

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №19  
комбинированного вида Василеостровского района  
Санкт-Петербурга

**Срок реализации программы 2022-2023 учебный год**

Программа рассчитана на детей подготовительного к школе возраста группы компенсирующей направленности для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата(6-8 лет)

**ПРИНЯТА**

Педагогическим советом  
Государственного бюджетного дошкольного  
образовательного учреждения детского сада №19  
комбинированного вида Василеостровского района  
Санкт-Петербурга  
Протокол № 1 от 29.08.2022г.

**УТВЕРЖДЕНА**

Заведующим  
Государственным бюджетным дошкольным  
образовательным учреждением детским садом №19  
комбинированного вида Василеостровского района  
Санкт-Петербурга  
\_\_\_\_\_  
Н.А. Карпова  
Приказ № 66 от 31.08.2022г.

**Рабочая программа инструктора-методиста  
«Основная образовательная программа дошкольного образования,  
адаптированная для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья  
(с нарушениями опорно-двигательного аппарата)»**

Инструктор-методист:  
Цегельная Татьяна Гарасовна  
Тихонов Илья Викторович

## СОДЕРЖАНИЕ

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	
Пояснительная записка.....	3
1.1 Цели и задачи Программы .....	3
1.2 Принципы и подходы к формированию Программы .....	5
1.3 Характеристика возрастных особенностей развития детей подготовительного к школе возраста .....	6
1.4 Планируемые результаты освоения Программы.....	11
II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	
2.1 Перспективное планирование .....	12
2.2 Особенности взаимодействия с семьями воспитанников .....	12
2.3 Критерии оценки детей .....	13
III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	
3.1 Взаимодействие с другими специалистами.....	14
3.2 Учебный план на год .....	16
3.3 Материально – техническое и методическое обеспечение .....	16

## **1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.**

### **Пояснительная записка**

Рабочая Программа для детей подготовительного к школе возраста группы компенсирующей направленности для детей с нарушением опорно – двигательного аппарата (6-8 лет) (далее – Программа) – нормативный документ (локальный акт) Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада №19 комбинированного вида Василеостровского района Санкт-Петербурга (далее ДООУ), разрабатываемый на основе Основной образовательной программы дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (с нарушениями опорно-двигательного аппарата) (далее-Программа ДООУ) и Программы оздоровления Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада №19 комбинированного вида Василеостровского района Санкт-Петербурга на 2021-2026 год (далее-Программа оздоровления детского сада).

В данной рабочей программе представлены занятия, разработанные на основе знаний о возрастных, индивидуальных и психофизиологических особенностях детей дошкольного возраста. Занятия построены по общепринятой структуре и включают обучение основным видам движений, комплексы упражнений общеразвивающего характера с различными предметами и подвижные игры.

Программа «**Физическое развитие**», «**Плавание**» направлена на:

- реализацию принципа доступности, учитывая возрастные особенности детей;
- соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», реализуя принцип систематичности и последовательности;
- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования дошкольниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятий физическими упражнениями.

### **1.1 Цели и задачи Программы**

**Цели программы:** определение содержания и организации образовательной деятельности по физическому развитию детей старшего дошкольного возраста (Программа рассчитана на детей подготовительного к школе возраста группы компенсирующей направленности для детей с нарушениями опорно – двигательного аппарата (6-8 лет)) в ГБДОУ детский сад №19 комбинированного вида Василеостровского района:

- создавать условия для развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, личностного развития, развития инициативы и творческих способностей, на основе сотрудничества с взрослыми и сверстниками в соответствующих возрасту видах деятельности;
- создание развивающей образовательной среды для позитивной социализации и индивидуализации детей.

**Задачи программы:**

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- обеспечение преемственности целей, задач и содержания образования, реализуемых в рамках образовательных программ различных уровней (преемственность основных образовательных программ дошкольного и начального общего развития);
- создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка субъекта отношений с самим собой, другими детьми,

взрослыми и миром;

- объединения обучения и воспитания в целостный процесс на основе духовно-нравственных ценностей и принятых в обществе правил, и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирования предпосылок учебной деятельности;
- формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
- обеспечения психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

**Цель образовательной области «Физическое развитие», «плавание»:** сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям плаванием и здоровому образу жизни, гармоничное физическое развитие детей дошкольного возраста.

Рабочая программа призвана решать задачи в тесной связи с образовательными областями:

#### **«Плавание».**

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными плавательными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании;
- сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей;
- познания о ЗОЖ (знакомить с упражнениями, укрепляющими различные мышцы и системы организма);
- знакомить с правилами поведения в помещении бассейна, в воде;
- формировать основы безопасного поведения в помещении бассейна, в воде.

