Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №226 «Капитошка»

Принята с изменениями
на педагогическом совете
МБДОУ №226 «Капитошка»
Протокол № 4
от «26» августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ №226
«Капитошка»
С.А.Низамутдинова
Приказ № 106 «26» августа 2024 г.
М.П.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 226 "КАПИТОШКА"

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 226 "КАПИТОШКА"
Дата: 2024.10.30 13:29:36 +04'00'

Рабочая программа

по плаванию с детьми 4-7 лет

Образовательная область «Физическое развитие»

Составитель:
Инструктор по физической культуре
Клемендеева К.В.

Ульяновск, 2024 г.

№	Содержание	Стр.
1.	Пояснительная записка	
1.1.	Цели и задачи изучения образовательной области «Физическое развитие» Плавание.	
1.2.	Планируемые результаты реализации образовательной программы дошкольного образования	
1.3.	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов.	
2	Задачи и содержание образования (обучения и воспитания) в образовательной области «Физическое развитие»	
2.1.	Тематический план	
2.2	Организованная образовательная деятельность с детьми	
2.3.	Индивидуальная работа	
2.4.	Взаимодействие с родителями	
3.	Организация работы	
3.1	Объем образовательной нагрузки	
3.2	Сетевое взаимодействие	

1.Пояснительная записка

Рабочая программа по плаванию с детьми 4-7 лет разработана рабочей группой педагогических работников муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 226 «Капитошка». Программа реализуется на государственном языке Российской Федерации - русский.

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального образовательного стандарта дошкольного образования (с изменениями от 08.11.2022 № 955 "О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных государственных образовательных стандартов общего образования и образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)" (Зарегистрирован 06.02.2023 № 72264) и Федеральной образовательной программой дошкольного образования (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 "Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования" (Зарегистрирован 28.12.2022 № 71847), на основе программы Т.И Осокиной «Обучение детей плаванию в детском саду» .

и в соответствии с основными нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 24.09.2022 № 371-ФЗ «О - образовательным внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в РФ» и статью 1 Федерального закона «Об образовательных требованиях в РФ»;
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательная программа дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 года № 1014 г. Москва);
- Приказ Минпросвещения РФ от 30.09.2022 № 874 «Об утверждении Порядка разработки и утверждения федеральных основных общеобразовательных программ»;
- Устав муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 226 «Капитошка»
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (Утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20»).

Программа направлена на:

• Создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту, видам деятельности;

• Создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей.

Основной целью данной программы является обучение детей дошкольного возраста плаванию; закаливание и укрепление детского организма; обучение каждого ребенка осознанно заниматься физическими упражнениями; создание основы для разностороннего физического развития (развитие и укрепление опорно-двигательного аппарата, сердечно - сосудистой, дыхательной и нервной систем).

Достижение поставленной цели предусматривает решение задач по формированию:

-навыков плавания;

-бережного отношения к своему здоровью;

-навыков личной гигиены;

-умения владеть своим телом в непривычной среде.

Задачи психолого-педагогической работы по формированию физических, интеллектуальных и личностных качеств детей решаются интегрировано в ходе освоения всех образовательных областей наряду с задачами, отражающими специфику каждой образовательной области, с обязательным психологическим сопровождением.

При этом решение программных образовательных задач предусматривается не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и в ходе режимных моментов — как в совместной деятельности взрослого и детей, так и в самостоятельной деятельности дошкольников.

1.1.Цели и задачи реализации образовательной программы дошкольного образования

(ФОП ДО стр.4-5 п.14.1, 14.2)

http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212280044?ysclid=lyr53s7jku790505883&index=5

1.2. Планируемые результаты реализации образовательной программы дошкольного образования

(ФОП ДО стр.7 п.15.2 – 15.4)

http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212280044?ysclid=lyr53s7jku790505883&index=8

1.3. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

(ФОП ДО стр.19 п.16.1 – 16.10)

http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212280044?ysclid=lyr53s7jku790505883&index=19

2. Задачи и содержание образования (обучения и воспитания) в образовательной области «Физическое развитие»:

