

# Зачетные вопросы

**ФГОС  
дошкольного  
образования**

**Педагогический  
стандарт «Педагог»**

**Методика  
обучения  
плаванию**



**1. Какими документами определяется стратегия развития системы дошкольного образования.**

- 1. "Декларация прав ребенка" и "Конвенция о правах ребенка" как базовые международные документы системы дошкольного образования**
- 2. Закон Российской Федерации "Об Образовании" как основной документ отечественной системы образования**
- 3. "Концепция дошкольного воспитания" как документ, определяющий парадигму современной системы дошкольного образования в России**
- 4. «Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования»**

**2. Назовите основные направления образовательного процесса, которые соответствуют основным линиям развития ребенка согласно ФГОС ДО**

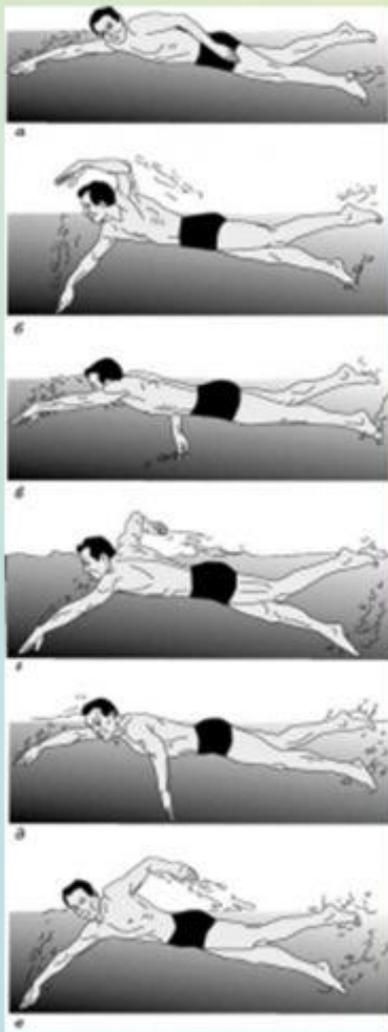
# Основные направления образовательного процесса

Направления	Вид деятельности
Социально-коммуникативное развитие	Нравственное воспитание, игра, совместная деятельность со сверстниками; общение со взрослыми и сверстниками, труд, творчество, ОБЖ.
Познавательное развитие	Творчество, окружающий мир, математика, конструктивно-исследовательская деятельность, музыка.
Речевое развитие	Обучение связной речи, грамоте, знакомство с книжной культурой, детской литературой, обогащение словаря.
Художественно-эстетическое развитие	Продуктивные виды деятельности: рисование, лепка, аппликация, конструирование, ручной труд, театрализация, музыка, словесное творчество и фольклор.
Физическое развитие	Подвижные и спортивные игры, зарядка, все возможные виды гимнастики, основные движения, здоровьесбережение, гигиена

### **3. Методика обучения плаванию способом кроль на груди и на спине**

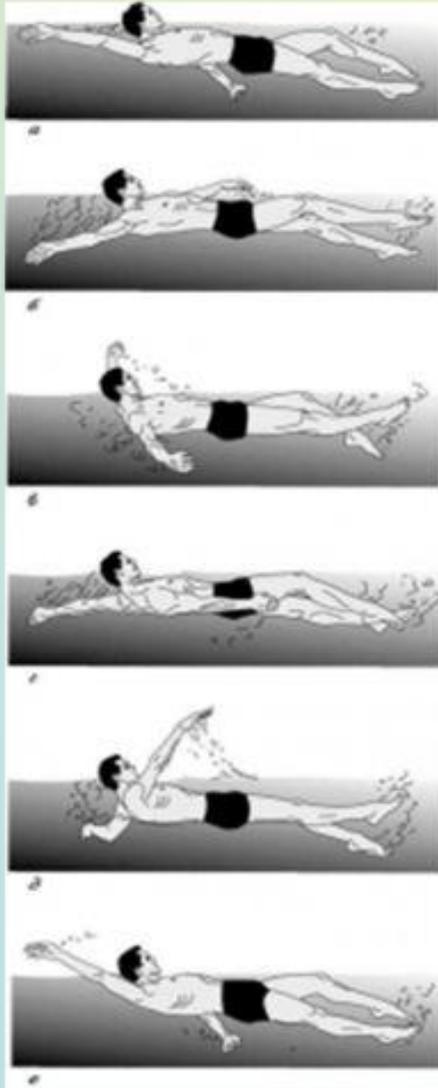
## **4. Анализ техники плавания способом кроль на груди и на спине**