#### **«Социально-коммуникативное развитие»**

- обеспечение охраны здоровья детей, эмоционально-психического благополучия детей;
- прививать навыки самообслуживания;
- приучать убирать спортивный инвентарь в бассейне;
- приучать к вежливости, здороваться, входя в помещение бассейна и прощаться при выходе;

#### **«Познавательное развитие».**

- развивать познавательно-исследовательскую деятельность, элементарные математические представления (умение считать и воспроизводить количество движений по заданному числу);
- знакомить с подвижными играми в воде, различными видами спорта в воде (преимущественно летними видами спорта);
- совершенствовать ориентироваться в пространстве (верх-низ; спереди-сзади; справа-слева);
- развивать умение свободного общения со сверстниками и взрослыми.

#### **«Художественно-эстетическое развитие».**

- развивать навыки игровой деятельности;

- вызывать чувство радости во время выполнения упражнений.
- создавать положительный эмоциональный настрой от занятий по плаванию.

### **Оздоровительные задачи:**

Охрана жизни и укрепление здоровья детей повышение сопротивляемости к заболеваниям, неблагоприятным воздействиям внешней среды и работоспособности организма. Учитывая специфику данного термина, оздоровительные задачи занятий в бассейне определяются к каждой возрастной группе воспитанников в более конкретной форме:

- помогать формированию изгиба позвоночника, развитию сводов стопы, укрепление связочно-суставного аппарата, способствовать развитию всех групп мышц (особенно мышц-разгибателей), формированию опорно-двигательного аппарата и развитию двигательного анализатора;
- способствовать правильному соотношению развития частей тела, правильному функционированию внутренних органов, совершенствованию деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, развитию органов чувств, функции терморегуляции и центральной нервной системы.

### **Образовательные задачи:**

- формирование двигательных умений навыков, развитие психофизических качеств и двигательных способностей, передачу простейших понятий о занятиях плаванием и доступных знаний о водных видах спорта.

### **Воспитательные задачи:**

- формирование культурно-гигиенических навыков и потребности в здоровом образе жизни, формирование культуры чувств и эстетического отношения к физическим упражнениям в воде.
- Воспитание волевых качеств личности (смелость, решительность, выдержка, настойчивость и т. д.);
- Формирование положительных черт характера (организованность, скромность и др.);
- Формирование нравственных основ личности (чувства собственного достоинства, справедливости, товарищества, взаимопомощи и т. д.)
- В данной программе представлены занятия, разработанные на основе знаний о возрастных, индивидуальных и психофизиологических особенностях детей дошкольного возраста. Занятия построены по общепринятой структуре и включают обучение основным видам движений, комплексы упражнений общеразвивающего характера с различными предметами и подвижные игры.

## **1.2 Принципы и подходы к формированию Программы.**

Реализуемая программа строится на принципах:

- Поддержка разнообразия детства; сохранение уникальности детства как важного этапа в общем развитии человека, Самоценность детства — понимание (рассмотрение) детства как периода жизни значимого самого по себе, без всяких условий, значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот период есть период подготовки к следующему периоду;
- Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников Организации) и детей;
- Уважение личности ребенка;
- Реализация Программы в формах, специфических для детей дошкольного возраста, прежде всего в форме игр, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие ребенка.
- Полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение детского развития;

- Построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (индивидуализация дошкольного образования);
- Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником образовательных отношений;
- Поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- Сотрудничество детского сада с семьей;
- Приобщение детей к социальным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- Формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности; традициям семьи, общества и государства;
- Возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- Учет этнокультурной ситуации развития детей.

### **1.3 Характеристика возрастных особенностей развития детей подготовительного к школе возраста.**

Характеристика возрастных особенностей развития детей подготовительного к школе возраста группы компенсирующей направленности для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата (6-7 лет). На седьмом году жизни происходят большие изменения в физическом, познавательном, эмоциональном и социально-личностном развитии старших дошкольников, формируется готовность к предстоящему школьному обучению.

Движения детей седьмого года жизни отличаются достаточной координированностью и точностью. Дети хорошо различают направление движения, скорость, смену темпа и ритма. Возросла возможность пространственной ориентировки, заметно увеличились проявления волевых усилий, четко выражено стремление добиться хорошего результата. Старшие дошкольники активно приобщаются к нормам здорового образа жизни. В увлекательной, наглядно практической форме инструктор по плаванию обогащает представление детей о здоровье, об организме и его потребностях, способах предупреждения травматизма, закаливании.

Возраст 6-7 лет характеризуется активизацией ростового процесса. Быстро увеличивается длина конечностей. Следует помнить, что позвоночник ребенка 6-7 лет очень чувствительна к деформирующим воздействиям. Поэтому постоянный контроль за позой и осанкой каждого ребенка — обязательное условие его нормального физического развития.

