнообразить упражнения, повышают их эмоциональную насыщенность. Они должны быть яркими, разноцветными, привлекать детей к занятиям и играм в воде. Количество мелких игрушек должно соответствовать числу детей, одновременно занимающихся в бассейне. Гигиенические требования к игрушкам направлены на охрану жизни и здоровья детей. Они должны содействовать их нормальному физическому развитию, совершенствовать различные движения, укреплять нервную систему, развивать органы чувств. Все пособия и игрушки периодически подвергают санобработке в установленном порядке.

Материально-техническое обеспечение:

Тип оборудования	Наименование	Кол-во, шт.
Для обучения скольжению.	Плавательные доски	15
	Ласты	10
Для приобретения навыков погружения в воду и ныряния.	Утяжелённые дуги для подныривания «Слалом арки».	4
	Игрушки тонущие «Подводные палочки».	10
	Игрушки тонущие «Кольца» и «Рыбки».	12
	Игрушки тонущие «Диски с цифрами»	4
	Очки	15
Для передвижений в воде.	Палка – трубка «Нудлс».	15
	Надувные круги	15
	Нарукавники	15
	Акваперчатки	10
Для обучения навыкам дыхания.	Теннисные шарики	10
	Плавающие шарики «яйцо»	10
Оборудование для игр на воде.	Ворота для игры в водное поло	2
	Набор «Кольцеброс на воде»	2
	Разделительная дорожка длиной 8 метров.	1
Атрибуты для игр на воде.	Кораблики, рыбки, сачки, лейки, игрушки-брызгалки.	В ассортименте

3.5 Программно-методическое обеспечение.

- Воронова Е.К. Программа обучения детей плаванию в детском саду.

СПб: "ДЕТСТВО-ПРЕСС", 2003.

- Осокина Т.И., Тимофеева Е.А. «Обучение плаванию в детском саду» –М.: Просвещение, 1991.

- Рыбак М.В., Глушкова Г.В., Поташова Г.Н. Раз, два, три, плыви... : методическое пособие для дошкольных образовательных учреждений – М.: Обруч, 2010.

Приложение.

Игры в воде.

Одной из наиболее интересных и полезных форм работы по плаванию с детьми являются игры. Умелое использование игр на занятиях положительно влияет на психику детей, способствует их быстрому освоению с водной средой и овладению техникой плавательных движений, повышая эмоциональность занятия, игра используется как отдых и развлечение.

Игры на воде помогают решать ряд педагогических задач. Игра воспитывает волевые качества ребенка, чувства товарищества и коллективизма.

При подборе и проведении игр обычно учитывают следующие требования:

1. Каждая игра должна соответствовать уровню умственного развития, физической подготовленности и возрасту детей.
2. В игре должны принимать участие все занимающиеся данной группы.
3. Преподаватель должен точно соблюдать правила игры и вовремя фиксировать все нарушения.
4. Каждая игра должна решать педагогические задачи: освоение с водой, овладение техникой плавания, совершенствование физических качеств.
5. Преподаватель должен наблюдать за эмоциональным и физическим состоянием детей во время игры и не допускать перегрузки игроков.
6. Участвующие в играх дети должны выполнять плавательные движения без ошибок.
7. По окончании каждой игры необходимо подводить итоги деятельности всех играющих: сообщить недостатки и оценить действия каждого игрока.

Применяемые при обучении плаванию игры в воде классифицируются по их педагогической направленности: для освоения с водой, для изучения плавательных движений, для развития физических качеств, по региональному компоненту

ИГРЫ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ С ВОДОЙ.

Задача данной группы игр - познакомить детей с сопротивлением воды и обучить их самостоятельно передвигаться на воде в разных направлениях с кратковременным погружением.

«Зарядка».

Ножками потопали

(дети идут по воде) —

Топ-топ-топ.

Ручками похлопали

(хлопают руками по воде) —

Хлоп-хлоп-хлоп.