# Техника плавания кролем.



- а) Захват с выходом на поверхность.
- б) Подтягивание с проносом левой руки.
- в) Отталкивание с захватом (и последующим выходом на поверхность).
- г) Подтягивание с проносом правой руки.
- д) Отталкивание с захватом.

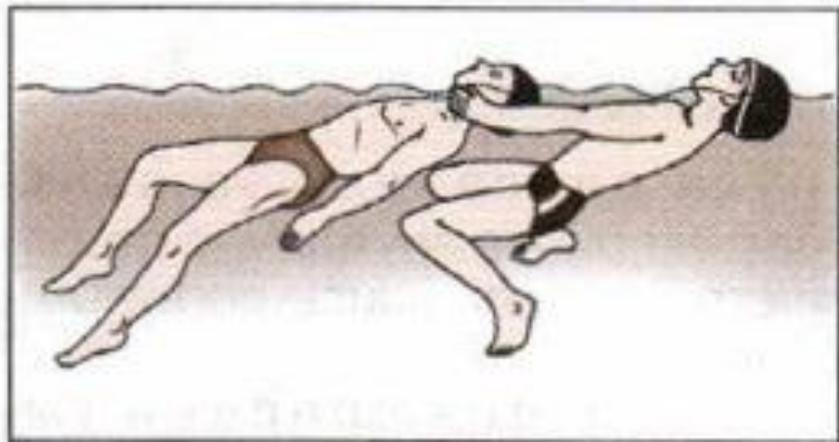
# Техника плавания на спине.



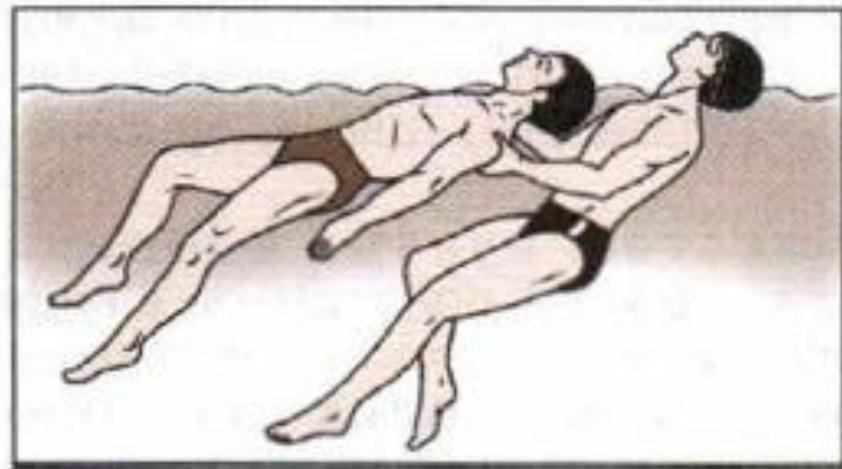
- а) Захват с выходом правой руки.
- б) Подтягивание правой руки с началом проноса левой.
- в) Отталкивание с проносом левой руки.
- г) Погружение и подтягивание левой руки.
- д) Отталкивание левой руки с проносом правой.