При обучении плаванию детей этого возраста надо давать им возможность попробовать плавать всеми способами - кролем на груди, кролем на спине, брассом и дельфином. Бывают случаи, когда ребенок никак не может овладеть каким-либо способом, а другой схватывает без затруднения и быстро. Склонность ребенка к тому или иному способу плавания надо обязательно учитывать наряду с его индивидуальными данными и поддерживать.

Обучение основным видам движений плавания и развивающим упражнениям, подводимым к плаванию, проходит с учетом показаний и противопоказаний к выполнению физических упражнений в дошкольном учреждении. (см. Таблица № 1)(см. Таблица № 2)

#### **Таблица №1**

#### **Запрещенные и ограниченные упражнения в дошкольных учреждениях.**

*По итогам конференции «Запрещенные и ограниченные упражнения в дошкольных учреждениях», проводимой на кафедре физического воспитания Государственного педагогического университета им. Герцена 25 апреля 2002 года.*

№ п/п	Запрещенные и ограниченные упражнения.	Причины ограничения.	Рекомендательная замена.
1	Круговые вращения головой	Форма сустава не	Наклоны вперед, в

		предусматривает данное движение	стороны, повороты
2	Наклоны головы назад	Нестабильность шейного отдела позвонка, плохо сформированные мышцы шеи. Возможность смещения шейных позвонков	Замена отсутствует
3	Стойка на голове		Замена отсутствует
4	Чрезмерное вытягивание шеи		Выполнять упражнения с опусканием плеч вниз, назад
5	При выполнении упражнений лежа на спине, класть согнутые руки под голову ( тренировка верхнего отдела брюшного пресса )	Чрезмерное напряжение мышц шеи, возможное надавливание руками на шейный отдел позвоночника	Изменить положение рук
6	При выполнении упражнений лежа на спине, нельзя поднимать две ноги вместе (тренировка нижнего отдела брюшного пресса)	Увеличение поясничного лордоза, фаза натуживания оказывает влияние на сосуды шеи и головы	Ноги опускать и поднимать попеременно
7	Кувырок вперед	Нестабильность шейного отдела, плохо сформированные мышцы шеи	Замена отсутствует
8	Перекат на спине, удерживая руками колени	Отсутствует фиксация шейного отдела	Выполнять упражнение только со страховкой преподавателя
9	Лежа на животе, прогиб в поясничном отделе с упором на выпрямленные руки (упражнение кошечка)	Увеличение поясничного лордоза, возможность защемления поясничных дисков	Выполнять упражнения на согнутых руках, опора на локти
10	Сидение на пятках	Перерастяжение связок и сухожилий коленного сустава	Сиденье по-турецкий
11	При выполнении дыхательных упражнений, руки вверх поднимать нельзя	Уменьшается поступление кислорода а счет сокращения мышц верхнего плечевого пояса	Изменит положение рук в стороны, на пояс
12	Висы использовать не более 5 секунд	Слабость и перерастяжение связочно - мышечного аппарата, неспособность длительно удерживать статику	Замена отсутствует
13	Исключить прыжки босиком по жесткому покрытию	Слабый связочно - мышечный аппарат стопы Несформированность костей плюсны	Прыжки только на гимнастических матах
14	Бег босиком, опора на переднюю часть стопы	Несформированность костей плюсны	Бег в спортивной обуви

15	Метание набивного мяча из- за головы двумя руками разрешено только с пяти лет по 0,5 кг	Несоответствие массы тела ребенка и веса мяча	Уменьшить вес мяча
16	Статическое напряжение до 5 лет не использовать	Слабый связочно-мышечный аппарат	Разрешено только с 5 лет по 5- 7 секунд

**Таблица №2**

**Показания и противопоказания к выполнению физических упражнений при нарушении опорно - двигательного аппарата у дошкольников.**

Виды нарушения опорно-двигательного аппарата	В чем опасность для ребенка	Что исключать из физических упражнений	Какие упражнения показаны для коррекции
Воронкообразная грудная клетка	Риск возникновения сердечно- сосудистой недостаточности, уменьшение емкости грудной клетки, снижение объема легких	Упражнения, лежа на груди на массажном мяче, физиоролле и гимнастическом мяче. Плавание на груди	Все виды дыхательных упражнений, упражнения ля мышц грудной клетки, для рук с большой амплитудой движений, упражнения для рук с отягощением. Брасс на спине
Вдавленная грудная клетка	Нарушение сердечно-сосудистой и дыхательной системы. Возможны аномалии прикуса	Упражнения лежа на груди на массажном мяче, физиоролле и гимнастическом мяче; Плавание на груди	Все виды дыхательных упражнений, упражнения ля мышц грудной клетки, для рук с большой амплитудой движений, упражнения для рук с отягощением; Брасс на спине
Асимметрия лица. Кривошея	Синдром мышечной дистонии, образование асимметричного прикуса; нарушение дыхания (ротовое); сужение верхней челюсть, изменение формы носовых ходов. Искривление носовой перегородки; Разрастание аденоидов; Асимметрия лопаток	Избегать длительных упражнений в положении лежа на больном боку	Дыхательные упражнения лежа и сидя, повороты головы в разные стороны, наклоны с удержанием плеч (с сопротивлением)
Врожденный вывих бедра	Укорочение конечности на стороне вывиха; «утиная» походка; сложности родовой деятельности у девочек	Ограничение повышенных нагрузок при прыжках, беге и положениях способствующих подвывиху (на корточках и	Упражнения в сгибании бедер, перекаты из положения сидя в положение лежа (старшие дошкольники без помощи рук)