Сели, встали

(приседания в такт словам),

Снова сели,

И вокруг все посмотрели
(повороты в стороны).
(Игра повторяется 3—4 раза.)

«Карлики – Великаны».

Дети стоят по пояс в воде. Ведущий дает сигнал, выкрикивая слово: «Карлики!». Все садятся в воду. За сигналом: «Великаны!» - все игроки подпрыгивают вверх. Тот, кто ошибется, выбывает из игры. Побеждает тот, кто остался.

«Солнце и дождик».

Капля

раз, капля два,
(медленные хлопки по воде),
Капли медленно сперва:
Кап-кап, кап-кап.
Стали капли попевать
(быстрые хлопки по воде),
Капля каплю догонять —
Кап, кап, кап, кап.
Зонтик поскорей раскроем,
От дождя себя укроем.

Дети поднимают руки над головой и убегают в домик.

«Сердитая рыбка».

Ведущий - "сердитая рыбка" - стоит у одного бортика бассейна. Остальные дети находятся у противоположного бортика. Со словами:

«Сердитая рыбка тихо лежит,
Сердитая рыбка, наверное, спит.
Подойдем, ее разбудим,
И посмотрим - что же будет».

Дети подходят к сердитой рыбке, которая по окончании стишка "просыпается" и ловит детей. А те, в свою очередь, бегут к своему бортику. Далее выбирается новая "рыбка".

«Мы погреемся немножко».

Мы погреемся немножко,
Мы похлопаем в ладошки.
Хлоп-хлоп, хлоп-хлоп,
Мы похлопаем в ладошки.
(под водой хлопают в ладоши, делая брызги).
Мы погреемся немножко,
Мы попрыгаем на ножках.
Прыг-прыг, прыг-прыг.
Мы попрыгаем на ножках.
(дети выполняют прыжки).
Мы погреемся немножко,
Погоуляем по дорожкам.
Топ-топ, топ-топ.

Погуляем по дорожкам.

(дети шагают, в разных направлениях, высоко поднимая ноги).

«Веселые брызги». Играющие делятся на две команды и выстраиваются в две шеренги лицом друг к другу на расстоянии одного метра. По сигналу дети, начинают брызгать водой друг на друга. Выигрывает команда, в которой оказалось больше игроков, не закрывающих глаза, не поворачивающих лицо в сторону, не отступающих со своего места.

«Водолазы».

Цель игры - научить открывать глаза и ориентироваться под водой.

Каждый игрок берет в руки яркую, тонущую игрушку. Дети выстраиваются в шеренгу на расстоянии шага друг от друга. По команде взрослого все бросают игрушки вперед, затем делают глубокий вдох, ныряют под воду с открытыми глазами, и каждый старается найти свою. Игра повторяется 2 - 3 раза.

«Караси и щука».

Дети становятся в круг и берутся за руки. Один из играющих - «щука» должен запятнать другого - «карася». Игроки пропускают «карася» в круг и из круга, опуская до уровня воды или, поднимая (не выше, чем на 20—30 см) над водой руки, но не разъединяя их, и мешают «щучке» проникнуть в круг или выйти из него. Однако «щучке» предоставляется возможность нырнуть под руками играющих или перепрыгнуть через них головой вперед. При большом количестве игроков назначаются две «щуки». Запятнанный становится водящим, а пятнающий занимает место в круге взамен одного из игроков, который принимает на себя роль «карася».

«Белые медведи».

В углу бассейна обозначается небольшой участок — «льдина». На ней находятся двое детей — медведи. Остальные играющие — тюлени. Они размещаются в воде. По сигналу медведи берутся за руки и выходят на охоту. Настигнув зазевавшегося тюленя, медведи ловят его, соединив свободные руки. Пойманного тюленя отводят на льдину. Затем медведи возвращаются в воду, ловят другого тюленя и тоже отводят его на льдину, и т.д. Каждая пойманная пара тюленей также становится медведями и участвует в охоте за оставшимися тюленями.