**5. Организация образовательного процесса по обучению детей плаванию на основе непосредственного общения с каждым ребенком с учетом его основных образовательных способностей**

**6. Способы транспортировки  
уставшего и тонущего.  
Методика обучения спасению  
ТОНУЩИХ.**



Буксировка тонущего за подбородок



Буксировка тонущего с захватом под мышками

**Буксировка за голову.** Спасатель, вытянув руки, берет голову тонущего так, чтобы большие пальцы рук лежали на щеках, а мизинцы — под нижней челюстью пострадавшего, и приподнимает его лицо над поверхностью воды. Плывая на спине и работая ногами способом «басс», спасатель транспортирует тонущего к берегу.

**Буксировка с захватом под мышками.** Оказывающий помощь крепко подхватывает пострадавшего под мышки и буксирует утопающего, плывя на спине при помощи ног.

**Буксировка тонущего с захватом под руку**

**Буксировка тонущего с захватом выше локтей**

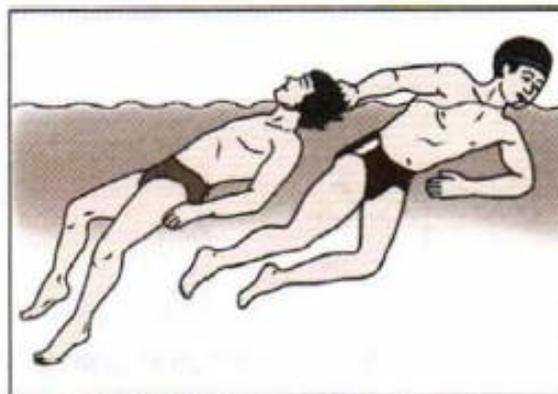
**Буксировка тонущего с захватом за волосы**



Буксировка тонущего с захватом под руку



Буксировка тонущего с захватом выше локтей



Буксировка тонущего с захватом за волосы

## **Основные цели прикладного плавания:**

- общее повышение работоспособности, жизнерадостности и отдых на воде;**
- непосредственно закаливание;**
- обеспечение гармоничного развития маленьких детей и взрослых людей;**
- профилактика болезней и лечение уже имеющихся болезней и др.**

**Велико значение прикладного плавания.**

**В первую очередь, - это оказание помощи терпящему бедствие на водах:**

**умение извлечь человека со дна или из глубины, в случае надобности освободиться**

**от захватов «тонущего», быстро доставить его на берег и оказать необходимую доврачебную помощь.**

**Прикладное плавание предусматривает также умение буксировать различные плавающие предметы,**

**переправляться вплавь с грузом или с полной выкладкой,**

**выполнять различные операции, связанные с работой под водой.**

**Необходимые навыки прикладного плавания: умение плавать одним из спортивных**

**способов (кроль, на спине, брасс, баттерфляй), нырять и ориентироваться под водой, доставать со дна различные предметы.**

**Овладев этими навыками, ребенок в более старшем возрасте сможет в случае необходимости оказать помощь терпящему бедствие на воде.**

**На суше: - с младшими дошкольниками проводятся беседы, в которых рассказывается: о правилах поведения на воде, о значении плавания, о свойствах воды;**  
**-со старшими дошкольниками: о способах отдыха на воде во время плавания,**  
**-о том, как дольше продержаться на поверхности воды;**  
**- в подготовительных группах: о способах переправы через водоем в естественных природных условиях,**  
**-о мерах по предупреждению несчастных случаев на воде,**  
**-о наиболее характерных захватах и приемах освобождения от них,**  
**-о способах удержания пострадавшего во время транспортировки, приемах искусственного дыхания.**

**-Практикуемые упражнения на воде:**

**-1. Транспортировка "уставшего" одним и двумя спасателями.**

**-2. Захваты и приемы освобождения от них.**

**-3. Плавание с помощью одних ног брассом (кролем) на спине, руки над водой (детям лучше взять предметы в руки).**

**-4. Плавание с помощью одних ног на боку, "верхняя" рука над водой (лучше с предметом), "нижняя" выполняет гребки.**

**-5. Плавание избранным для транспортировки способом, удерживая в руках легкий предмет (резиновые и надувные игрушки, куклы).**