		четвереньках). Прыжки на батуте, спрыгивания, соскоки. Лежа на спине поднимание предметов ногами	
Дисплазия тазобедренного сустава	Прихрамывание, боль в тазобедренном суставе; снижение амортизационной функции позвочника	Исключить бег, прыжки, приседания	Упражнения в положении разгрузки сидя и лежа на спине, животе, на боку
Плоскостопие, плосковальгусная стопа	Боль в спине отеки, образование натоптышей, снижение амортизационной функции стопы и позвоночника, головные боли. В зрелом возрасте возможны артрозы голеностопного сустава	Ходьба на внутренней стороне стоп	Разные виды ходьбы, упражнения в захвате и переносе предметов, катание массажных валиков, круговые движения стоп. Боковая ходьба по гимнастической палке
Варусная установка стоп и голеней		Ходьба на внешней стороне стопы	Ходьба на внутренней стороне поверхности стоп, различные виды ходьбы на различной поверхности
Врожденная косолапость	Нарушение опорной функции стопы, боли в голеностопном суставе, образование натоптышей	Упражнения показанные при х- образном искривлении ног	Ходьба «елочкой» с разворотом стопы наружу, упражнения со сжиманием коленями массажного мяча
Х- образная деформация голеней	«Загребаящая» походка, разболтанность суставов, изменение мышечного тонуса, ухудшение крово- лимфо снабжения мышц; Снижение амортизационной функции позвочника	Упражнения показанные при о - образном искривлении ног	Пружинные приседания с разведением коленей, ходьба перекрестом. Отведение ног в сторону с приставлением; Наряженное разведение ног, скользая стопами по полу, верховая езда
Плоская спина	Снижение амортизационной функции позвочника. Возрастание ударной нагрузки на межпозвоночные диски, формирование детского остеохондроза. Снижение емкости грудной клетки, недостаточность	Плавание на спине	Упражнения на спине, животе, стоя в упоре на коленях и четвереньках. Плавание брассом, баттерфляем, не вынося руки из воды.

	снабжения клеток кислородом; Расстройство деятельности внутренних органов, возможны аномалии прикуса.		
Круглая спина (сутулость)	Снижение амортизационной функции позвоночника; Возрастание ударной нагрузки на межпозвоночные диски; формирование детского остеохондроза; Снижение емкости грудной клетки, недостаточность снабжения клеток кислородом; Расстройство деятельности внутренних органов, возможны аномалии прикуса.	Не рекомендуются кувырки вперед	Упражнения с гимнастической палкой, лежащей на локтевых сгибах сзади; Упражнения на физиороллах с прогибом в поясничном отделе позвоночника; Разгибание спины с усилием до максимального выпрямленного положения; Круговые движения двумя руками одновременно
Кругло - вогнутая спина	Уменьшение жизненной емкости легких и емкости брюшной полости	Не рекомендованы кувырки вперед, «качание» на спине	Упражнения с гимнастической палкой, лежащей на локтевых сгибах сзади; Упражнения на физиороллах с прогибом в поясничном отделе позвоночника; Разгибание спины с усилием до максимального выпрямленного положения; Круговые движения двумя руками одновременно
Сколиоз и сколиотическая болезнь	Изменение тел позвонков, выпячивание ребер. Нарушения со стороны развития внутренних органов	Асимметричные упражнения; Плавание кролем, баттерфляем, дельфином; Бег, прыжки, соскоки, подскоки; Упражнения скручивающие туловище; Упражнения с большой амплитудой движений туловища; Упражнения в положении сидя, висы	Симметричные упражнения; Упражнения в позе разгрузки (лежа на спине, животе); Дыхательные упражнения; Брасс на груди с удлиненной фазой скольжения; Кроль на груди; Гидромассаж

o- образная деформация голени	Походка «кавалериста», разболтанность суставов, изменение мышечного тонуса, ухудшение кровотока, снижение амортизационной функции позвоночника; Риск развития деформации позвоночника	Упражнения показанные при х- образном искривление ног	Ходьба с широко расставленными ногами, сведение стоп, скользая ими по полу, с силой прижимание голени друг к другу в положении сидя на полу; Упражнения в сопротивлении; Бег на коньках; Фехтование
Асимметрия грудной клетки	Нарушение развития внутренних органов, перекос тазовых костей	Плавание брассом	Упражнения для мышц груди и верхних конечностей; Дыхательная гимнастика

#### 1.4 Планируемые результаты освоения Программы.

Специфика дошкольного детства не позволяет требовать от ребенка дошкольного возраста достижения конкретных образовательных результатов и обуславливает необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров.