(ФОП ДО стр.121 п.22.1 – 22.7)

http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212280044?ysclid=lyr53s7jku790505883&index=122

К концу года 1-го обучения дети должны уметь:

- Погружать лицо и голову в воду, открывать глаза в воде
- Бегать парами
- Прыгать с продвижением вперед
- Пытаться проплывать тоннель
- Делать попытку доставать предметы со дна
- Выполнять вдох над водой и выдох в воду с неподвижной опорой
- Выполнять упражнение на дыхание «Ветерок»
- Выполнять упражнения «Звездочка», «Медуза»

К концу года 2-го обучения дети должны уметь:

- Погружать лицо и голову в воду, открывать глаза в воде.
- Бегать парами
- Нырять в обруч, проплывать тоннель
- Доставать предметы со дна, выполнять игровое упражнение «Ловец»
- Выполнять вдох над водой и выдох в воду подвижной опорой.
- Выполнять упражнение на задержку дыхания «Кто дольше».
- Скользить на груди и на спине
- Продвигаться с плавательной доской с работой ног на груди.
- Выполнять упражнения «Звездочка» на груди, на спине.
- Выполнять упражнение «Поплавок».

К концу года 3-го обучения дети должны уметь:

- Погружаться в воду, открывать глаза в воде

- Поднимать со дна предметы
- Нырять в обруч, проплывать тоннель
- Выполнять выдох в воду без опоры
- Выполнять серии выдохов в воду, ритмичный вдох - выдох в сочетании с движениями ног
- Скользить на груди и на спине с работой ног
- Продвигаться с плавательной доской с работой ног на груди и на спине.
- Выполнять упражнения «Звездочка» на груди, на спине
- Пытаться плавать способом на груди и на спине.

2.1. Тематический план

Организованная образовательная деятельность

Средняя группа

№ п\п	Тема	Кол-во/мин
1	«Беседа о свойствах воды. Правила поведения на воде»	1/20мин
2	«Знакомство с помещением бассейна. Беседа о правилах поведения в бассейне»	1/20мин
3	«Передвижения в воде»	2/40 мин
4	«Погружения»	6/120 мин
5	«Открывание глаз в воде»	2/40 мин
6	«Всплывания и лежания»	6/120 мин
7	«Дыхание»	4/80 мин
8	«Скольжение»	4/80 мин
9	«Игры для закрепления и повторения пройденного материала»	6/120мин
10	«Диагностика»	8/160мин

Старшая группа

№ п\п	Тема	Кол-во /мин
1	«Оздоровительное плавание. Правила поведения на воде»	1/25мин
2	«Правила личной гигиены. Техника безопасности при занятиях плаванием»	1/25мин

3	«Передвижения в воде»	2/50 мин
4	«Погружения»	2/50 мин
5	«Открывание глаз в воде»	2/50 мин
6	«Всплывания и лежания»	2/50 мин
7	«Дыхание»	4/100 мин
8	«Скольжение»	4/100 мин
9	«Движения ног»	4/100 мин
10	«Движения рук»	4/100 мин
11	«Игры для закрепления и повторения пройденного материала»	8/200мин
12	«Диагностика»	2/50мин

Подготовительная к школе группа

№ п\п	Тема	Кол-во /мин
1	«Оздоровительное значение плавания. Правила личной Гигиены. Техника безопасности при занятиях плаванием»	2/60мин
2	«Передвижения в воде»	2/60 мин
3	«Погружения»	2/60 мин
4	«Открывание глаз в воде»	2/60 мин
5	«Всплывания и лежания»	2/60 мин
6	«Дыхание»	2/60 мин
7	«Скольжение»	2/60 мин
8	«Движения ног»	2/60 мин
9	«Движения рук»	2/60 мин
10	«Движения ногами в согласовании с дыханием»	2/60 мин
11	«Движения руками в согласовании с дыханием»	2/60 мин
12	«Плавание с помощью движений руками и ногами без дыхания»	4/120 мин
13	«Плавание в полной координации»	2/60 мин
14	«Игры для закрепления и повторения пройденного материала»	6/180мин
15	«Диагностика»	2/60 мин

2.2. Перспективно-тематический план (1 год обучения).

