

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
Киселевского городского округа детский сад №41 комбинированного вида  
(детский сад 41)

ПРИНЯТ:  
на Педагогическом совете  
24 августа 2022г.



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий детским садом 41  
Алексеева О.М.

Приказ № 86/1 от 24.08.2022 г.

**Рабочая программа  
инструктора по физической культуре (плавание)  
для детей 6 -7 лет**

Составитель: Эзау Г.А.,  
инструктор по  
физической культуре

Киселевский городской округ

2022 г.

## Содержание

### **I. Целевой раздел**

1.1. Пояснительная записка	3
1.1.1. Цели и задачи реализации рабочей программы	6
1.1.2. Принципы и подходы к формированию рабочей программы	8
1.1.3. Значимые для разработки и реализации рабочей программы, характеристики особенностей развития воспитанников (6-7 лет)	11
1.2. Планируемые результаты как ориентиры освоения воспитанниками	13

### **II. Содержательный раздел**

2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития воспитанника, представленными в пяти образовательных областях	14
2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации рабочей программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников	16
2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов культурных практик	20
2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы	25
2.5. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	27
2.6. Иные характеристики содержания рабочей программы	30

### **III. Организационный раздел**

3.1. Описание материально-технического обеспечения рабочей программы, обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания	33
3.2. Режим дня	35
3.3. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий	38
3.4. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	39
Методическое обеспечение рабочей программы	42
Приложение	43

## **I. Целевой раздел**

### **1.1. Пояснительная записка**

Дошкольный возраст является важнейшим этапом в физическом развитии ребенка. Именно в это время интенсивно формируется и происходит становление важнейших систем организма.

Плавание, как вид физических упражнений, способствует поддержанию достигнутого ребенком уровня здоровья, обеспечению достаточного уровня активности, увеличению функциональных резервов детского организма.

Обеспечение начального обучения плаванию дошкольников представляет одну из самых важных целей в области физического воспитания – это залог безопасности на воде, а значит и уменьшение несчастных случаев, в которых оказывается большой процент детей.

Данная программа разработана на основе ООП МБДОУ № 41 и программы Т.И.Осокиной «Обучение плаванию в детском саду» в соответствии с ФГОС. Реализуемая программа построена на принципе личностно-развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослого с детьми, в соответствии со следующими нормативными документами:

- Конституция РФ, ст.43, 72.
- Конвенция о правах ребёнка (1989 г.).
- Федеральный закон «Об образовании в РФ».
- СанПиН 2.4.1.3049 – 13
- Устав ДОУ
- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-Ф
- Федеральный закона “Об образовании в Российской Федерации” ст. 48, ч.1, п.1
- ФГОС ДО (приказ от 17.10.13 г.)

В основе программы лежит принцип современной российской системы образования - непрерывность, которая на этапах дошкольного и школьного детства обеспечивается тесной координацией действий трех социальных институтов – семьи, детского сада и школы. Данная рабочая программа реализует идею объединения усилий родителей и педагогов для успешного решения оздоровительных и воспитательно-образовательных задач по основным направлениям развития ребенка.

Программа обеспечивает единство целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, строится с учетом принципа интеграции, что позволяет гармонизировать воспитательно-образовательный процесс и гибко его планировать, в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей; основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми.

Организация обучения плаванию в детском саду осуществляется в комплексе со всеми разнообразными формами физкультурно-оздоровительной работы, так как, только сочетание занятий в бассейне с рациональным режимом деятельности и отдыха детей может дать положительный результат в укреплении их здоровья. Задачей занятий по плаванию является не только обучение детей плаванию и умению преодолевать чувство страха и боязнь глубины, но и закаливание организма детей. Успешность обучения дошкольников плаванию и степень его оздоровительного влияния зависят от того, насколько четко будут соблюдены все основные требования к его организации, обеспечены меры безопасности, выполнены необходимые санитарно-гигиенические правила. Содержание программы составляют физические упражнения, игры и игровые упражнения, освоение которых помогают детям научиться основным навыкам плавания.

Программа ориентирована на воспитание у детей осознанного и бережного отношения к своему здоровью, формирование основ здорового образа жизни, знакомство с элементарными правилами безопасного поведения на воде, поддержание положительного эмоционального отношения детей к занятиям на всех этапах обучения, стремление к тому, чтобы упражнения и игры в воде доставляли им удовольствие и радость, побуждали их к самостоятельности, стремлению научиться плавать.

Рабочая программа определяет содержание и организацию образовательного процесса по реализации образовательной области «Физическое развитие» (обучение детей плаванию).

### **1.1.1. Цели и задачи реализации рабочей программы**

#### **Цель программы.**

Ведущая цель программы - создание благоприятных условий для оздоровления, закаливания и обеспечения всестороннего развития психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями дошкольников в процессе обучения плаванию.

#### **Задачи программы**

##### **Оздоровительные:**

- укреплять здоровье детей, содействовать их гармоничному психофизическому развитию;
- содействовать расширению адаптивных возможностей детского организма, повышению его защитных свойств и устойчивости к заболеваниям;
- совершенствовать опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать работоспособность организма;
- расширять спектр двигательных умений и навыков в воде;
- развивать творческое самовыражение в игровых действиях в воде.

##### **Образовательные:**

- формировать теоретические и практические основы освоения водного пространства;
- учить плавательным навыкам и умениям, умению владеть своим телом в непривычной среде;
- развивать физические качества (ловкость, быстрота, выносливость, сила и др.).

##### **Воспитательные:**

- воспитывать нравственно-волевые качества, настойчивость, смелость, выдержку, силу воли;
- формировать стойкие гигиенические навыки;

- формировать потребность к здоровому образу жизни, устойчивый интерес к занятиям по плаванию;
- способствовать эмоциональному и двигательному раскрепощению, появлению чувства радости и удовольствия от движений в воде.

**Ожидаемые результаты:**

- укрепление здоровья детей, снижение заболеваемости;
- расширение адаптивных возможностей детского организма;
- повышение показателей физического развития детей;
- расширение спектра двигательных умений и навыков в воде;
- формирование основных плавательных навыков;
- развитие творческого потенциала и личностного роста ребёнка;
- развитие эмоционального и двигательного раскрепощения в воде, проявления чувства радости и удовольствия от движения;
- формирование нравственно-волевых качеств.

### **1.1.2. Принципы и подходы к формированию основной образовательной программы дошкольного образования**

**Программа построена на следующих принципах:**

1. *Поддержка разнообразия детства.* Программа рассматривает разнообразие как ценность, образовательный ресурс и предполагает использование разнообразия для обогащения образовательного процесса. Дошкольное образовательное учреждение выстраивает образовательную деятельность с учетом региональной специфики, социокультурной ситуации развития каждого ребенка, его возрастных и индивидуальных особенностей, ценностей, мнений и способов их выражения.