Целевые ориентиры используются педагогами, для:

- построения образовательной политики на соответствующих уровнях с учетом целей дошкольного образования, общих для всего образовательного пространства Российской Федерации;
- решения задач: формирования Программы, анализа профессиональной деятельности, взаимодействия с семьями;
- изучения характеристик образования детей 6 -8 лет;

#### Планируемые результаты освоения Программы детьми подготовительного к школе возраста группы компенсирующей направленности для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата (6-8 лет).

Дети в течение года узнают:

1 квартал:

- Как соблюдать правила поведения в бассейне;
- Бережно относиться к инвентарю и убирать его на место;
- Закреплять представления о значении плавания в жизни людей;
- Разучивать технику движений рук при плавании кролем на груди, на спине;
- Совершенствовать погружение, всплытие, лежание на воде;
- Продолжать развивать умение действовать по сигналу инструктора;
- Разучивать специальные силовые упражнения, аэробные волны.

2 квартал:

- Научить согласованию движений рук, ног при плавании кролем на груди, спине на задержке дыхания;
- Научить согласованию движений рук, ног при плавании кролем на груди, спине в согласовании с дыханием;
- Совершенствовать выдох в воду сериями 6, 8, 10 раз;
- Совершенствовать технику движений ног при плавании кролем на груди, на спине;
- Выполнять комплексы ритмической гимнастики на суше и в воде;
- Воспитывать интерес к занятиям спортом, стремление к здоровому образу жизни.

3 квартал:

- Разучивать согласование движения рук, ног, дыхания при плавании кролем на спине;

- Отрабатывать выдох в воду;
- Участвовать в эстафетах на воде;
- Выполнять элементы синхронного плавания: индивидуальные, в парах, в группах;
- Повышать сопротивляемость организма к перепаду температур;
- Совершенствовать пластичность и выразительность движений.

## 2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.

### Особенности организации образовательной деятельности:

- организация образовательной деятельности без принуждения, ненасильственные формы организации;
- приветствие субъективных отношений педагога и детей (сотрудничество, партнерство);
- игровая цель или другая интересная детям;
- преобладание диалога воспитателя с детьми;
- Предоставление детям выбора материалов, оборудования, деятельности;
- более свободная структура образовательной деятельности.

### 2.1 Перспективное планирование.

Смотреть папку «Приложение №1 к рабочей программе для детей подготовительного к школе возраста группы компенсирующей направленности с нарушениями опорно-двигательного аппарата (6-8лет)»; «Перспективное планирование на 2022-2023 учебный год».

### 2.2 Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.

Особенности взаимодействия с семьями воспитанников детей подготовительного к школе возраста группы компенсирующей направленности с нарушениями опорно-двигательного аппарата (6-8лет) (см. таблица №4).

При планировании использовалась Программа ДОУ.

Для успешной реализации Программы должны быть обеспечены поддержка родителей в воспитании детей, укреплении их здоровья, вовлечение семей в образовательную деятельность.

В работе активно используются разнообразные формы работы:

**Традиционные формы:** родительские собрания, консультации, спортивные праздники, досуги. Дни открытых дверей, оформление информационных стендов.

**Нетрадиционные формы:** Участие родителей в массовых мероприятиях детского сада.

Цель взаимодействия с семьей: Поддержка родителей в воспитании и укреплении их здоровья, вовлечение семей в образовательную деятельность ДОУ.

Задачи взаимодействия с семьей:

- ознакамливать родителей с особенностями физического развития детей.
- поддерживать уверенность родителей в собственных возможностях.
- помощь родителям в освоении методики укрепления здоровья ребенка, способствовать его полноценному физическому развитию, освоение культурно-гигиенических навыков, правил безопасности поведения.
- включать родителей в совместную деятельность с их детьми (открытые занятия, совместные праздники и досуги).
- развивать интерес родителей к проявлениям своего ребенка.
- развивать партнерские отношения с ребенком.
- совместно с родителями развивать положительное отношение ребенка к себе, уверенность в своих силах, стремление к самостоятельности.