Организованная образовательная деятельность:

Месяц: Сентябрь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура (бассейн)	***Тема:*** *Беседа о свойствах воды. Правила поведения на воде.* ***Задачи:*** *1.Ознакомить с некоторыми свойствами воды. Формировать навыки безопасного поведения на воде.* *2.Развивать познавательные способности детей: любознательность.* *3.Воспитывать интерес к занятиям, умение слушать указания педагога.* .***Методический источник:ТК №1***	***Тема:*** *Знакомство с помещением бассейна. Беседа о правилах поведения в бассейне.* ***Задачи:*** *1.Познакомить детей с помещением бассейна (раздевалка, душ, чаша бассейна).* *2.Развивать познавательные способности детей.* *3.Воспитывать навыки безопасного поведения в раздевалке, душе и чаше бассейна.* .***Методический источник:ТК №2***	***Тема:*** *Передвижения в воде.* ***Задачи:*** *1.Упражнять в выполнении разных движений в воде:ходьба, бег, прыжки.* *2.Развивать координацию движений.* *3.Воспитывать организованность.* .***Методический источник:ТК №3***	***Тема:*** *Передвижения в воде.* ***Задачи:*** *1.Обучать свободному передвижению в воде.* *2.Развивать координацию движений.* *3.Воспитывать внимание.* .***Методический источник:ТК №3***
Месяц: Октябрь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура (бассейн)	***Тема*** *Погружения.* ***Задачи:*** *1.Приучать погружаться в воду, не бояться брызг.* *2.Развивать равновесие.* *3.Воспитывать аккуратность.* .***Методический источник:ТК№4***	***Тема:*** *Погружения.* ***Задачи:*** *1.Упражнять в погружении всего лица в воду в ограниченном пространстве.* *2.Развивать равновесие.* *3.Воспитывать умение действовать по сигналу.* .***Методический источник:ТК№4***	***Тема:*** *Погружения.* ***Задачи:*** *1.Обучать задерживать дыхание на вдохе.* *2.Развивать ловкость.* *3.Воспитывать уверенность.* .***Методический источник:ТК№5***	***Тема:*** *Погружения.* ***Задачи:*** *1.Закреплять навык погружения в воду с головой с задержкой дыхания.* *2.Развивать ловкость.* *3.Воспитывать самостоятельность.* ***Методический источник:ТК№5***
Месяц: Ноябрь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура (бассейн)	***Тема:*** *Открывание глаз в воде.* ***Задачи:*** *1.Ознакомить с открыванием глаз*	***Тема:*** *Открывание глаз в воде.* ***Задачи:*** *1.Формировать умение открывать*	***Тема:*** *Всплывания и лежания.* ***Задачи:*** *1.Ознакомить с упражнениями*	***Тема:*** *Всплывания и лежания.* ***Задачи:*** *1.Обучать умению лежать на*