«Караси и карпы»

Две команды с одинаковым количеством участников, стоят в центре бассейна, спиной друг к другу. Водящий командует: «Караси», названная команда убегает, «карпы» догоняют. Осаленные пересчитываются. Самыми ловкими объявляются игроки команды, поймавшей большее количество рыбешек.

«Хоровод».

Играющие, взявшись за руки, образуют круг. Медленно передвигаясь по кругу, они хором произносят слова:

Мы идем, идем,

Хоровод ведем.

Сосчитаем до пяти,

Ну, попробуй нас найти!

Хоровод останавливается, дети считают до пяти, опускают руки. При счете "Пять"

все одновременно погружаются в воду с головой, после чего выпрямляются. Игра продолжается, хоровод движется в другую сторону.

Проигравшим считается тот, кто не погрузился с головой в воду. Игра повторяется 2 - 3 раза.

«Поезд в тоннель».

Братья в гости снарядились,
Друг за друга уцепились,
И умчались, в путь далек,
Лишь оставили дымок (поезд, вагоны).

Дети выстраиваются в колонну по одному, изображая поезд. В воде из обручей сделан тоннель. Чтобы проехать через тоннель, дети поочередно погружаются с головой в воду. Дети держатся за руки друг друга. Игра повторяется 2 - 3 раза.

«Журавль».

Дети сидят на бортиках. Один ребенок - журавль, а остальные - лягушки. Журавль сидит в своем гнезде, а лягушки усаживаются на борт (кочку), и начинают свой концерт:

Вот с насиженной гнилушки,
В воду шлепнулась лягушка.

И, надувшись как пузырь,

Стала квакать из воды:

«Ква-кэ-кэ, ква-кэ-кэ,

Будет дождик на реке».

Как только лягушки произнесут последние слова, журавль вылетает из гнезда и ловит их. Лягушки прыгают в воду, где журавлю ловить их не разрешается.

Пойманная лягушка остается на кочке до тех пор, пока журавль не улетит и пока снова не вылезут все лягушки. Лягушки сидят в воде до тех пор, пока не улетит журавль.

После того, как журавль поймает несколько лягушек (3- 4), выбирается новый журавль из числа тех детей, которые ни разу не были пойманы.

«Насос».

Дети делятся на пары и, взявшись за руки, становятся друг против друга на расстоянии шага. По сигналу взрослого они начинают приседания, погружаясь в воду с головой и выполняя выдох.

Методические указания

Запрещается сходить со своего места, мешать друг другу.

«Рыбаки и рыбки».

Задача — развитие ориентировки в воде и освоение погружений с головой.

Описание игры. Три-четыре участника («рыбаки»), держась за руки, продвигаются по бассейну, стараясь окружить («поймать в сеть») убегающих «рыбок».

Пойманная «рыбка» становится «рыбаком». Игра заканчивается, когда будут пойманы все «рыбки», причем последняя считается самой проворной.

Методические указания. Нельзя ловить «рыбок» «разорванной» сетью. Если «рыбка» во время преследования погрузится в воду с головой или нырнет, то она считается непойманной.

ИГРЫ ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ ПЛАВАТЕЛЬНЫХ ДВИЖЕНИЙ.

Игры, направленные на изучение и совершенствование отдельных элементов техники плавания, помогают осваивать дыхание, скольжение при различных положениях тела и рук, движения ногами.

«Мостик».

Задача - освоение исходного положения для выполнения движений ногами.

Описание игры. Расположившись по кругу, дети садятся на дно в положение упора сзади. По сигналу придают телу прямое положение у поверхности воды (затылок на воде, смотреть вверх - «Кто быстрее?»). Фиксировать данное положение по заданию педагога. Повторить 3—4 раза. По повторному сигналу начинать движения ногами кролем на спине.