### Таблица 3

**Перспективный план взаимодействия с семьями воспитанников, детей подготовительного к школе возраста группы компенсирующей направленности для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата (6-8лет).**

№	Месяц	Тема.	Форма работы.
1	Сентябрь	«Организация занятий в бассейне» Требования к форме	Групповое собрание  Открытый спортивно-музыкальный досуг на воде
2	Октябрь	«Закаливание»	Оформление стенда
3	Ноябрь	«День Нептуна»	Спортивно-музыкальный досуг на воде
4	Декабрь	Консультации по запросу родителей	Консультации, беседы
5	Январь	Консультации по запросу родителей	Консультации, беседы
6	Февраль.	Формирование личной гигиены	Оформление стенда
7	Март	Консультации по запросу родителей	Консультации, беседы
8	Апрель	Консультации по запросу родителей	Консультации, беседы
9	Май	«Наши достижения»	Открытое занятие
10	Июнь	День защиты детей	Игра путешествие

### 2.3 Критерии оценки детей.

Критерии оценки детей подготовительного к школе возраста группы компенсирующей направленности для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата (6-8 лет).  
Диагностика проводится 2 раза в год (сентябрь, май) в рамках занятий по плаванию. Нормативы и диагностики взяты из Программы оздоровления детского сада.

Разработанная система мониторинга позволяет, подойти к оценке физических умений дифференцированно.

#### Формами подведения итогов реализации данной программы являются:

- наблюдение за детьми на занятиях в бассейне (см. таблицу №4);
- мониторинг физической подготовленности детей дошкольного возраста (таблица №5);
- спортивные развлечения и праздники в бассейне детского сада;
- открытые занятия;
- на основании врача – ортопеда и врача - невролога после проведения коррекционной работы и оздоровительных мероприятий.

Таблица №4

#### Способы проверки ожидаемого результата детей подготовительного к школе возраста группы компенсирующей направленности для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата (6-8 лет).

Критерии	Показатели	Методы
Потребность в познании	Знание названий спортивного инвентаря, правил поведения в бассейне, знание видов соревнований, и водных видов спорта	Информирование, беседа, игра, лекции, просмотр и анализ наглядных пособий и видеоматериалов
Потребность	Посещение занятий.	Анализ журнала

заниматься	Активность на занятии	посещаемости, игровой метод, метод одобрения и поощрения
Самостоятельность и коммуникативность Гуманное отношение к сверстникам	Умение самостоятельно организовывать игры, демонстрировать свои успехи сверстникам; Активное участие в спортивной жизни ДОУ. Умение увидеть и исправить ошибки у себя и своих сверстников	Игровой метод, мотивация, личный пример, метод анализа, метод одобрения
Опыт ЗОЖ	Потребность в самостоятельных, дополнительных знаниях, соблюдение гигиены, режима. Самообслуживание	Мотивация, наблюдение, прогноз, метод одобрения, личный пример

**В конце года дети должны уметь:**

- выполнять выдох в воду сериями 8-10 раз;
- плавать на спине при помощи ног («стрелочка»);
- плавать на груди при помощи ног в согласовании с дыханием;
- плавать кролем на спине, на груди;
- выполнять комплексы ритмической гимнастики под музыку в воде.

**Таблица №5**

**Возрастно-половые показатели двигательных качеств детей подготовительного к школе возраста группы компенсирующей направленности для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата (6-8 лет).**

Параметры	Мальчики			Девочки		
	Низкий (1 балл)	Средний (2 балла)	Высокий (3 балла)	Низкий (1 балл)	Средний (2 балла)	Высокий (3 балла)
Вдох и выдох в воду	5 раз	7 раз	8 раз	4 раза	6 раз	7 раз
«Звезда» на груди/на спине	3,0 сек	6,0 сек	7,0 сек	3,0сек	5,5 сек	6,5 сек
«Стрела» на груди/на спине	3 м	3,4 м	4,6 м	2,5 м	3 м	4,3 м
Скольжение на груди и на спине с движением ног	4 м	5 м	6 м	4,2 м	4,5 м	5,5 м
Скольжение на груди и на спине с движением рук	4 м	5 м	6 м	4,2 м	4,5 м	5,5 м
Плавание облегченным способом	4 м	5 м	6 м	4,2 м	4,5 м	5,5 м

**3. Организационный раздел.**

**3.1 Взаимодействие с другими специалистами.**

В современных условиях полноценное воспитание и развитие здорового ребенка возможно только при интеграции образовательной и лечебно-оздоровительной деятельности дошкольной организации, следовательно, тесного взаимодействия педагогов-специалистов и

медицинского персонала.

#### **Модель взаимодействия инструктора по плаванию.**

- С заведующим - создает условия для физкультурно-оздоровительной работы, координирует работу, координируют работу педагогов.
- Профилактических и оздоровительных мероприятий, проводит санитарно просветительную работу среди педагогов и родителей.
- С воспитателем - способствует обеспечению гибкого оздоровительного режима, формированию привычки здорового образа жизни, развитию двигательной культуры профилактики заболеваний.
- С музыкальным руководителем - участвует в двигательном развитии детей, способствует развитию чувства ритма, темпа, речевого дыхания, координации движений.
- С учителем-логопедом - способствует обогащению словарного запаса формированию лексико - грамматического строя речи, постановки правильного дыхания, общей и мелкой моторики, координации движений.
- С педагогом-психологом - способствует развитию эмоционально-волевой сферы дошкольников, познавательных процессов.
- С младшим воспитателем - способствует соблюдению санитарно- гигиенических требований.