	в воде. *2.Развивать координацию движений.* *3.Воспитывать внимание.* ***.Методический источник:ТК№6***	*глаза и смотреть в воде.* *2.Развивать координацию движений.* *3.Воспитывать смелость.* ***.Методический источник:ТК№6***	*помогающими всплыванию.* *2.Развивать равновесие.* *3.Воспитывать активность.* ***.Методический источник:ТК№7***	*воде после всплывания.* *2.Развивать равновесие.* *3.Воспитывать ориентировку в воде.* ***Методический источник:ТК№7***
Месяц: Декабрь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура (бассейн)	***Тема:*** *Всплывания и лежания.* ***Задачи:*** *1.Обучать умению свободно лежать на воде на груди.* *2.Развивать ловкость.* *3.Воспитывать уверенность.* ***Методический источник:ТК№8***	***Тема:*** *Всплывания и лежания.* ***Задачи:*** *1.Обучать умению свободно лежать на воде на спине.* *2.Развивать ловкость.* *3.Воспитывать настойчивость.* ***Методический источник:ТК№8***	***Тема:*** *Игры для закрепления пройденного материала.* ***Задачи:*** *1.Закрепить полученные навыки.* *2. Развивать координацию движений.* *3.Воспитывать организованность.* ***.Методический источник:ТК№9***	***Тема:*** *Игры для закрепления пройденного материала.* ***Задачи:*** *1.Закрепить полученные навыки.* *2. Развивать координацию движений.* *3.Воспитывать организованность.* ***Методический источник:ТК№9***
Месяц: Январь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура (бассейн)	***Тема:*** *Игры для повторения пройденного материала.* ***Задачи:*** *1.Обучать безопорному положению, открыванию глаз, ориентировке в воде.* *2.Развивать координацию движений.* *3.Воспитывать самостоятельность.* ***Методический источник:ТК№10***	***Тема:*** *Игры для повторения пройденного материала.* ***Задачи:*** *1.Обучать безопорному положению, открыванию глаз, ориентировке в воде.* *2.Развивать координацию движений.* *3.Воспитывать настойчивость.* ***Методический источник:ТК№10***	***Тема:*** *Игры для повторения пройденного материала.* ***Задачи:*** *1.Обучать безопорному положению, открыванию глаз, ориентировке в воде.* *2.Развивать координацию движений.* *3.Воспитывать смелость.* ***Методический источник:ТК№11***	***Тема:*** *Игры для повторения пройденного материала.* ***Задачи:*** *1.Обучать безопорному положению, открыванию глаз, ориентировке в воде.* *2.Развивать координацию движений.* *3.Воспитывать упорство.* ***Методический источник:ТК№11***
Месяц: Февраль				

ООД	Неделя			
	I	II	III	IV
Физическая культура (бассейн)	***Тема:*** *Погружения.* ***Задачи:*** *1.Продолжить осваивать погружение в воду с головой.* *2.Развивать ловкость.* *3.Воспитывать уверенность.* ***Методический источник:ТК№12***	***Тема:*** *Погружения.* ***Задачи:*** *1.Обучать самостоятельному погружению в воду с головой.* *2.Развивать ловкость.* *3.Воспитывать активность.* ***Методический источник:ТК№12***	***Тема:*** *Всплывания и лежания.* ***Задачи:*** *1.Обучать сохранению равновесия в воде.* *2.Развивать равновесие.* *3.Воспитывать смелость.* ***Методический источник:ТК№13***	***Тема:*** *Всплывания и лежания.* ***Задачи:*** *1.Обучать контролировать положение тела в воде.* *2.Развивать равновесие.* *3.Воспитывать самооценку.* ***Методический источник:ТК№13***
Месяц: Март				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура (бассейн)	***Тема:*** *Дыхание.* ***Задачи:*** *1.Начать учить делать глубокий вдох и постепенный выдох.* *2.Развивать координацию движений.* *3.Воспитывать настойчивость.* ***Методический источник:ТК№14***	***Тема:*** *Дыхание.* ***Задачи:*** *1.Осваивать вдох и выдох в воду.* *2.Развивать координацию движений.* *3.Воспитывать упорство.* ***Методический источник:ТК№14***	***Тема:*** *Дыхание.* ***Задачи:*** *1.Продолжать учить делать полный вдох и выдох в воду.* *2.Развивать координацию движений.* *3.Воспитывать смелость.* ***Методический источник:ТК№15***	***Тема:*** *Дыхание.* ***Задачи:*** *1.Закрепить умение выполнять длительный выдох в воду.* *2.Развивать координацию движений.* *3.Воспитывать настойчивость.* ***Методический источник:ТК№15***
Месяц: Апрель				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура (бассейн)	***Тема:*** *Скольжение.* ***Задачи:*** *1.Ознакомить со скольжением на груди.* *2.Развивать равновесие.* *3.Воспитывать внимание.* ***Методический источник:ТК№16***	***Тема:*** *Скольжение.* ***Задачи:*** *1.Формировать умение принимать горизонтальное положение тела в воде.* *2.Развивать равновесие.* *3.Воспитывать активность.* ***Методический источник:ТК№16***	***Тема:*** *Скольжение.* ***Задачи:*** *1.Обучать умению скользить на груди.* *2.Развивать равновесие.* *3.Воспитывать уверенность.* ***Методический источник:ТК№17***	***Тема:*** *Скольжение.* ***Задачи:*** *1.Обучать умению поддерживать горизонтальное положение тела во время скольжения.* *2.Развивать равновесие.* *3.Воспитывать уверенность.* ***Методический источник:ТК№17***
Месяц: Май				