2. *Сохранение уникальности и самоценности детства.* Этот принцип подразумевает полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного детства), обогащение (амплификацию) детского развития.

3. *Позитивная социализация ребенка* предполагает, что освоение ребенком культурных норм, средств и способов деятельности, культурных образцов поведения и общения с другими людьми, приобщение к традициям семьи, общества, государства происходят в процессе сотрудничества со взрослыми и другими детьми, направленного на создание предпосылок к полноценной деятельности ребенка в изменяющемся мире.

4. *Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия* взрослых (родителей, законных представителей), педагогических и иных работников ДОУ) и детей.

5. *Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.* Этот принцип предполагает активное участие всех субъектов образовательных отношений – как детей, так и взрослых в реализации программы.



6. *Сотрудничество ДООУ с семьей.* Сотрудничество, кооперация с семьей, открытость в отношении семьи, уважение семейных ценностей и традиций, их учет в образовательной работе.

7. *Индивидуализация дошкольного образования* предполагает такое построение образовательной деятельности, которое открывает возможности для индивидуализации образовательного процесса, появления индивидуальной траектории развития каждого ребенка с характерными для данного ребенка спецификой и скоростью, учитывающей его интересы, мотивы, способности и возрастно-психологические особенности.

8. *Возрастная адекватность образования.* Этот принцип предполагает подбор педагогом содержания и методов дошкольного образования в соответствии с возрастными особенностями детей.

9. *Развивающее вариативное образование.* Этот принцип предполагает, что образовательное содержание предлагается ребенку через разные виды деятельности с учетом его актуальных и потенциальных возможностей усвоения этого содержания и совершения им тех или иных действий, с учетом его интересов, мотивов и способностей.

#### **Подходы к формированию Программы следующие:**

1. *Системный подход.* Относительно самостоятельные компоненты рассматриваются как совокупность взаимосвязанных компонентов: цели образования, субъекты педагогического процесса: педагог и воспитанник, содержание образования, методы, формы, средства педагогического процесса.

2. *Личностно-ориентированный подход.* Личность как цель, субъект, результат и главный критерий эффективности педагогического процесса. Для развития личности создаются условия для саморазвития задатков и творческого потенциала.

3. *Деятельностный подход.* Деятельность – основа, средство и условие развития личности, это целесообразное преобразование модели

окружающей действительности, заключающаяся в выборе и организация деятельности ребенка с позиции субъекта познания труда и общения (активность самого).

4. *Индивидуальный подход* заключается в поддержке индивидуальных особенностей каждого ребенка.

5. *Аксиологический (ценностный) подход* предусматривает организацию воспитания на основе определенных ценностей, которые, с одной стороны, становятся целью и результатом воспитания, а с другой – его средством.

6. *Компетентностный подход*. Основным результатом образовательной деятельности становится формирование основ компетентностей как постоянно развивающейся способности воспитанников самостоятельно действовать при решении актуальных проблем, т.е. быть готовым: решать проблемы в сфере учебной деятельности; объяснять явления действительности, их сущность, причины, ориентироваться в проблемах современной жизни; решать проблемы, связанные с реализацией определённых социальных ролей.

7. *Культурологический подход* – методологическое основание процесса воспитания, предусматривающее опору в обучении и воспитании на национальные традиции народа, его культуру и этнические особенности.

### **1.1.3. Значимые для разработки и реализации рабочей программы, характеристики особенностей развития воспитанников (6-7 лет)**

Седьмой год жизни ребенка характеризуется продолжением активного формирования осанки и свода стопы. Так как костная ткань богата органическими элементами, то скелет старших дошкольников все ещё эластичен и подвержен деформации. Это может стать причиной травм не только конечностей, но и позвоночника. К семи годам у ребенка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы. К семи годам у детей ярко выражен грудной тип дыхания.

По данным специалистов, легочная ткань имеет большое количество лимфатических сосудов и респираторных бронхиол, поэтому для детей 6-7 лет характерны болезни, связанные с воспалительными процессами в легких.

Исследования по определению общей выносливости у дошкольников (на примере беговых и прыжковых упражнений) показали, что резервные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем у детей достаточно высоки.

Динамика нервной системы облегчает освоение детьми движений, физических упражнений, так как двигательные стереотипы не только намного легче формируются, но и возможна их модификация, то есть улучшение качества двигательной деятельности дошкольников.

На седьмом году жизни движения ребенка становятся более координированными и точными. Основой проявления двигательной деятельности является развитие устойчивого равновесия. Оно зависит от степени взаимодействия проприоцептивных, вестибулярных и других рефлексов, а также от массы тела и площади опоры. С возрастом ребенка показатели сохранения устойчивого равновесия улучшаются. При

выполнении упражнений на равновесие девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками.

В двигательной деятельности формируются навыки самоорганизации и взаимоконтроля. Дети проявляют волевые усилия при выполнении заданий, для них важен результат. Появляется возможность на основе закладываемой произвольности сформировать у детей потребность заниматься физическими упражнениями, развивать самостоятельность, инициативу в освоении новых видов движений.

**1.2. Планируемые результаты как ориентиры освоения  
воспитанниками образовательной области «Физическое развитие»  
(плавание)**

- ребенок плавает кролем с задержкой дыхания.
- плавает произвольным способом 7 м.
- плавает способом кроль на груди и кроль на спине в координации с дыханием.
- знаком со всеми способами плавания.
- совершенствует навык плавания при помощи движений рук с дыханием всеми способами.
- плавает под водой.
- прыгает в воду с бортика.
- умеет расслабляться в воде, знает способы отдыха.
- знает приемы самопомощи и помощи тонущему.
- имеет представления о том, что полезно и что вредно для его здоровья.
- способен оценивать свои достижения.
- проявляет творчество в двигательной деятельности.
- сформированы гигиенические навыки:
  - быстро раздевается и одевается;
  - правильно моется под душем, пользуясь индивидуальными губками;
  - насухо вытирается;
  - следит за чистотой принадлежностей для бассейна.

## II. Содержательный раздел

### 2.1. Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития воспитанника, представленными в пяти образовательных областях

Согласно принципу интеграции, физическое развитие детей осуществляется не только в процессе специфических физкультурных и спортивных игр, упражнений, занятий, но и при организации всех видов детской деятельности через физкультминутки, дидактические игры с элементами движения, подвижные игры с элементами развития речи, математики, конструирования и пр.