#### **Взаимодействие с медицинским персоналом.**

- Вместе разрабатываем рекомендации к построению педагогического процесса с детьми, имеющими отклонения в развитии. В занятие обязательно включаю упражнения на профилактику осанки и плоскостопия, дыхательные игры и упражнения. Обязательно ведется совместный контроль над организацией щадящего режима занятий или медицинского отвода для детей, перенесших заболевания.
- При проведении спортивных праздников и досугов присутствие медицинского персонала обязательно.

#### **Взаимодействие с воспитателями.**

**Задача:** Помощь в формировании здорового образа жизни, в распределении двигательной нагрузки детей.

- Планируется и организуется образовательная деятельность для занятий плаванию;
- планируется и организуется физкультурно-оздоровительная работа.
- Оказывается, методическая помощь по вопросам о занятиях плаванием всем педагогам. Провожу консультации.
- Разработка и организация информационной работы с родителями.

#### **Взаимодействие с музыкальным руководителем.**

**Задача:** Помощь музыкальному руководителю способствовать развитию у детей чувства ритма и темпа. Музыка положительно взаимодействует на эмоции детей, создает у них хорошее настроение, помогает активировать умственную деятельность. Совместно с музыкальным руководителем проводятся спортивные праздники и развлечения.

#### **Взаимодействие с учителем – логопедом.**

**Задача:** Помогать педагогу-логопеду в обучении детей с нарушением речи.

По рекомендации логопеда используются дыхательные упражнения и игры. В занятие включаются упражнения на дыхание и координацию движений. Специалист логопед принимает участие в подготовке детей к спортивным праздникам и досугам.

#### **Взаимодействие с педагогом-психологом.**

**Задача:** Помощь педагогам-психологам в снятии психоэмоционального напряжения детей. В консультациях с педагогом-психологом устанавливаются упражнения и игры для детей с чрезмерной утомляемостью, непоседливостью, вспыльчивостью, замкнутостью, с невротами и другими нервно-психическими расстройствами. В занятия включаются игры на снятие психоэмоционального напряжения.

### 3.2 Учебный план на год.

Учебный план на год для детей подготовительного к школе возраста группы компенсирующей направленности для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата (6-8 лет). Рабочая программа, опираясь на основную образовательную программу ГБДОУ детского сада № 19 Василеостровского района предполагает, проведение занятий 2 раза в неделю (занятие по плаванию и игры на воде) для детей подготовительного к школе возраста. Исходя из календарного года количество часов, отведенных на занятия в бассейне в общем, будет равняться 38 часам для группы детей подготовительного к школе возраста группы компенсирующей направленности для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата (6-8 лет). (см. таблица № 6).

Реализация задач по плаванию предполагается через основные формы физической организованной образовательной деятельности с учетом учебного плана и учетом Основной образовательной программы ГБДОУ детского сада 19 Василеостровского района и с учетом рекомендаций врача ортопеда, врача невролога.

Таблица №6

#### Количество часов и занятий по плаванию для детей подготовительного к школе возраста группы компенсирующей направленности с нарушением опорно-двигательного аппарата(6-8 лет).

Группа	Кол-во занятий за неделю	Время (в мин.) за неделю	Кол-во занятий за месяц	Время (в мин.) за месяц	Кол-во занятий за год	Время (в мин.) за год
Дети подготовительного к школе возраста группы компенсирующей направленности с НОДА	2	60	8	240	75	2250 (38 часов)

Таблица составлена с учетом Государственных праздников.

### 3.3 Материально – техническое и методическое обеспечение.

Таблица №7

1.	Основные Программы	1.«От рождения до школы» Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования (пилотный вариант) под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой – 3-е изд., испр. и доп. – М., МОЗАИКА - СИНТЕЗ, 2014 – 368 с. 2. А. А. Чепенёва, Т. В. Столмакова. «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста». 3. Программа обучения детей плаванию в детском саду. Е.К. Воронова Спб.: Издательство «Детство-Пресс», 2010.- 80 с. 3. Программа обучения плаванию детей дошкольного и младшего школьного возраста. Л.Ф. Еремеева СПб: Издательство «Детство- Пресс», 2005. - 112 с. с ил.
2.	Материально – техническое обеспечение	Доска для плавания- 10 шт. Колобашка- 10 шт. Мячи резиновые- 5шт. Мячи пластмассовые - 4 шт. красные, 4 шт. синие, 4 шт. зеленые, 4 шт. фиолетовые, 4 шт. желтые. Спасательный жилет -1 шт.