ООД	Неделя			
	I	II	III	IV
Физическая культура (бассейн)	***Тема:*** *Игры для закрепления пройденного материала.* ***Задачи:*** *1.Закрепить полученные навыки.* *2.Развивать навыки ориентировки в воде.* *3.Воспитывать организованность.* ***Методический источник:ТК№18***	***Тема:*** *Игры для закрепления пройденного материала.* ***Задачи:*** *1.Закрепить полученные навыки.* *2.Развивать навыки ориентировки в воде.* *3.Воспитывать организованность.* ***Методический источник:ТК№18***	***Тема:*** *Диагностика.* ***Цель:*** *Выявить уровень плавательной готовности.* ***Методический источник:ТК№19***	***Тема:*** *Диагностика.* ***Цель:*** *Выявить уровень плавательной готовности.* ***Методический источник:ТК№19***

Перспективно-тематический план (2 год обучения).

Организованная образовательная деятельность:

Месяц: Сентябрь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура (бассейн)	***Тема:****Оздоровительное значение плавания. Правила поведения на воде.* ***Задачи:*** *1.Знакомить детей с оздоровительным значением плавания.* *2.Воспитывать навыки безопасного поведения на воде.* ***Методический источник:ТК№20***	***Тема:*** *Правила личной гигиены. Техника безопасности при занятиях плаванием.* ***Задачи:*** *1.Продолжить знакомить детей с правилами личной гигиены перед посещением бассейна.* *2.Воспитывать взаимопомощь.* ***Методический источник:21***	***Тема:*** *Передвижения в воде.* ***Задачи:*** *1.Упражнять в передвижении в воде в заданном направлении по одному и парами.* *2. Развивать координацию движений.* *3. Воспитывать организованность.* ***Методический источник:ТК№22***	***Тема:*** *Передвижения в воде.* ***Задачи:*** *1.Обучать свободному передвижению в воде.* *2. Развивать координацию движений.* *3. Воспитывать взаимовыручку.* ***Методический источник:ТК№22***
Месяц: Октябрь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура (бассейн)	***Тема:*** *Погружения.* ***Задачи:*** *1.Формировать навык погружения в воду с головой с задержкой дыхания.* *2.Развивать ловкость.* *3.Воспитывать внимание.* ***Методический источник:ТК№23***	***Тема:*** *Погружения.* ***Задачи:*** *1.Закрепить навык погружения в воду с головой.* *2.Развивать ловкость.* *3.Воспитывать активность.* ***Методический источник: ТК№23***	***Тема:*** *Открывание глаз в воде.* ***Задачи:*** *1.Формировать умение открывать глаза под водой.* *2.Развивать ловкость.* *3.Воспитывать уверенность.* ***Методический источник:ТК№24***	***Тема:*** *Открывание глаз в воде.* ***Задачи:*** *1.Продолжать закреплять умение открывать глаза в воде.* *2.Развивать ловкость.* *3.Воспитывать ориентировку в воде.* ***Методический источник: ТК№24***