Образовательная деятельность по обучению плаванию детей от 5 до 6 лет реализуется в соответствии с направлениями развития ребенка в пяти образовательных областях:

- социально-коммуникативное развитие;
- познавательное развитие;
- речевое развитие;
- художественно-эстетическое развитие;
- физическое развитие.

Образовательная область	Задачи
«Физическое развитие»	Содействовать гармоничному физическому развитию детей. Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта: выполнению основных движений, общеразвивающих упражнений, участию в подвижных играх. Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к плаванию. Развивать интерес к правилам здоровьесберегающего и безопасного поведения. Формировать осторожное и осмотрительное

	<p>отношение к потенциально опасным для человека ситуациям.</p> <p>Совершенствовать умения правильно совершать процесс принятия душа при незначительном участии взрослого.</p> <p>Развивать умения одеваться и раздеваться при участии взрослого, стремясь к самостоятельным действиям.</p> <p>Развивать умения отражать в повседневной жизни и играх культурно –гигиенические навыки и правила здоровьесберегающего и безопасного поведения при участии взрослого.</p>
«Социально – коммуникативное развитие»	<p>Помогать детям открывать новые возможности игрового отражения мира.</p> <p>Развивать игровой опыт каждого ребенка.</p> <p>Пробуждать интерес к творческим проявлениям в игре и игровому общению со сверстниками.</p> <p>Стимулировать эмоциональное содержательное общение ребенка со взрослым.</p>
«Речевое развитие»	<p>Развивать умение понимать обращенную речь.</p> <p>Обогащать словарь детей за счет расширения представлений о людях, предметах, объектах природы ближайшего окружения, их действиях, ярко выраженных свойствах и качествах</p> <p>Игры: «Дождик», «Карусель», «Мячики», «Змейка», «Паровозик», «Каракатица», «Крокодил», «Мельница», «Стрела».</p>
«Познавательное развитие»	<p>Поддерживать и развивать интерес детей к совместной деятельности со взрослым и самостоятельному обследованию предметов, разнообразным действиям с ними.</p> <p>Формировать знания о назначении предметов ближайшего окружения, о способах их использования.</p> <p>Развитие пространственных ориентировок.</p> <p>Ознакомление детей со свойствами воды.</p>
«Художественно – эстетическое развитие»	<p>Использование музыкальных произведений, музыкального сопровождения различных видов детской деятельности и двигательной активности: на зарядке, на разминках, на спортивных развлечениях.</p>

## **2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации рабочей программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников**

Реализация рабочей программы обеспечивается на основе вариативных форм, способов, методов и средств, представленных в образовательных программах, методических пособиях, соответствующих принципам и целям Стандарта и выбираемых педагогом с учетом многообразия конкретных социокультурных, географических, климатических условий реализации рабочей программы, возраста воспитанников, состава групп, особенностей и интересов детей, запросов родителей (законных представителей).

Любые формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы должны осуществляться с учетом базовых принципов Стандарта и раскрытых в разделе 1.1.2 принципов и подходов программы, то есть должны обеспечивать активное участие ребенка в образовательном процессе в соответствии со своими возможностями и интересами, личностно - развивающий характер взаимодействия и общения и др.

Формы реализации рабочей программы (организационные формы) — это внешнее выражение согласованной деятельности педагога и воспитанников, осуществляемой в определенном порядке и режиме. Они имеют социальную обусловленность, возникают и совершенствуются в связи с развитием дидактических систем.

Средства реализации рабочей программы (средства обучения) – это материальные объекты и предметы естественной природы, а также искусственно созданные человеком, используемые в учебно-воспитательном процессе в качестве носителей учебной информации и инструмента деятельности педагога и воспитанников для достижения поставленных целей обучения, воспитания и развития.



Формы реализации рабочей программы	Методы реализации рабочей программы	Средства реализации рабочей программы
<p><b>Физкультурно-оздоровительная работа</b>  Утренняя гимнастика  Двигательная разминка  Физкультминутка  Оздоровительный бег  Индивидуальная работа по развитию движений  Прогулки-походы в лес  Гимнастика после дневного сна</p> <p><b>Физкультурные занятия</b>  По физической культуре  По плаванию</p> <p><b>Самостоятельные занятия</b>  Самостоятельная двигательная деятельность</p> <p><b>Физкультурно-массовые занятия</b>  Неделя здоровья  Физкультурный досуг  Физкультурно-спортивные праздники на открытом воздухе и на воде  Игры-соревнования между возрастными группами</p> <p><b>Дополнительные виды занятий</b>  Спортивные кружки</p> <p><b>Совместная физкультурно-оздоровительная</b></p>	<p><b>Наглядно-зрительные</b>  Показ физических упражнений, использование наглядных пособий, Имитация, зрительные ориентиры</p> <p><b>Наглядно-слуховые</b>  Музыка, песни</p> <p><b>Тактильно-мышечные</b>  Непосредственная помощь воспитателя</p> <p><b>Словесный</b>  Объяснения, пояснения, указания  Подача команд, распоряжений, сигналов  Вопросы к детям  Образный сюжетный рассказ, беседа  Словесная инструкция</p> <p><b>Практический</b>  Повторение упражнений без изменения и с изменениями  Проведение упражнений в игровой форме;  Проведение упражнений в соревновательной форме;</p>	<p>Гигиенические факторы  Физические упражнения  пляски, танцы  Различные виды детской деятельности</p>

<p><b>работа ДОУ и семьи</b>  Физкультурные занятия детей совместно с родителями в дошкольном учреждении  Участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях</p>		
---	--	--

**Здоровьесберегающие технологии, обеспечивающие сохранение здоровья и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников**

*Медико-профилактические технологии:*

- организация мониторинга здоровья дошкольников;
- организация и контроль питания детей;
- физического развития дошкольников;
- закаливание;
- организация профилактических мероприятий;
- организация обеспечения требований СанПиНов;
- организация здоровьесберегающей среды.

*Физкультурно-оздоровительные технологии:*

- развитие физических качеств, двигательной активности;
- становление физической культуры детей;
- дыхательная гимнастика;
- массаж и самомассаж;
- профилактика плоскостопия и формирования правильной осанки;
- воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье.

**В части, формируемой участниками образовательных отношений,**  
в группах (от 2 до 7 лет) реализуются парциальные программы «Обучение плаванию в детском саду» Т.И. Осокина; «Морская звезда» Рыбак М.В.

### **2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик**

Особенностью организации образовательной деятельности является ситуационный подход.