«Скользящие стрелы». Все играющие выстраиваются в одну шеренгу на мелком месте, лицом к воде. По команде преподавателя дети приседают в воду до плеч. Вытягивают руки вверх. Выполняют наклон вперед и, оттолкнувшись от дна, скользя, вытягиваются и принимают положение «стрелы». Выигрывает тот, кто проскользит дальше всех.

«Родничок». Все играющие выстраиваются в одну шеренгу у стенки бассейна и по сигналу преподавателя идут к противоположной стенке, выполняя попеременные гребковые движения рук в воде спереди назад. Во время ходьбы каждый играющий должен регулярно брать вдох и без задержки делать выдох так, чтобы во время выдоха на поверхности непрерывно бурлила вода.

Выигрывает тот, кто во время движения лучше других сделал «родничок».

«Буксир».

Дети распределяются по парам. Первые в парах принимают безопорное положение на груди, а вторые удерживают их за руки и продвигаются спиной вперед - «буксируют». Выигрывает тот, кто первым достигнет противоположного бортика. Затем, играющие меняются ролями. Вариант. Можно применять буксировку одним играющим двоих, двумя играющими одного, а также использовать пластмассовую палочку, за которую держится «буксируемый».

Методические указания

«Буксируемые», могут принимать положение на груди и на спине. Можно также во время буксировки выполнять различные движения ногами.

«Мельница». Игра проводится на мелком месте (глубина по пояс).

Дети располагаются в одну шеренгу у стенки бассейна, лицом к воде.

По сигналу преподавателя они отталкиваются от стенки или дна и в положении на груди выполняют попеременные круговые движения прямых рук в быстром темпе. (Дыхание задержано). Выпрямленные, но ненапряженные ноги могут свободно лежать в воде или делать колебательные движения вверх-вниз.

Выигрывает тот, кто быстрее других проплывет заданный отрезок.

«Бабочки». Дети выстраиваются в одну шеренгу на мелком месте, на расстоянии 1,5-2м. друг от друга. По команде «Бабочки полетели!» игроки наклоняются вперед и быстро идут по дну, выполняя гребковые движения рук, как при плавании дельфином. По второй команде «Бабочки прилетели!» все игроки немедленно останавливаются. Выигрывает тот, кто преодолел наибольшее расстояние,

правильно выполняя гребковые движения рук.

«Дельфины».

По команде «На старт!» дети принимают положение пловца на старте, по команде «Марш!» выпрыгивают вперед и затем выполняют движения ногами и туловищем «как дельфины», стараясь доплыть до установленной отметки. Игра может иметь несколько вариантов.

Методические указания

Если играющий останавливается, не доплыв до установленной отметки, он вновь принимает положение пловца на старте, выпрыгивает и продолжает движение. По мере освоения движений победителем целесообразно объявить того, кто не сделает ни одной остановки.

«Звездочка».

Играющие располагаются произвольно, но не мешая друг другу, и по сигналу принимают безопорное, горизонтальное положение на спине, руки и ноги разведены. По повторному сигналу выполняют движения по сведению и разведению рук и ног. Движения можно выполнять одновременно руками и ногами, а также попеременно. Во время движений ногами стопы находятся в положении «на себя» и в стороны («клюшка»).

«Медузы».

Играющие располагаются произвольно, но не мешая друг другу, и по сигналу принимают безопорное, горизонтальное положение на груди, руки и ноги разведены.

«Крабы».

На глубине по колению принять положение краба: сесть на дно, согнув ноги в коленях, и опереться руками сзади, затем приподнять таз как можно выше. Воспитатель кладет на живот ребенка тонущую игрушку. Ребенок должен постараться пройти, как краб, вперед или назад, не уронив груз в воду.

«Переправа»

Глубина воды — по пояс.