Месяц: Ноябрь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура (бассейн)	***Тема:*** *Всплывания и лежания.* ***Задачи:*** *1.Учить лежать на поверхности воде.* *2.Развивать равновесие.* *3. Воспитывать смелость.* ***.Методический источник:ТК№25***	***Тема:*** *Всплывания и лежания.* ***Задачи:*** *1.Закрепить умение свободно лежать на воде на груди и на спине.* *2.Развивать равновесие.* *3. Воспитывать самостоятельность.* ***Методический источник: ТК№25***	***Тема:*** *Дыхание.* ***Задачи:*** *1.Формировать умение выполнять длительный выдох в воду.* *2. Развивать координацию движений.* *3. Воспитывать настойчивость.* ***Методический источник:ТК№26***	***Тема:*** *Дыхание.* ***Задачи:*** *1.Обучать выполнять длительный выдох в воду после глубокого вдоха.* *2. Развивать координацию движений.* *3. Воспитывать решительность.* ***Методический источник: ТК№26***
Месяц: Декабрь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура (бассейн)	***Тема:*** *Скольжение.* ***Задачи:*** *1.Ознакомить со скольжением на груди и на спине.* *2.Развивать равновесие.* *3.Воспитывать внимание.* ***Методический источник:ТК№27***	***Тема:*** *Скольжение.* ***Задачи:*** *1.Обучать умению поддерживать горизонтальное положение тела в воде.* *2.Развивать равновесие.* *3.Воспитывать активность.* ***Методический источник: ТК№27***	***Тема:*** *Игры для закрепления пройденного материала.* ***Задачи:*** *1.Закрепить полученные навыки.* *2.Развивать навыки ориентировки в воде.* *3.Воспитывать организованность.* ***Методический источник:ТК№28***	***Тема:*** *Игры для закрепления пройденного материала.* ***Задачи:*** *1.Закрепить полученные навыки.* *2.Развивать навыки ориентировки в воде.* *3.Воспитывать организованность.* ***Методический источник:ТК№28***
Месяц: Январь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура (бассейн)	***Тема:*** *Игры для повторения пройденного материала.* ***Задачи:*** *1.Повторить полученные ранее навыки.* *2.Развивать двигательные способности в воде.*	***Тема:*** *Игры для повторения пройденного материала.* ***Задачи:*** *1.Повторить полученные ранее навыки.* *2.Развивать двигательные способности в воде.*	***Тема:*** *Игры для повторения пройденного материала.* ***Задачи:*** *1.Повторить полученные ранее навыки.* *2.Развивать двигательные способности в воде.*	***Тема:*** *Игры для повторения пройденного материала.* ***Задачи:*** *1.Повторить полученные ранее навыки.* *2.Развивать двигательные способности в воде.*

	3.Воспитывать настойчивость. ***Методический источник:ТК№29***	*3.Воспитывать настойчивость.* ***Методический источник: ТК№29***	*3.Воспитывать настойчивость.* ***Методический источник: ТК№29***	*3.Воспитывать настойчивость.* ***Методический источник: ТК№29***
Месяц: Февраль				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура (бассейн)	***Тема:*** *Дыхание.* ***Задачи:*** *1.Продолжить обучать умению выполнять длительный выдох в воду.* *2.Развивать ловкость.* *3.Воспитывать внимание.* ***Методический источник:ТК№30***	***Тема:*** *Дыхание.* ***Задачи:*** *1.Продолжить обучать умению выполнять длительный выдох в воду .* *2.Развивать ловкость.* *3.Воспитывать смелость.* ***Методический источник:ТК№30***	***Тема:*** *Скольжение.* ***Задачи:*** *1.Продолжить обучать умению поддерживать горизонтальное положение тела в воде при скольжении на груди.* *2.Развивать равновесие.* *3.Воспитывать решительность.* ***Методический источник:ТК№31***	***Тема:*** *Скольжение.* ***Задачи:*** *1.Продолжить обучать умению поддерживать горизонтальное положение тела в воде при скольжении на спине.* *2.Развивать равновесие.* *3.Воспитывать упорство.* ***Методический источник:ТК№31***
Месяц: Март				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура (бассейн)	***Тема:*** *Движения ног.* ***Задачи:*** *1.Упражняться в работе ног как при плавании кролем на груди.* *2Развивать ловкость.* *3.Воспитывать сосредоточенность.* *.**Методический источник:ТК№32***	***Тема:*** *Движения ног.* ***Задачи:*** *1.Обучать работе ног как при плавании кролем.* *2Развивать ловкость.* *3.Воспитывать упорство.* *.**Методический источник:ТК№32***	***Тема:*** *Движения ног.* ***Задачи:*** *1.Разучивать движения ногами в скольжении на груди с доской в руках.* *2Развивать ловкость.* *3.Воспитывать настойчивость.* ***Методический источник:ТК№33***	***Тема:*** *Движения ног.* ***Задачи:*** *1.Обучать согласованию работе ног как при плавании кролем с дыханием.* *2.Развивать ловкость.* *3.Воспитывать решительность.* ***Методический источник:ТК№33***
Месяц: Апрель				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура (бассейн)	***Тема:*** *Движения рук.* ***Задачи:*** *1.Учить выполнять гребковые движения руками.* *2.Развивать координацию*	***Тема:*** *Движения рук.* ***Задачи:*** *1.Опробовать скольжение с гребковыми движениями руками.* *2.Развивать координацию*	***Тема:*** *Движения рук.* ***Задачи:*** *1.Обучать работе рук как при плавании кролем на груди.* *2.Развивать гибкость.*	***Тема:*** *Движения рук.* ***Задачи:*** *1.Обучать работе рук как при плавании кролем на спине.* *2.Развивать гибкость.*