Основной единицей образовательного процесса выступает образовательная ситуация, т. е. такая форма совместной деятельности педагога и детей, которая планируется и целенаправленно организуется педагогом с целью решения определенных задач развития, воспитания и обучения. Образовательная ситуация протекает в конкретный временной период образовательной деятельности. Особенностью образовательной ситуации является появление образовательного результата (продукта) в ходе специально организованного взаимодействия воспитателя и ребенка. Такие продукты могут быть как материальными (рассказ, рисунок, поделка, коллаж, экспонат для выставки), так и нематериальными (новое знание, образ, идея, отношение, переживание). Ориентация на конечный продукт определяет технологию создания образовательных ситуаций.

Преимущественно образовательные ситуации носят комплексный характер и включают задачи, реализуемые в разных видах деятельности на одном тематическом содержании. Образовательные ситуации используются в процессе непосредственно образовательной деятельности. Главными задачами таких образовательных ситуаций является:

- формирование у детей новых умений в разных видах деятельности и представлений;
- обобщение знаний по теме, развитие способности рассуждать и делать выводы.

Педагог создает разнообразные образовательные ситуации, побуждающие детей применять свои знания и умения, активно искать новые пути решения возникшей в ситуации задачи, проявлять

эмоциональную отзывчивость и творчество. Организованные инструктором образовательные ситуации ставят детей перед необходимостью понять, принять и разрешить поставленную задачу. Активно используются игровые приемы, разнообразные виды наглядности, в том числе схемы, предметные и условно-графические модели. Назначение образовательных ситуаций состоит в систематизации, углублении, обобщении личного опыта детей, в освоении новых, более эффективных способов познания и деятельности, в осознании связей и зависимостей, которые скрыты от детей в повседневной жизни и требуют для их освоения специальных условий. Успешное и активное участие в образовательных ситуациях подготавливает детей к будущему школьному обучению. Воспитатель широко использует также ситуации выбора (практического и морального) ситуации. Предоставление дошкольникам реальных прав практического выбора средств, цели, задач и условий своей деятельности создает почву для личного самовыражения и самостоятельности.

Образовательные ситуации могут «запускать» инициативную деятельность детей через постановку проблемы, требующей самостоятельного решения, через привлечение внимания детей к материалам для экспериментирования и исследовательской деятельности, для продуктивного творчества.

Ситуационный подход дополняет принцип продуктивности образовательной деятельности, который связан с получением какого-либо продукта. Принцип продуктивности ориентирован на развитие субъективности ребенка в образовательной деятельности разнообразного содержания. Этому способствуют современные способы организации образовательного процесса с использованием детских проектов, игроболочек и игр-путешествий, коллекционирования, экспериментирования, ведение детских дневников и журналов, создания спектаклей-коллажей и многое другое.

**Игровая деятельность** является ведущей деятельностью ребенка дошкольного возраста. В организованной образовательной деятельности она выступает в качестве основы для интеграции всех других видов деятельности ребенка дошкольного возраста. В младшей и средней группах детского сада игровая деятельность является основой решения всех образовательных задач. В сетке непосредственно образовательной деятельности игровая деятельность не выделяется в качестве отдельного вида деятельности, так как она является основой для организации всех других видов детской деятельности. Игровая деятельность представлена в образовательном процессе в разнообразных формах - это дидактические и сюжетно-дидактические, развивающие, подвижные игры, игры-путешествия, игровые проблемные ситуации, игры-инсценировки, игры-этюды и пр. При этом обогащение игрового опыта творческих игр детей тесно связано с содержанием непосредственно организованной образовательной деятельности. Организация сюжетно-ролевых, режиссерских, театрализованных игр и игр-драматизаций осуществляется преимущественно в режимных моментах (в утренний отрезок времени и во второй половине дня).

**Коммуникативная деятельность** направлена на решение задач, связанных с развитием свободного общения детей и освоением всех компонентов устной речи, освоение культуры общения и этикета, воспитание толерантности, подготовки к обучению грамоте (в старшем дошкольном возрасте). В плане непосредственно образовательной деятельности она занимает отдельное место, но при этом коммуникативная деятельность включается во все виды детской деятельности, в ней находит отражение опыт, приобретаемый детьми в других видах деятельности.

**Познавательно-исследовательская деятельность** включает в себя широкое познание детьми объектов живой и неживой природы, предметного и социального мира (мира взрослых и детей, деятельности

людей, знакомство с семьей и взаимоотношениями людей, городом, страной и другими странами), безопасного поведения, освоение средств и способов познания (моделирования, экспериментирования), сенсорное и математическое развитие детей.

**Восприятие художественной литературы и фольклора** организуется как процесс слушания детьми произведений художественной и познавательной литературы, направленный на развитие читательских интересов детей, развитие способности восприятия литературного текста и общения по поводу прочитанного. Чтение может быть организовано как непосредственно чтение (или рассказывание сказки) воспитателем вслух, и как прослушивание аудиозаписи.

**Конструирование и изобразительная деятельность детей** представлена разными видами художественно-творческой (рисование, лепка, аппликация) деятельности. Художественно-творческая деятельность неразрывно связана со знакомством детей с изобразительным искусством, развитием способности художественного восприятия. Художественное восприятие произведений искусства существенно обогащает личный опыт дошкольников, обеспечивает интеграцию между познавательно-исследовательской, коммуникативной и продуктивной видами деятельности.

**Музыкальная деятельность** организуется в процессе музыкальных занятий, которые проводятся музыкальным руководителем в специально оборудованном помещении.

**Двигательная деятельность** организуется в процессе занятий физической культурой.

**Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов** требует особых форм работы в соответствии с реализуемыми задачами воспитания, обучения и развития ребенка. В режимных процессах, в свободной детской деятельности педагог создает по мере необходимости,

дополнительно развивающие проблемно-игровые или практические ситуации, побуждающие дошкольников применить имеющийся опыт, проявить инициативу, активность для самостоятельного решения возникшей задачи.



## **2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы**

Приоритетной сферой проявления детской инициативы в данном возрасте является научение, расширение сфер собственной компетентности в различных областях практической предметности, в том числе орудийной деятельности, а также информационная познавательная деятельность.

Для поддержки детской инициативы взрослым необходимо:

- вводить адекватную оценку результата деятельности ребенка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования продукта деятельности;
- спокойно реагировать на неуспех ребенка и предлагать несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, доделывание, совершенствование деталей. Рассказывать детям о своих трудностях, которые испытывали при обучении новым видам деятельности;
- создавать ситуации, позволяющие ребенку реализовать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников;
- обращаться к детям, с просьбой продемонстрировать свои достижения и научить его добиваться таких же результатов сверстников;
- поддерживать чувство гордости за свой труд и удовлетворение его результатами;
- создавать условия для различной самостоятельной творческой деятельности детей по их интересам и запросам, предоставлять детям на данный вид деятельности определенное время;
- при необходимости помогать детям решать проблемы при организации игры;

- проводить планирование жизни группы на день, неделю, месяц с учетом интересов детей, стараться реализовывать их пожелания и предложения;
- презентовать продукты детского творчества другим детям, родителям, педагогам (концерты, выставки и др.)