**-6. Плавание избранным способом, транспортируя "пострадавшего" (проплываемое расстояние постепенно увеличивается).**

**-7. Умение менять направление (вперед, назад, влево, вправо) при плавании по сигналу (свистку, хлопку)**

**- и умение переворачиваться со спины на грудь и наоборот.**

**-8. Сбор предметов со дна, во время проплывания под водой (количество предметов постепенно увеличивается).**

**9. Плавание с бросовым материалом (пластиковые бутылки).**

**10. Плавание в одежде и умение ее снимать в воде, не вставая на ноги**

## **7. Последовательность обучения различным способам плавания**

## **8. Характеристика словесного метода обучения в плавании**

**Словесные методы включают объяснения, рассказ, сравнения, замечания, указания, распоряжения, команды, подсчет, анализ (для старшего дошкольного возраста). В работе с детьми младшего дошкольного возраста словесные методы должны быть доходчивыми, доступными для понимания: необходимо использовать сравнения с движениями и действиями, известными ребенку.**

## **9. Цели и задачи начального обучения в плавании**



## Какие цели и задачи ставит перед собой курс начального обучения

- Учет особенностей возраста - это отправная точка для конструирования курса обучения. Хорошо то обучение, которое забегают вперед развития (Л. С. Выготский). А "зоной ближайшего развития" принято считать те действия, которые сегодня ребенок выполняет под руководством педагога, а завтра будет выполнять самостоятельно.

# **10. Характеристика спортивного плавания**

# 11. Создание безопасной и психологически комфортной образовательной среды в период обучения детей плаванию

**Создание безопасной и психологически комфортной образовательной среды в дошкольном образовательном учреждении - необходимые профессиональные качества педагога**

# **Психологическая безопасность среды**

**Состояние безопасности необходимо выделять как отдельную область из всех психических состояний в силу его значимости для развития (И.А. Баева).**

**Психологическая безопасность обеспечивается не комфортностью условий, а умением субъектов образовательного процесса ( дети , воспитатели, родители) регулировать опасности и риски, управлять ими.**

## **12. Методика обучения плаванию способом брасс на груди.**

# Методика обучения

## Упражнения для изучения техники движений руками:

**На суше:** стоя в положении наклона вперед

– имитационные движения руками брассом, дыхание произвольное.

**В воде:** 1. Стоя в положении наклона вперед подбородок у воды

– движения руками брассом, дыхание произвольное.

2. То же, но лицо опущено вводу, дыхание задержано.

3. Те же движения руками при ходьбе по дну в положении наклона вперед.

4. Те же движения руками в без опорном положении, ноги выпрямлены, но не напряжены.

## Упражнения для изучения согласования движений рук с дыханием:

**На суше:** стоя в положении наклона вперед – имитация согласования движений рук с дыханием.

**В воде:** 1. Стоя

в положении наклона вперед – согласование движений рук с дыханием.

2. То же при ходьбе по дну в положении наклона вперед.

3. То же в без опорном положении, ноги выпрямлены, но не напряжены

## **Упражнения для изучения и совершенствования техники движений ногами:**

### **На суше:**

1. Сидя в положении упора сзади – имитационные движения ногами брассом, дыхание произвольное.
2. Те же движения, лежа на скамейке.

### **В воде:**

1. Удерживаясь согнутыми руками за опору или опираясь о дно – движения ногами брассом, дыхание произвольное.
2. То же, прямыми руками.
3. Те же движения, но лицо опущено в воду, дыхание задержано.
4. Плавание в без опорном положении с помощью одних ног брассом с различными положениями рук, дыхание задержано.
5. Те же движения на спине, дыхание произвольное.
6. Плавание с опорой о доску, дыхание произвольное.