Играющие выстраиваются в одну шеренгу вдоль боковой стенки бассейна на расстоянии вытянутой руки друг от друга. По команде воспитателя они все вместе начинают переправляться на другой берег. Продвижению в воде дети помогают гребковыми движениями рук, приговаривая хором:

«Толкаюсь, толкаюсь руками о воду,

Вода помогает мне выбрать дорогу».

Методические указания.

Следить, чтобы пальцы рук были сомкнуты; пояснить различие между гребками рукой с сомкнутыми и разведенными пальцами. Запрещается толкать друг друга и брызгаться.

«Торпедь».

Задача — освоение и совершенствование скольжений.

Описание игры. По сигналу играющие принимают исходное положение и выполняют скольжение на спине (несколько человек одновременно). Побеждает

тот, кто дальше всех проскользнет, как «торпеда». В зависимости от условий игра может быть командной и некомандной.

Методические указания. Определять победителя могут сами дети, отмечая расстояние, которое проскользят их товарищи.

ИГРЫ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ.

«Пятнашки в кругу». Цель игры — научить ребят самостоятельно погружаться в воду с головой.

На мелком месте, играющие, становятся в круг, водящий располагается в его центре.

Он должен запятнать кого-либо, но останавливаться возле игрока не имеет права.

Игроки спасаются, окунаясь с головой в воду. Запятнанный становится водящим, а пятнающий занимает его место.

«Пятнашки с мячом». Играют как в обычные пятнашки, только салят не руками, а мячом. Своеобразие состоит в том, что водящий не имеет права пятнать (салить) мячом игрока, который окунулся в воду с головой. В игре соблюдается правило, по которому водящий перестает преследовать игрока, погрузившегося в воду, и начинает бегать за кем-нибудь другим, пока тот не окунется с головой.

Несомненно, среди играющих, найдутся и менее расторопные, кто не успел спрятаться под воду. Настигнутый мячом идет водить, а прежний водящий включается в игру.

«Попади в круг»

Дети, стоят в воде, образуя круг. В руках у них теннисные шарики. Ведущий кидает в центр надувной круг. Игроки по очереди кидают их в центр круга, каждый игрок имеет 2 – 3 попытки. Выигрывает тот, кто больше всех попадет в цель.

«Быстрые мячи».

Уровень воды — по пояс.

Играют 2-3 команды, они становятся колоннами. Расстояние между колоннами и между игроками 50-70 см. Поза - ноги врозь. В руках у капитанов мячи. По сигналу, наклонившись вперед и опустив руки и голову в воду, капитаны передают мячи между ногами игрокам, стоящим сзади. Те передают мяч под водой дальше. Когда мяч достигнет конца колонны, замыкающий поднимает его над головой и передает впереди стоящему игроку. Тот, прогнувшись и отведя руки немного назад, принимает мяч и передает вперед.

«Винт».

Играющие, становятся в одну шеренгу. По сигналу дети приседают, выполняют глубокий вдох, поднимают руки вверх, наклоняются и, сильно оттолкнувшись обеими ногами, скользят до полной остановки или опускания ног вниз, при этом во время скольжения нужно выполнять перевороты на спину и снова на живот (можно с помощью гребка обеими руками). При положении на спине руки остаются прижатыми к туловищу. Перевороты должны выполняться вскоре после отталкивания от опоры, когда скорость тела наибольшая.

ИГРЫ – РЕГИОНАЛЬНЫЙ КОМПОНЕНТ.

«Су Анасы» (Водяная)

Дети ходят по кругу взявшись за руки, проговаривая слова:

Су анасы, су анасы
Су анасын күр эле.
Каршында кем басып тора
Ялгышмыйча әйт эле.

Водяная стоит в центре круга с закрытыми глазами, после проговоренных слов, водяная показывает на любого ребенка рукой и должна угадать кто это.

Су анасы кем бу?

«Изобрази предмет»

Выбирается ведущий (он встает в круг). Дети стоят в кругу и говорят слова:

Алып килдек бүләкләр

Курчак, самолет, этләр

Аю, куян, песиләр

Нерсә кирәк, сайлап ал.