## **2.5. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников**

Самым благоприятным возрастом для формирования полезных привычек является дошкольный и младший школьный. В этот период ребенок значительную часть проводит дома, в семье, среди своих родных, чей образ жизни, стереотипы поведения становятся сильнейшими факторами формирования их представлений о жизни. Вот почему именно в семье закладываются основы многообразных отношений к себе и своему здоровью, к здоровью близких, к людям, к труду, к природе. Семья и дошкольное учреждение составляют целостную социокультурную образовательную среду для наиболее успешного развития и социализации детей дошкольного возраста. Взаимодействие с родителями инструктор строит в соответствии с индивидуальными особенностями каждой семьи, их интересами и потребностями.

Цель работы инструктора по физической культуре с родителями воспитанников - консультативная помощь в физическом воспитании и развитии ребенка в семье.

Задачи инструктора по взаимодействию с семьями воспитанников:

- способствовать повышению компетентности родителей (законных представителей) в вопросах физического развития детей, охраны и укрепления их физического и психического здоровья, развития их индивидуальных способностей;
- расширить знания родителей о физических умениях и навыках их детей;
- способствовать созданию активной позиции родителей в совместной двигательной деятельности с детьми.

С целью выстраивания партнерских отношений и укрепления доверия с семьями воспитанников инструктор использует язык открытой коммуникации (активное слушание, безоценочные высказывания, уместный

комплимент, улыбка и т.п.). Особенно это важно в эмоционально напряженных ситуациях общения с родителями, в случаях разногласий в решении проблем, затруднений и отклонений в развитии ребенка, в общении с родителями детей, имеющих ограниченные возможности здоровья. Инструктор предоставляет родителям возможность быть в полной мере информированными об успешности его развития во время образовательной деятельности по плаванию. Для этого активно используются различные формы и методы взаимодействия с семьями.

### **Взаимодействие инструктора по физической культуре (плавание) и семьи**

#### **Перспективный план проведения консультаций с родителями.**

Месяц	Старшая группа	Форма проведения
Сентябрь	«Собираем ребенка в бассейн»	Общее родительское собрание
Октябрь	«Плавание, как средство повышения двигательной активности детей»	Инд.консультация
Ноябрь	«За здоровый образ семьи и здоровую счастливую семью»	Инд. консультация
Декабрь	«Физические упражнения, как средство профилактики нарушений осанки»	Инд. консультация
Январь	«Физическое воспитание в семье»	Инд. консультация
Февраль	«В здоровом теле - здоровый дух»	Инд. консультация
Март	«Плавание - средство воспитания дошкольников»	Папка-передвижка
Апрель	«Комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов: вода, воздух, солнце»	Инд. консультация
Май	«Техника безопасности при плавании в открытых водоёмах»	Общее родительское собрание

**Планируемые результаты сотрудничества инструктора с семьями воспитанников:**

- сформированность у родителей представлений о содержании педагогической деятельности;
- овладение родителями практическими умениями и навыками воспитания и обучения детей дошкольного возраста;
- формирование устойчивого интереса родителей к активному взаимодействию с учреждением.

## **2.6. Иные характеристики содержания основной образовательной программы дошкольного образования**

Санитарно-гигиенические условия проведения ООД по плаванию включают следующее:

- освещённые и проветриваемые помещения.
- смена воды по графику.
- текущая генеральная дезинфекция помещения и инвентаря.
- Дезинфекция ванны при каждом спуске воды.
- анализ качества воды и дезинфекция помещений оборудования контролируется санэпидстанцией

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

Возрастная группа	Температура воды (0С)	Температура воздуха (0С)	Глубина (м)
Первая младшая	+ 30...+32 0С	+26... +28 0С	0,4 -0,5
Вторая младшая	+ 30... +320С	+26... +280С	0,4-0,5
Средняя	+ 28... +290С	+24... +280С	0,7-0,8
Старшая	+ 27... +280С	+24... +280С	0,8
Подготовительная к школе группа	+ 27... +280С	+24... +280С	0,8

### **Режим реализации рабочей программы инструктора по физической культуре (плавание)**

Направления развития ребенка	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
	1,5-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Физическое развитие	Продолжительность НОД (в мин.)				
	8-10	15	20	25	30

(плавание)	Количество НОД				
	1	1	1	1	1

### **Обеспечение безопасности занятий по плаванию**

Обеспечение безопасности НОД по плаванию с детьми дошкольного возраста включает следующие правила:

- ООД по плаванию проводить в местах, полностью отвечающих всем требованиям безопасности и гигиены;
- спуск в бассейн осуществляется по лестнице с поручнями, ступеньки должны быть покрыты резиновым ковриком;
- переход из душевой в чашу бассейна осуществлять по резиновым коврикам;
- соблюдать температурный режим воды;
- не допускать неорганизованного плавания, самовольных прыжков в воду и ныряния;
- не разрешать детям толкать друг друга, хватать за руки и за ноги, нырять на встречу, громко кричать, звать на помощь, когда она не требуется;
- не проводить ООД по плаванию с группами, превышающими 10-12 чел.;
- допускать детей ООД только с разрешения врача;
- приучать детей выходить из воды при неотложной необходимости только с разрешения инструктора;
- научить детей пользоваться спасательными средствами;
- во время ООД внимательно наблюдать за детьми, видеть всю группу, каждого воспитанника отдельно и быть готовым в случае необходимости быстро оказать помощь ребёнку;
- обеспечить обязательное присутствие медсестры при проведении ООД по плаванию;
- не проводить ООД раньше, чем через 40 минут после еды;

- соблюдать методическую последовательность обучения;
- знать индивидуальные данные физического развития, состояния здоровья детей и плавательную подготовку каждого ребенка;
- прыжки в воду разрешать детям, умеющим уверенно держаться на поверхности воды;
- не злоупотреблять возможностями ребенка, не форсировать увеличения плавательной дистанции;
- добиваться сознательного выполнения детьми правил обеспечения безопасности образовательной деятельности по плаванию;
- научить осознавать ценность здорового образа жизни, бережно относиться к своему здоровью, ознакомить с элементарными правилами техники безопасности поведения.