## **Упражнения для изучения согласования движений ног с дыханием:**

### **В воде:**

1. Удерживаясь руками за опору или опираясь о дно – согласование движений ног с дыханием.
2. То же в без опорном положении с разным положение рук.
3. То же с опорой о доску.

## **Упражнения для изучения согласования движений рук и ног при заданном дыхании:**

### **На суше:**

стоя в полный рост или в положении наклона вперед

– согласование движений рук с движением одной ноги, дыхание произвольное.

### **В воде:**

в без опорном положении согласование движений рук и ног, лицо опущено в воду, дыхание задано.

Упражнения для изучения согласования движений рук и ног с дыханием:

### **На суше:**

согласование движений рук с дыханием и движением одной ноги.

### **В воде:**

проплывание коротких отрезков и небольших дистанций брассом в полной координации.

# **13. Спортивное и оздоровительное значение плавания**

# ПЛАВАНИЕ - УНИКАЛЬНЫЙ СПОСОБ ВЛИЯНИЯ НА ОРГАНИЗМ РЕБЕНКА!

Систематические занятия плаванием совершенствуют работу органов кровообращения и дыхания. Это происходит за счет ритмической работы мышц, необходимости преодолеть напор воды. Улучшается сердечная деятельность, подвижность грудной клетки, увеличивается жизненная емкость легких.

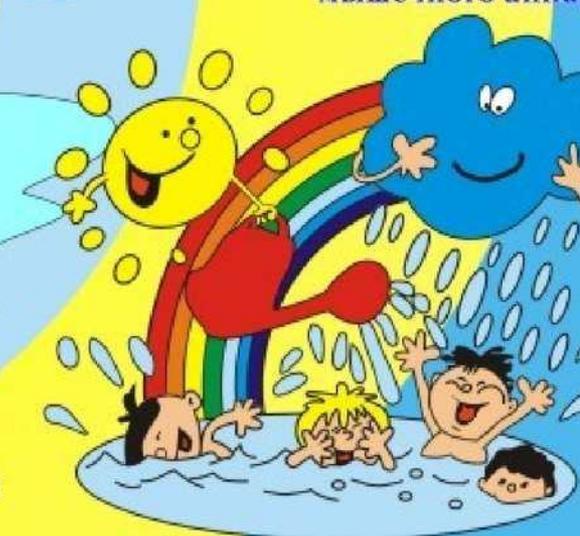
Систематические занятия плаванием благоприятно влияют на развитие детского организма: совершенствуется механизм регуляции, повышается иммунитет, повышается адаптация к различным условиям окружающей среды. Изменяется нервная система, становится крепким, повышается аппетит, повышается тонус организма, совершенствуются движения, улучшается гибкость.



В воде уменьшается статическое напряжение тела, уменьшается нагрузка на еще не сформированный детский позвоночный столб, который в этом случае правильно формируется, формируется хорошая осанка. Активные движения ногами в воде в положении без опоры укрепляют стопы ребенка и предотвращают развитие плоскостопия.

Вода влияет на нервные рецепторы, находящиеся в организме, увеличивается скорость нервных процессов. При этом уменьшается усталость, появляется бодрость, ощущение бодрости и пополнение энергии.

Во время плавания работают все мышцы тела, что способствует гармоничному развитию мышечного аппарата.



Во время плавания поочередно меняется напряжение и расслабление разных мышц, что увеличивает их трудоспособность и силу.