Ведущий ребенок называет что надо сделать детям, например, упражнение «Звезда» и все дети изображают звезду, ведущий выбирает самую красивую звезду. Ведущий меняется.

«Рыбаки и рыбки»

Все участники игры делятся на две группы. Одна группа — это «рыбаки», другая группа — это «рыбки». Эти две группы должны встать друг напротив друга на некотором расстоянии. Между «рыбаками» и «рыбками» происходит разговор:

- Что вы делаете?

- Невод.

- Что вы будете ловить?

- Рыбу.

- Какую?

- Муксуна.

- Ловите!

«Рыбы» убегают, а «рыбаки» стремятся их догнать. Если «рыбак» догонит и осалит «рыбу», она считается «пойманной».

«Утка и утята»

Из игроков выбирают утку и лису. Остальные игроки - утята.

Утка учит утят летать. Она бежит в разных направлениях и машет руками - "летает". Стайка утят бежит за уткой и точно повторяет ее движения.

В это время по сигналу ведущего (взрослого) из норы выскакивает лиса.

Утята должны быстро присесть на корточки, чтобы лиса их не заметила.

Лиса ловит тех, кто не успел присесть.

«Медвежонок Умка и рыбки»

Из числа играющих выбирается медвежонок Умка. Остальные дети – рыбки. Умка делает вид, что спит, а рыбки водят хоровод со словами:

«Рыбки весело плескались

В чистой светленькой воде

(свободно гуляют по бассейну),

То завьются

(круговые движения руками),

Разовьются
(тоже в обратном направлении),
То заплывают в воде
(дети разводят руками в разные стороны).
Умка – белый медвежонок –
Спрятал мордочку свою.
Нас поймать он очень хочет
(дети идут по кругу),
Но покажем нос ему!»

После этих слов ребята уплывают, кто, как может, а Умка догоняет их.
Дотронувшись до 3-4 ребят, Умка возвращается на место. Умка выбирают нового водящего, и игра продолжается.

Правила. Выполнять движения нужно в соответствии с текстом, уплывать только с последними словами.

«Ручейки и озера»

Дети стоят в двух-трех колоннах, с одинаковым количеством играющих в разных частях бассейна – это ручейки. На сигнал «Ручейки побежали!» все бегут друг за другом в разных направлениях (каждый в своей колонне).

На сигнал «Озера!» игроки останавливаются, берутся за руки и строят круги озера. Выигрывают те дети, которые быстрее построят круг.

«Ястреб и Утки»

Считалкой или по желанию выбирают водящего – Ястреба. Остальные дети делятся на две группы, делают «озера» из нудлов и занимают в них места. В каждом «озере» живет свой вид диких уток: «чирки», «кряквы» или «шилохвосты». Перед началом игры надо познакомить детей с этими видами птиц, показать картинки. Взрослый водящий «дирижирует» перелетами уток, говорит, кто с кем меняется местами. Если играет много народу, то можно выбрать не одного, а двоих «Ястребов».

«Полярная сова и евражки»

Полярная сова находится в углу площадки или комнаты. Остальные играющие – евражки. Под тихие ритмичные удары небольшого бубна евражки бегают на площадке, на громкий удар бубна евражки становятся столбиком, не шевелятся. Полярная сова облетает евражек, и того, кто пошевелится или стоит не столбиком, уводит с собой. В заключение игры (после трех-четырех повторений) отмечают тех игроков, кто отличился большей выдержкой.

«Солнышко и дождик»

После слов инструктора: «Какая хорошая погода, идите гулять!», ребята встают и начинают двигаться в произвольном направлении. Как только педагог скажет: «Дождь пошел, бегите домой!», дети должны прибежать на свои места. Инструктор приговаривает «Кап – кап – кап!». Постепенно дождь «утихает» и инструктор говорит: «Идите гулять. Дождь кончился!»