Каждый ребенок должен знать и соблюдать следующие правила поведения в бассейне:

- внимательно слушать задание и выполнять его;
- входить в воду только с разрешения педагога (инструктора);
- спускаться по лестнице спиной к воде;
- не стоять без движений в воде;
- не мешать друг другу;
- не наталкиваться друг на друга;
- не кричать, не звать ложно на помощь;
- не бегать в помещении бассейна;
- проситься выйти по необходимости;
- выходить быстро по команде педагога (инструктора).



### **III. Организационный раздел**

#### **3.1. Материально - техническое обеспечение основной образовательной программы дошкольного образования**

Развивающая предметно-пространственная среда в бассейне содержательна, насыщена, трансформируема, доступная и безопасная.

##### **Методические материалы и средства обучения:**

- Нестандартное оборудование для ОРУ и игр с водой
- Плавательные доски
- Плавающие игрушки, предметы разных форм и размеров
- Тонущие игрушки и предметы разных форм и размеров
- Надувные круги разных размеров
- Нарукавники
- Разделительная дорожка
- Мячи разных размеров
- Обручи плавающие и с грузом
- Шест
- Жилет спасательный
- Корзины надувные для метания
- Гимнастические обручи
- Поплавки цветные (флажки)
- Коврики массажные
- Плакаты «Правила поведения на воде», «Правила поведения в бассейне»
- Иллюстрации с изображением водных видов спорта
- Картинки с изображением морских животных
- Картинки, схемы, фотографии, иллюстрирующие различные способы и стили плавания

- Фонотека записей музыкальных произведений для проведения комплексов упражнений в воде и в зале «сухого плавания»
- Карточка игр и упражнений на воде для каждой возрастной группы
- Комплексы дыхательных упражнений
- Подборка стихов, потешек, загадок о воде, плавании.

### 3.2. Режим дня

Основой здорового образа жизни и полноценного развития детей в ДОО является режим дня. Продуманная организация питания, сна, содержательной деятельности каждого ребенка обеспечивает его хорошее самочувствие и активность, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В детском саду разработан режим дня, учитывающий возрастные психофизиологические возможности детей, их интересы и потребности, обеспечивающий взаимосвязь детской деятельности в детском саду.

Режим дня, включающий непосредственно образовательную деятельность по плаванию, предусматривает достаточное пребывание детей на воздухе, полноценное проведение общеобразовательной деятельности, приема пищи, сна, всех других форм физкультурно-оздоровительной и воспитательной работы. Обязательно учитывается время приема пищи. Непосредственно образовательная деятельность по плаванию должна проходить не ранее чем через 40 мин после еды.

Обучение плаванию проходит в форме групповой образовательной деятельности по установленному расписанию. Группы делят на подгруппы в зависимости от возраста детей и от конкретных условий.

Исходя из климатических особенностей нашего региона, организация режима пребывания воспитанников в ДОО представляет собой режимы дня: в холодный период (таблица 1) и в теплый период (таблица 2).

Таблица 1

**Режим дня воспитанников детского сада 41 (от 2 до 7 лет)  
(холодный период)**

Группы	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Старшая группа компенсирующей направленности	Подготовительная к школе группа
Режимные моменты						
Утренний прием, осмотр, общение, утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность.	7.00-8.10	7.00-8.15	7.00-8.20	7.00-8.25	7.00-8.30	7.00-8.40
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку. Завтрак.	8.10-8.40	8.15-8.45	8.20-8.50	8.25-8.50	8.30-8.50	8.40-8.55
Игры, самостоятельная деятельность детей, свободное общение */ подготовка к НОД	8.40-9.20	8:45-9.00	8.50-9.10	8.50-9.00	8.50-9.00	8.55-9.00
Непосредственно образовательная деятельность, дополнительное образование	9.20-9.50	9.10-9.50	9:10-10.00	9.00-10.35	9.00-10.35	9.00-10.50
Игры, самостоятельная деятельность детей. Подготовка к прогулке. Прогулка, наблюдения, труд, общение по интересам.	9.50-11.20	9.50-11.30	10.00-12.00	10.35-12.15	10.35-12.20	10.50-12.25
Гигиенические процедуры, подготовка к обеду. Обед	11.20-11.50	11.30-12.00	12.00-12.30	12.15-12.40	12.20-12.45	12.25-12.50
Гигиенические процедуры. Подготовка ко сну, сон	11.50-15.00	12.00-15.00	12.30-15.00	12.40-15.05	12.40-15.05	12.50-15.05
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.15	15.05-15.20	15.05-15.20	15.05-15.20
Полдник	15.25-15.50	15.25-15.50	15.15-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30
Самостоятельная деятельность детей. /Организованная совместная образовательная деятельность взрослого и детей (НОД, кружки, занятия со специалистами). /Сюжетно-ролевые, творческие и дидактические игры.	15.50-16.20	15.50-16.25	15.30-16.30	15.30-16.35	15.30-16.35	15.30-16.40
Подготовка к ужину, ужин	16.20-16.45	16.25-16.45	16.30-16.50	16.35-17.05	16.35-17.05	16.40-17.00

Чтение литературы, игры, досуги, общение и деятельность по интересам / Самостоятельная деятельность детей	16.45-17.15	16.45-17.30	16.50-17:40	17.05-17.45	17.05-17.45	17.00-17.50
Подготовка к прогулке, прогулка	17.15-18.30	17.30-18.30	17:40-18.30	17.45-18.30	17.45-18.30	17.50-18.30
Уход домой	18.30	18.30	18.30	18.30	18.30	18.30

*\* Время для детей средней, старшей и подготовительной к школе групп*

Таблица 2

**Режим дня воспитанников детского сада 41 (от 2 до 7 лет)  
(теплый период)**

Группы Режимные моменты	1- младшая группа	2- младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Старшая группа компенсирующей направленности	Подготовительная к школе группа
Утренний прием, осмотр, общение, утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность.	7.00-8.10	7.00-8.15	7.00-8.20	7.00-8.25	7.00-8.30	7.00-8.40
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку Завтрак	8.10-8.40	8.15-8.45	8.20-8.50	8.25-8.50	8.30-8.50	8.40-9.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, свободное общение	8.40-9.40	8.45-9.40	8.50-9.40	8.50-9.40	8.50-9.40	9.00-9.40
Подготовка к прогулке, прогулка, наблюдения, труд, общение по интересам)	9.40-11.25	9.40-11.35	9.40-12.00	9.40-12.20	9.40-12.25	9.40-12.30
Гигиенические процедуры, подготовка к обеду Обед	11.25-11.55	11.35-12.05	12.00-12.30	12.20-12.50	12.25-13.00	12.30-13.15
Гигиенические процедуры Подготовка ко сну, сон	11.55-15.00	12.05-15.00	12.30-15.05	15.50-15.10	13.00-15.10	13.20-15.15
Постепенный подъем, гимнастика после сна. закаливающие процедуры	15.00-15.15	15.00-15.15	15.05-15.20	15.10-15.25	15.10-15.25	15.15-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.30	15.15-15.25	15.20-15.30	15.25-15.35	15.25-15.35	15.30-15.40
Подготовка к прогулке, прогулка	15.30-16.25	15.25-16.30	15.30-16.35	15.35-16.40	15.35-16.40	15.40-16.45
Подготовка к ужину, ужин	16.25-16.55	16.30-17.00	16.35-17.05	16.40-17.10	16.40-17.10	16.45-17.15
Самостоятельная игровая деятельность, инд. работа, свободное общение. Прогулка.	16.55-19.00	17.00-19.00	17.05-19.00	17.10-19.00	17.10-19.00	17.15-19.00
Уход домой	19.00	19.00	19.00	19.00	19.00	19.00