# **14. Цели и задачи процесса обучения плаванию**

**15. Рабочее пространство и позиции участников при разных формах организации занятий по обучению детей плаванию (партнерская и школьно-урочная)**

# **16. Игры и развлечения на воде, как средство обучения плаванию**

# **17. Основные компетентности ребенка дошкольного возраста и их характеристика**



**18. Содержание трудовых функций  
(обучение) профессионального  
стандарта «Педагог»**

## 4.1. Часть первая: обучение.

Педагог должен:

1. **Иметь высшее образование.** Педагогам, имеющим среднее специальное образование и работающим в настоящее время в дошкольных организациях и начальной школе, должны быть созданы условия для его получения без отрыва от своей профессиональной деятельности.
2. **Демонстрировать знание предмета и программы обучения.**
3. **Уметь планировать, проводить уроки, анализировать их эффективность** (самоанализ урока).
4. Владеть формами и методами обучения, выходящими за рамки уроков: лабораторные эксперименты, полевая практика и т. п.
5. **Использовать специальные подходы к обучению, для того чтобы включить в образовательный процесс всех учеников: со специальными потребностями в образовании; одаренных учеников; учеников, для которых русский язык не является родным; учеников с ограниченными возможностями и т. д.**
6. Уметь объективно оценивать знания учеников, используя разные формы и методы контроля.
7. Владеть ИКТ-компетенциями (информационно-коммуникационные технологии).

**19. Содержание трудовых функций  
(воспитание) профессионального  
стандарта «Педагог»**

## **4.2. Часть вторая: воспитательная работа. Педагог должен:**

1. Владеть формами и методами воспитательной работы, используя их как на уроке, так и во внеклассной деятельности.
2. Владеть методами организации экскурсий, походов и экспедиций.
3. Владеть методами музейной педагогики, используя их для расширения кругозора учащихся.
4. Эффективно регулировать поведение учащихся для обеспечения безопасной образовательной среды.
5. Эффективно управлять классами, с целью вовлечения учеников в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно-познавательную деятельность. Ставить воспитательные цели, способствующие развитию учеников, независимо от их происхождения, способностей и характера, постоянно искать педагогические пути их достижения.
6. Устанавливать четкие правила поведения в классе в соответствии со школьным уставом и правилами поведения в образовательной организации.
7. Оказывать всестороннюю помощь и поддержку в организации ученических органов самоуправления.
8. Уметь общаться с детьми, признавая их достоинство, понимая и принимая их.
9. Уметь находить (обнаруживать) ценностный аспект учебного знания и информации и обеспечивать его понимание и переживание учащимися.
10. Уметь проектировать и создавать ситуации и события, развивающие эмоционально- ценностную сферу ребенка (культуру переживаний и ценностные ориентации ребенка).

11. Уметь обнаруживать и реализовывать (воплощать) воспитательные возможности различных видов деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т. д.).
12. Уметь строить воспитательную деятельность с учетом культурных различий детей, половозрастных и индивидуальных особенностей.
13. Уметь создавать в учебных группах (классе, кружке, секции и т. п.) детско-взрослые общности учащихся, их родителей и педагогов.
14. Уметь поддерживать конструктивные воспитательные усилия родителей (лиц, их заменяющих) учащихся, привлекать семью к решению вопросов воспитания ребенка.
15. Уметь сотрудничать (конструктивно взаимодействовать) с другими педагогами и специалистами в решении воспитательных задач (задач духовно-нравственного развития ребенка).
16. Уметь анализировать реальное состояние дел в классе, поддерживать в детском коллективе деловую дружелюбную атмосферу.
17. Уметь защищать достоинство и интересы учащихся, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях.
18. Поддерживать уклад, атмосферу и традиции жизни школы, внося в них свой положительный вклад.

**20. Содержание трудовых функций  
(развитие) профессионального  
стандарта «Педагог».**

### **4.3. Часть третья: развитие (личностные качества и профессиональные компетенции, необходимые педагогу для осуществления развивающей деятельности).**

