

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 24 г. Йошкар-Олы «Весняночка»

Согласовано:  
Заведующий МБДОУ Детский сад №52  
\_\_\_\_\_ Н.С. Лаптева  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023г.

Утверждено:  
Заведующий МБДОУ Детский сад №24  
\_\_\_\_\_ Е.В. Дружинина  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023г.

**ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ ПО РЕАЛИЗАЦИИ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО  
ПРОЕКТА «АКВАТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ»  
(обучение детей дошкольного возраста плаванию через организацию  
сетевого взаимодействия между МБДОУ «Детский сад №24  
«Весняночка» и МБДОУ «Детский сад №52 «Колибри»)  
на 2023-2024 учебный год**

## Пояснительная записка

Плавание — жизненно важный навык. По-прежнему остаются высокими показатели несчастных случаев на воде, в том числе со смертельным исходом. Главная причина — неумение плавать.

Плавание — предок всех земных локомоций. Информация об этом хранится у человека на уровне генетического аппарата и проявляется в виде врожденного плавательного рефлекса. Регулярные занятия плаванием положительно влияют на опорно-двигательную, дыхательную, сердечно-сосудистую, центральную нервную и иммунную систему организма. Велико гигиеническое значение воды.

Занятия в бассейне начинаются с принятия душа, что позволяет формировать у ребёнка потребность в личной гигиене, понимание значения санитарных норм в общественной жизни.

Занятия плаванием существенно снижают массу тела, т.к. пребывание в воде вызывает активизацию жирового обмена в организме, направленного на поддержание температурного баланса и восполнение затраченной энергии при выполнении физических упражнений, что характерно для циклических видов спорта, к ним относится плавание. Прохладная вода положительно влияет на закаливание детского организма: совершенствуется механизм терморегуляции, улучшается адаптация к разнообразным условиям внешней среды.

Плавание создаёт благоприятные условия для профилактики нарушений осанки и деформации ещё неокрепшего детского позвоночника. В воде тело находится в гидростатической невесомости, что позволяет разгрузить позвоночник. Занятия плаванием способствуют утверждению себя как личности. Ранее, боявшийся воды ребенок, преодолевая подсознательное стремление к самосохранению, приобщается к активным действиям в воде и приобретает уверенность в своих силах.

Занятия плаванием так же способствует развитию всех физических качеств: ловкости, координации, силы и гибкости. В конце каждого занятия даётся 5 минут свободного (игрового) времени. Этот метод позволяет сформировать у детей устойчивый интерес к занятиям. Очень важно поддерживать в ребятах желание заниматься спортом. Приобщение к здоровому образу жизни.

***Цель, решаемая в процессе реализации программы*** - обучение детей среднего дошкольного возраста основным способам плавания.

***Задачи программы:***

***Образовательные:***

содействовать формированию системы знаний о свойствах водной среды, правил безопасного поведения во время купания в открытых водоёмах и плавательном бассейне;

сформировать первоначальные представления об основах техники способов плавания;

сформировать умение использовать различные способы плавания в зависимости от физического состояния, стоящих целей и задач и др.

***Развивающие:***

содействовать всестороннему и гармоничному развитию всех физических качеств: выносливости, гибкости, координации, силы и быстроты;  
содействовать формированию морально-волевых качеств, как условия преодоления страха перед водной средой;  
сформировать устойчивый интерес и мотивацию к занятиям плаванием;

*Воспитательные:*

содействовать созданию благоприятных условий для формирования и развития гармоничной личности и социально-значимых черт характера у воспитанников;  
создать благоприятные условия для формирования положительного отношения к труду и здоровому образу жизни, а также развития спортивных способностей и задатков воспитанников.

*Оздоровительные:*

способствовать профилактике нарушений осанки и плоскостопия у детей;  
содействовать закаливанию занимающихся, как фактору противодействия простудным заболеваниям;  
сформировать основы навыков личной гигиены, бережного осознанного отношения к своему здоровью.