### 3.3. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

В основу реализации комплексно-тематического принципа построения рабочей программы положен примерный перечень событий (праздников), который обеспечивает:

- «проживание» ребенком содержания дошкольного образования во всех видах детской деятельности;
- социально-личностную ориентированность и мотивацию всех видов детской деятельности в ходе подготовки и проведения праздников;
- поддержание эмоционально - положительного настроения ребенка в течение всего периода освоения программы.

Задача инструктора наполнить ежедневную жизнь детей увлекательными и полезными делами, создать атмосферу радости общения, коллективного творчества, стремления к новым задачам и перспективам. В конце месяца в каждой группе проводится развлечение, которое направлено на закрепление полученных знаний и умений. Два раза в год (декабрь, май) проходят праздники на воде для детей старшего дошкольного возраста.

Месяц	Мероприятие	Группы
Октябрь	Развлечение «В гости к уточке»	Младшие группы
Ноябрь	Развлечение «Приключение Колобка»	Средние группы
Декабрь	Праздник «Встреча Нептуна с Зимой»	Старшие группы Подготовительная группа
Январь	Развлечение «Морское веселье»	Старшие группы
Февраль	Развлечение «Сказочное болото»	Подготовительная группа
Март	Открытое занятие для родителей	Старшие группы
Апрель	«Праздник «Путешествие на планету Здоровья»	Старшие группы Подготовительная группа

### **3.4. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды**

Состояние развивающей предметно-пространственной среды в бассейне соответствует санитарным нормам и правилам и проектируется на основе:

- реализуемой в детском саду образовательной программы дошкольного образования;
- требований нормативных документов;
- материальных условий;
- общих принципах построения предметно-развивающей среды.

Все базисные компоненты развивающей предметной среды включают оптимальные условия для полноценного физического, эстетического, познавательного и социального развития детей.

Развивающая предметно-пространственная среда в ДОУ позволяет детям в соответствии со своими интересами и желаниями свободно заниматься одновременно разными видами деятельности, она обеспечивает реализацию образовательного потенциала пространства бассейна и является содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной. В состав бассейна входят зал с чашей для воды, раздевалка с выделенной зоной для раздевания мальчиков и девочек, душевая, туалет, технические помещения, связанные с обслуживанием бассейна. Насыщенность среды бассейна соответствует возрастным возможностям детей и содержанию рабочей программы инструктора по физкультуре (плавание). Пространство оснащено средствами обучения и воспитания (в том числе техническими), спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем. Использование разнообразных пособий повышает интерес детей к выполнению различных движений в воде, ведет к увеличению интенсивности двигательной активности, что благотворно влияет на физическое развитие и на состояние здоровья ребенка.

Организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря в бассейне обеспечивает:

- двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;
- эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением;
- возможность самовыражения детей.

Развивающая среда бассейна делится на развивающую среду сухого зала и развивающую среду чашу бассейна. Материалы и оборудование сухого зала используются для общеразвивающих упражнений перед проведением непосредственно образовательной деятельности по плаванию и представлены различными массажными дорожками, массажными мячами, пластмассовыми кольцами, ленточками, платочками. Зал с чашей для воды оснащен необходимым оборудованием, инвентарем, соответствует возрастным особенностям детей дошкольного возраста, что позволяет развивать способности, овладевать навыками и умениями в плавании. Здесь находятся коврики, дорожки, игрушки пластмассовые и резиновые, связанные с жизнедеятельностью окружающего мира («черепаха», «осьминог», «дельфин», «лягушка»), надувные игрушки, обручи пластмассовые для ныряния, игрушки для доставания со дна, кораблики большие и маленькие, «нарукавники», пенопластовые доски, корзины для предметов, ласты, мячи, надувные круги. Нестандартное оборудование представлено разнообразными предметами: пластмассовые шарики, камушки, завернутые в фольгу, разделительные дорожки из шариков, дорожка из обручей - большого, среднего и малого диаметра, обруч на подставке для ныряния, пластмассовая палка с шариком на конце, сетка для игр. Водная среда предоставляет условия для игрового обучения плаванию, развития моторных функций и координации ребенка.

В каждой возрастной группе решаются определенные задачи, поэтому в зависимости от поставленных задач возможно изменять (трансформировать)



наполнение пространства игрушками и пособиями. Внесение разнообразного игрового материала, спортивного инвентаря позволяет изучать различные свойства воды, предметов (не тонет, плавает). Вариативность предметно-пространственной среды дает возможность детям играть, развивает у детей познавательный интерес, дети сами придумывают новые движения в воде с игровым материалом и свободно плавать. Непосредственно на бортике бассейна размещаются плавательные доски, надувные круги и игрушки (в зависимости от тематики занятий). Все оборудование находится в зоне доступности ребенка. В бассейне создана безопасная среда: тщательно продуманы, распределены и установлены оборудование и инвентарь для удобства и комфортного пребывания детей в бассейне. С детьми регулярно проводятся инструктажи по технике безопасности.