1. Готовность принять разных детей, вне зависимости от их реальных учебных возможностей, особенностей в поведении, состояния психического и физического здоровья. Профессиональная установка на оказание помощи любому ребенку.
2. Способность в ходе наблюдения выявлять разнообразные проблемы детей, связанные с особенностями их развития.
3. Способность оказать адресную помощь ребенку своими педагогическими приемами.
4. Готовность к взаимодействию с другими специалистами в рамках психолого-медико- педагогического консилиума.
5. Умение читать документацию специалистов (психологов, дефектологов, логопедов и т д.).
6. Умение составлять совместно с другими специалистами программу индивидуального развития ребенка.
7. Владение специальными методиками, позволяющими проводить коррекционно-развивающую работу.
8. Умение отслеживать динамику развития ребёнка.
9. Умение защитить? тех, кого в детском коллективе не принимают.
10. Знание общих закономерностей развития личности и проявления личностных свойств, психологических законов периодизации и кризисов развития; возрастных особенностей учащихся.

11. Умение использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-исторический, деятельностный и развивающий.
12. Умение проектировать психологически безопасную и комфортную образовательную среду, знать и уметь проводить профилактику различных форм насилия в школе.
13. Умение (совместно с психологом и другими специалистами) осуществлять психолого-педагогическое сопровождение образовательных программ начального и среднего общего образования, в том числе программ дополнительного образования.
14. Владение элементарными приемами психодиагностики личностных характеристик и возрастных особенностей учащихся, осуществление совместно с психологом мониторинга личностных характеристик ребенка.
15. Умение (совместно с психологом и другими специалистами) составить психолого- педагогическую характеристику (портрет) личности учащегося.
16. Умение разрабатывать и реализовывать индивидуальные программы развития с учетом личностные и возрастные особенностей учащихся.
17. Умение формировать и развивать универсальные учебные действия, образцы и ценности социального поведения, навыки поведения в мире виртуальной реальности и социальных сетях, навыки поликультурного общения и толерантность, ключевые компетенции (по международным нормам) и т. д.
18. Владение психолого-педагогическими технологиями (в том числе инклюзивными), необходимыми для работы с различными учащимися: одаренные дети, социально уязвимые дети, попавшие в трудные жизненные ситуации, дети-мигранты, дети-сироты, дети с особыми образовательными потребностями (аутисты, СДВГ и др.), дети с ОВЗ, дети с девиациями поведения, дети с зависимостью.
19. Умение формировать детско-взрослые сообщества, знание их социально-психологических особенностей и закономерностей развития.
20. Знание основных закономерностей семейных отношений, позволяющих эффективно работать с родительской общественностью

# **21. Особенности современной методики обучения плаванию.**

**22. Общая плавательная подготовка  
как средство общей физической  
подготовки.**

# **23. Медицинский контроль и самоконтроль при занятиях плаванием.**

## **24.Занятие – основная форма обучения плаванию в ДОО**

# **25. Обеспечение безопасности занятий на открытой воде.**

# БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДЕ

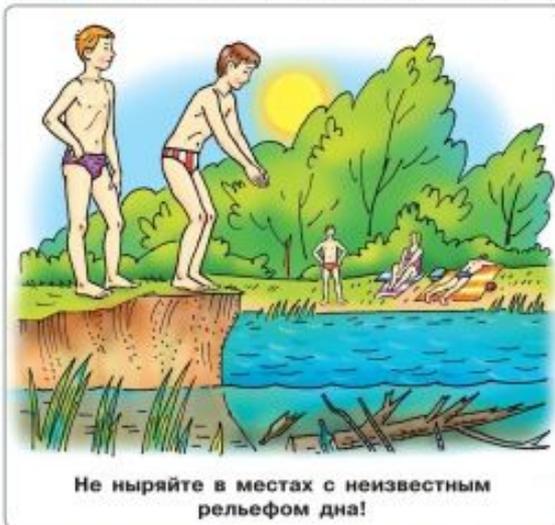
## ОБЩИЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ



Купаться можно только в специально обозначенных местах.



Не купайтесь в неизвестных и не предназначенных для этой цели водоёмах!



Не ныряйте в местах с неизвестным рельефом дна!