		Надувные круги- 4 шт. Пояс спасательный- 4 шт. Обруч- 2 шт. Шайба- 12 шт.
3.	Дополнительная литература	<p>1. Т.А. Тарасова Москва. ТЦ Сфера, 2006. - 176 с.- (Приложение к журналу «Управление ДОУ»)</p> <p>2. В.А. Епифанов Лечебная физическая культура. Учебное пособие. 2-е издание, переработанное и дополненное. Москва. ГЭОАТАР- Медиа, 2014. -568 с.: ил.</p> <p>3. Планирование и конспекты занятий по обучению детей регуляции дыхания. (Методическое пособие.) С.Н. Зинатулин. Москва: Айрис- Пресс, 2007. -64 с. + вкл. 16 с. - (Дошкольное воспитание и развитие).</p> <p>4. Плоскостопие, профилактика и лечение. И.С. Красикова СПб: «КОРОНА принт» 2004. -128 с., ил.</p> <p>5. Физическая реабилитация инвалидов с поражением опорно двигательной системы. С.П. Евсеев С.Ф. Курдыбайло А.И. Малышев Г.В. Герасимова А.А. Потапчук Д.С. Поляков Москва: Советский спорт, 2010.- 488 с.</p> <p>6. 150 эстафет для детей дошкольного возраста. Е.Ф. Желобкович Москва: Издательство «Скрипторий 2003», 2013. - 120 с.</p> <p>7. Малыши, физкульт — Привет! Система работы по развитию основных движений детей раннего возраста. Л.Ю. Кострыгина, О.Г. Рыкова, Т.Г. Корнилова Москва: Издательство «Скрипторий2003», 2013. - 120 с.</p> <p>8. Обучение плаванию в детском саду. Т.И. Осокина Москва: «Просвещение» 1991. -159 с.ил.</p> <p>9. Научить ребенка плавать. Программа обучения плаванию детей дошкольного и младшего школьного возраста. Методическое пособие. Л.Ф. Еремеева Спб.: Издательство « Детство- Пресс», 2005.- 112 с. с ил.</p> <p>10. Пищикова Н.Г. Обучение плаванию детей дошкольного возраста. Занятия, игры, праздники. – М,2008</p> <p>11. Васильев В.С. Обучение детей плаванию. – М., 1989</p> <p>12. Еремеева Л.Ф. Научите ребенка плавать. Программа обучения плаванию детей дошкольного и младшего школьного возраста. – СПб, 2005.</p> <p>13. Осокина Т.И. и др. «Обучение плаванию в детском саду»: Кн. для воспитателей дет. сада и родителей / Т.И.Осокина, Е.А.Тимофеева, Т.Л.Богина. – М., 1991</p> <p>14. Осокина Т.И. Как научить детей плавать: Пособие</p>

		воспитателя дет. Сада. – 3-е изд., дораб, и доп. – М. 1985 15. Патрикеев А.Ю. Игры с водой и в воде./авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. - Волгоград : Учитель : ИП Гринин Л.Е.,2014.- 215с.
--	--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Примечание:**

- 1)«Сухое плавание, упражнения на суше.»-папка.
- 2)«Сотрудничество с родителями.»-папка.
- 3)«Сотрудничество с воспитателями.»-папка.
- 4)«Праздники, досуги, игры и игровые упражнения на воде.»-папка.
- 5)«Мониторинг»-папка.
- 6)«Планирование учебного материала».
- 7)«Картотека упражнений в воде, упражнений подводящих к плаванию» - папка.

## Календарный план воспитательной работы на 2022-2023 учебный год

Наименование мероприятия	Категория участников	Ориентировочные сроки проведения	Ответственный за проведение	Отметка о проведении
<b>Модуль «Адаптация»</b>				
Выступление на родительском собрании по вопросам адаптации	Родители	Сентябрь 2022	Воспитатели, специалисты	
<b>Модуль «Праздничный событийный календарь»</b>				
Праздники и досуги в соответствии с годовым планом ОУ (см.Таблица №3)	Воспитанники, родители (законные представители)	В течение учебного года	Заместитель заведующего по ВР, старший воспитатель, воспитатели, специалисты ОУ	
<b>Модуль «Воспитание культуры здорового образа жизни»</b>				
Мероприятия в соответствии с программой оздоровления ОУ (см.Таблица №3)	Воспитанники	В течение учебного года	Заместитель заведующего по ВР, старший воспитатель, воспитатели, медицинский персонал, специалисты ОУ	
Оформление стендов	Воспитанники, родители (законные представители)	В течении учебного года	Инструктора-методисты	

ДЕТСКИЙ САД №19 ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА, ГБДОУ, Карлова Наталия Анатольевна  
31.08.2022 16:51 (MSK), Простая подпись