## Методическое обеспечение рабочей программы

1. Большакова И. А. Маленький дельфин: пособие для инструкторов по плаванию, педагогов дошкольных учреждений / И.А.Большакова. - М.: Аркти-Кудиц, 2005. – 24 с.
2. Осокина Т. И., Тимофеева Е. А., Богина Т. Л. «Обучение плаванию в детском саду». -М., Просвещение, 1991 г.
3. Осокина Т.И «Как научить детей плавать», методическое пособие, Москва «Просвещение», 1988 г.
4. Пищикова Н. Г. Обучение плаванию детей дошкольного возраста. -М., 2008 г.
5. Протченко Т. А., Семенов Ю. А. Обучение плаванию дошкольников и младших школьников [Текст]: методическое пособие / Т. А. Протченко, Ю .А.Семенов. – М.: Айрис - дидактика, 2003. – 80 с.
6. Рыбак, М. В. Программа «Морская звезда» [Текст]: учеб.-метод. комплекс для проведения кружковых занятий с детьми ст. дошк. возраста в плавательном бассейне / М. В. Рыбак. – М.: ТЦ Сфера, 2012. –64 с.
7. Основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы»/ под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 3-еиздание, М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ,
8. «Игры и развлечения на воде» методические рекомендации, Москва 1980

**Комплексно – тематическое планирование образовательной деятельности по обучению плаванию детей  
подготовительной группы**

№ п/п	Тема	Задачи:	Кол-во НОД
1	«Прогулка в парк»	1. Вызвать у детей интерес к занятиям плаванием. 2. Приступить к освоению с водой; ознакомить с некоторыми свойствами воды.	1
2	«Водяной зоопарк»	1. Учить детей смело входить в воду, передвигаться в воде самостоятельно. 2. Ознакомить с движениями ног.	1
3	«Веселые лягушата»	1. Продолжать учить детей смело входить в воду, передвигаться в воде самостоятельно. 2. Учить движениям ног.	1
4	«Волна на море»	1. Учить детей не бояться брызг, не вытирать лицо руками. 2. Подготовить к погружению в воду с головой.	1
5	«Осень»	1. Продолжать учить детей не бояться брызг, не вытирать лицо руками. 2. Учить погружению в воду с головой.	1

<b>6</b>	<b>«Коробочка»</b>	1. Научиться погружаться с головой в воду. 2. Ознакомить с выдохом.	1
<b>7</b>	<b>«Путешествие на корабле»</b>	1. Продолжить обучать погружаться с головой в воду. 2. Учить выдохам.	1
<b>8</b>	<b>«Как на реченьке-реке»</b>	1. Учить детей открывать в воде глаза. 2. Разучивать выдох в воду.	1
<b>9</b>	<b>«Подводный мир»</b>	1. Продолжать учить погружаться в воду с головой и делать выдох в воду. 2. Закреплять плавательные умения и навыки: работу ног кролем при плавании на груди, с плавательной доской и без опоры.	1
<b>10</b>	<b>«Веселые превращения»</b>	1. Упражнять в освоении вдоха и выдоха с поворотом головы. 2. Упражняться в движениях ног, как при плавании кролем.	1
<b>11</b>	<b>«Круг»</b>	1. Учить в освоении вдоха и выдоха с поворотом головы. 2. Учить в движениях ног, как при плавании кролем.	1
<b>12</b>	<b>«Караси и щука»</b>	1. Подвести к освоению всплывания и лежания на воде. 2. Упражнять в выдохе в воду.	1
<b>13</b>	<b>«На озере»</b>	1. Обучить освоению всплывания и лежания на воде. 2. Учить выдоху в воду.	1

<b>14</b>	<b>«Тюлени»</b>	<p>1. Закреплять навык всплывания и лежания на воде.</p> <p>2. Ознакомить детей с движениями ног, как при плавании кролем, во время передвижения по дну на руках.</p> <p>3. Осваивать выдохи в воду сериями.</p>	1
<b>15</b>	<b>«Веселые капельки»</b>	<p>1. Продолжать закреплять навык всплывания и лежания на воде.</p> <p>2. Учить детей движениям ног, как при плавании кролем, во время передвижения по дну на руках.</p> <p>3. Закреплять освоение выдохов в воду сериями.</p>	1
<b>16</b>	<b>«Невод»</b>	<p>1. Учить всплыванию и лежанию на воде на спине.</p> <p>2. Знакомить с положением «стрела» для скольжения по поверхности воды.</p>	1
<b>17</b>	<b>«Аккуратные зайчата»</b>	<p>1. Продолжать учить всплыванию и лежанию на воде на спине.</p> <p>2. Учить с положением «стрела» для скольжения по поверхности воды.</p>	1
<b>18</b>	<b>«Охотники и утка»</b>	<p>1. Разучивать с детьми скольжение по поверхности воды на груди и на спине.</p> <p>2. Упражнять в выдохах в воду с поворотом головы для вдоха.</p>	1
<b>19</b>	<b>«На речке»</b>	<p>1. Учить с детьми скольжение по поверхности воды на груди и на спине.</p> <p>2. Учить в выдохах в воду с поворотом головы для вдоха.</p>	1
<b>20</b>	<b>«Удочка»</b>	<p>1. Учить плавать кролем на груди и на спине при помощи движений ног, с</p>	1

		доской в руках.	
21	«Волшебная удочка»	1. Продолжать учить плавать кролем на груди и на спине при помощи движений ног, с доской в руках.	1
22	«Волшебный пароход»	1. Закреплять плавать кролем на груди и на спине при помощи движений ног, с доской в руках.	1
23	«Торпеда»	1. Учить детей движениям рук, как при плавании кролем. 2. Учить сочетать скольжение с выдохом в воду.	1
24	«Веселые гномы»	1. Продолжать учить детей движениям рук, как при плавании кролем. 2. Продолжать учить сочетать скольжение с выдохом в воду.	1
25	«Морской бой»	1. Продолжать упражнять детей в движениях рук, как при плавании кролем. 2. Побуждать плавать на груди и на спине.	1
26	«В гостях у кваки»	1. Учить детей в движениях рук, как при плавании кролем. 2. Учить плавать на груди и на спине.	1
27	«Маленькие капитаны»	1. Закреплять в движениях рук, как при плавании кролем. 2. Закреплять плавать на груди и на спине.	1
28	«Пятнашки поплавок»	с 1. Приступить к обучению упражнениям на овладение общей координацией плавательных движений — согласование движений рук с дыханием.	1

<b>29</b>	<b>«Прогулка в парк»</b>	1.Учить овладению общей координацией плавательных движений — согласование движений рук с дыханием.	1
<b>30</b>	<b>«Винт»</b>	1. Упражнять детей в согласовании движений рук и дыхания при плавании кролем на груди. 2. Продолжать осваивать согласование рук, ног и дыхания при плавании кролем на груди и спине.	1
<b>31</b>	<b>«Круговой винт»</b>	1. Учить детей в согласовании движений рук и дыхания при плавании кролем на груди. 2. Учить согласование рук, ног и дыхания при плавании кролем на груди и спине.	1
<b>32</b>	<b>«Гонка мячей»</b>	1.Совершенствовать навыки детей в плавании с полной координацией движений рук, ног и дыхания.	1
<b>33</b>	<b>«Гонка»</b>	1.Совершенствовать навыки детей в плавании с полной координацией движений рук, ног и дыхания.	1

**Итого**

**33**