## План мероприятий на 2023-2024 учебный год

Разделы годового плана	Содержание	Срок выполнения	Ответственный
I. Учебно-методическая работа	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Педагогический консилиум педагогов МБДОУ «Детский сад № 24 «Весняночка», МБДОУ «Детский сад № 52 «Колибри» и родителей «Формирование первоначальных навыков плавания у детей дошкольного возраста на основе использования системы игр и игровых упражнений»</li> <li>2. Изучение современных нормативных документов, регламентирующих деятельность по здоровьесбережению;</li> <li>3. Анкетирование родителей;</li> <li>4. Разработка совместного плана организации физкультурно-досуговых мероприятий в бассейне;</li> <li>5. Подготовка цикла тематических физкультурных занятий по плаванию;</li> <li>6. Разработка консультативной информации для родителей</li> </ol>	Ноябрь, декабрь	Заведующий, старший воспитатель, инструктор по физической культуре, медсестра
II. Физкультурно-оздоровительная работа	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Участие в медицинском осмотре детей,</li> <li>2. Распределение их по специальным группам здоровья</li> <li>3. Проведение закаливания детей во время занятий по плаванию (контрастный душ, обливание холодной водой),</li> <li>4. Разработка общеразвивающих специальных плавательных упражнений на суше для инструктора «МБДОУ «Детский сад №52»</li> </ol>	1 раз в месяц	Инструктор по физкультуре, медсестра
III. Физкультура в режиме дня (содержание работы, мероприятия)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проверка плавательной подготовленности,</li> <li>2. Тестирование детей на выполнение нормативов по плаванию,</li> </ol>	В течение года	Инструктор по физкультуре,
IV. Организационно-массовая работа	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Организация спортивных уголков в группах МБДОУ «Детский сад № 24 «Весняночка» и МБДОУ «Детский сад № 52 «Колибри»,</li> <li>2. Проведение развлечений в бассейне для детей,</li> <li>3. Организация консультаций для родителей.</li> </ol>	В течение года	Инструктор по физкультуре
V. Хозяйственная работа	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Тематический контроль состояния бассейна,</li> <li>2. Пополнение базы бассейна,</li> <li>3. Приобретение оборудования, инвентаря, мелкий текущий ремонт</li> </ol>	В течение года	Инструктор по физкультуре, заведующий ДОУ, старший воспитатель, заведующий хозяйством, медсестра,

## **Система мониторинга достижения планируемых результатов**

Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения Программы обеспечивает комплексный подход к оценке итоговых и промежуточных результатов освоения Программы, позволяет осуществлять оценку динамики достижений детей.

В процессе мониторинга исследуются уровень подготовленности детей по плаванию путем наблюдений за ребенком, критериально-ориентированного тестирования.

Мониторинг проводится 2 раза в год (в первые две недели ноября и последние две недели мая). Возможна периодичность мониторинга, которая обеспечивает полную оценку динамики достижений детей, сбалансированность методов, не приводит к переутомлению воспитанников и не нарушает ход образовательного процесса.

Получаемая в ходе мониторинга информация, является основанием для прогнозирования деятельности, осуществления необходимой коррекции, инструментом оповещения родителей о состоянии и проблемах, выявленных у ребенка.

Уровень развития основных навыков плавания оценивается с помощью тестирования плавательных умений и навыков детей. В качестве критериев оценки выбран ряд контрольных упражнений из программного материала.

### **Критерии мониторинга:**

1. Ребенок не бояться воды,
2. Самостоятельно входит в нее,
3. Безбоязненно играет и плескаться,
4. Делает попытки лежать на воде,
5. Делает выдох на границе воды и воздуха.
6. Умеет кратковременно, держаться и скользить на воде,
7. Выполнять плавательные движения ногами,
8. Пытается делать выдох в воду.

Результаты диагностики фиксируются в протоколе. При оценке двигательных навыков детей, вводятся следующие обозначения.

-Высокий уровень – означает правильное выполнение, т. е. навык сформирован, автоматизирован. Ребенок сам выполняет упражнение.

-Средний уровень – говорит о промежуточном положении, т.е. недостаточно правильном выполнении упражнения. Ребенок выполняет с помощью.

-Низкий уровень – указывает на неправильное выполнение движения. Ребенок не выполняет упражнение.