Не заплывайте за ограничительные знаки и в отведённых для купания! Не подплывайте к большим судам, весельным лодкам, баржам.

## ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ТЕРпяЩИМ БЕДСТВИЕ НА ВОДЕ



При оказании помощи пострадавшему, необходимо самому погрузиться с головой в воду и подтянуть пострадавшего за большой палец ноги, сильно потянув рукой.



Если тонущий может ещё какое-то время самостоятельно оставаться на поверхности воды, достаточно бросить ему спасательный круг, за который он может держаться, пока к нему не подплывёт спасатель.



Если вы хороший пловец, такой способ транспортировки пострадавшего в воде наиболее приемлем.



Подплывать к тонущему следует осторожно. Брать утопающего безопаснее всего за шею под мышки и, поддерживая его лицо над водой, плыть к берегу.

## **26. Особенности формирования двигательного навыка в плавании.**

# **27.Профессиональные компетенции педагога ДОО.**

#### **4.5. Часть пятая: профессиональные компетенции педагога дошкольного образования (воспитателя), отражающие специфику работы на дошкольном уровне образования.**

**Педагог дошкольного образования должен:**

- 1. Знать специфику дошкольного образования и особенности организации образовательной работы с детьми раннего и дошкольного возраста.**
- 2. Знать общие закономерности развития ребёнка в раннем и дошкольном детстве; особенности становления и развития детских деятельностей в раннем и дошкольном возрасте.**
- 3. Уметь организовывать ведущие в дошкольном возрасте виды деятельности: предметно-манипулятивную и игровую, обеспечивая развитие детей. Организовывать совместную и самостоятельную деятельность дошкольников.**
- 4. Владеть теорией и педагогическими методиками физического, познавательного и личностного развития детей раннего и дошкольного возраста.**
- 5. Уметь планировать, реализовывать и анализировать образовательную работу с детьми раннего и дошкольного возраста в соответствии с ФГОС дошкольного образования (ФГТ).**
- 6. Уметь планировать и корректировать образовательные задачи (совместно с психологом и другими специалистами) по результатам мониторинга, с учетом индивидуальных особенностей развития каждого ребенка раннего и/или дошкольного возраста.**

**7. Реализовывать педагогические рекомендации специалистов (психолога, логопеда, дефектолога и др.) в работе с детьми, испытывающими трудности в освоении программы, или детьми с особыми образовательными потребностями.**

**8. Участвовать в создании психологически комфортной и безопасной образовательной среды, обеспечивая безопасность жизни детей, сохранение и укрепление их здоровья, поддерживая эмоциональное благополучие ребенка в период пребывания в образовательной организации.**

9. Владеть методами и средствами анализа психолого-педагогического мониторинга, позволяющего оценить **результаты освоения детьми образовательных программ**, степень сформированности у них необходимых **интегративных качеств** детей дошкольного возраста, необходимых для дальнейшего обучения и развития в начальной школе.

**10. Владеть методами и средствами психолого-педагогического просвещения родителей (законных представителей) детей раннего и дошкольного возраста, уметь выстраивать партнерское взаимодействие с ними для решения образовательных задач.**

11. Владеть **ИКТ-компетенциями**, необходимыми и достаточными для планирования, реализации и оценки образовательной работы с детьми раннего и дошкольного возраста.

**Профессиональная ИКТ-компетентность — квалифицированное использование общераспространенных в данной профессиональной области в развитых странах средств ИКТ при решении профессиональных задач там, где нужно, и тогда, когда нужно**

## **28. Личностные результаты освоения программы ООП ДО по плаванию.**

## **29. Одновременная система обучения в плавании.**

# **30. Прикладное и воспитательное значение плавания.**

## ВАЖНОСТЬ ПЛАВАНИЯ

---

Плавание не только полезно для оздоровления и физического развития человека. Умение плавать является навыком, необходимым человеку в самых разнообразных ситуациях. Занятия плаванием имеют огромное воспитательное значение.