	движений. *3.Воспитывать активность.* ***Методический источник:ТК№34***	*движений.* *3.Воспитывать внимание.* ***Методический источник:ТК№34***	*3.Воспитывать уверенность.* ***Методический источник:ТК№35***	*3.Воспитывать сосредоточенность.* ***Методический источник:ТК№35***
Месяц: Май				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура (бассейн)	***Тема:*** *Игры для закрепления пройденного материала.* ***Задачи:*** *1.Закрепить полученные навыки.* *2.Развивать навыки ориентировки в воде.* *3.Воспитывать организованность.* ***Методический источник:ТК№36***	***Тема:*** *Игры для закрепления пройденного материала.* ***Задачи:*** *1.Закрепить полученные навыки.* *2.Развивать навыки ориентировки в воде.* *3.Воспитывать организованность.* ***Методический источник:ТК№36***	***Тема:*** *Диагностика.* ***Задачи:*** *выявить уровень плавательной готовности.* ***Методический источник:ТК№37***	***Тема:*** *Диагностика.* ***Задачи:*** *Выявить уровень плавательной готовности.* ***Методический источник:ТК№37***

Перспективно-тематический план (3 год обучения).

Организованная образовательная деятельность:

Месяц: Сентябрь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура (бассейн)	***Тема:*** *Оздоровительное значение плавания. Правила личной гигиены. Техника безопасности при занятиях плаванием.* ***Задачи:*** *1.Закрепить полученные знания детей об оздоровительном значении плавания, о его влиянии на организм человека, о правилах личной гигиены, о безопасном поведении на занятиях плаванием.* *2.Воспитывать взаимопомощь, взаимовыручку и самооценку.*	***Тема:*** *Оздоровительное значение плавания. Правила личной гигиены. Техника безопасности при занятиях плаванием.* ***Задачи:*** *1.Закрепить полученные знания детей об оздоровительном значении плавания, о его влиянии на организм человека, о правилах личной гигиены, о безопасном поведении на занятиях плаванием.* *2.Воспитывать взаимопомощь, взаимовыручку и самооценку.*	***Тема:*** *Передвижения в воде.* ***Задачи:*** *1.Обучать передвижению в воде в заданном направлении по одному и парами.* *2.Развивать координацию движений.* *3.Воспитывать организованность.* ***Методический источник:ТК39***	***Тема:****Передвижения в воде.* ***Задачи:****.* *1.Обучать свободному передвижению в воде.* *2.Развивать координацию движений.* *3.Воспитывать организованность.* ***Методический источник:ТК№39***

	Методический источник:ТК№38	***Методический источник:ТК№38***		
Месяц: Октябрь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура (бассейн)	***Тема:****Погружения.* ***Задачи:*** *1.Обучать задержке дыхания на вдохе.* *2.Развивать равновесие.* *3.Воспитывать смелость.* ***Методический источник:ТК№40***	***Тема:****Погружения.* ***Задачи:*** *1.Закрепить умение в задержке дыхания на вдохе.* *2.Развивать равновесие.* *3.Воспитывать упорство.* ***Методический источник:ТК№40***	***Тема:****Открывание глаз в воде.* ***Задачи:*** *1.Обучать открыванию глаз под водой.* *2.Развивать ловкость.* *3.Воспитывать внимание.* ***Методический источник:ТК№41***	***Тема:****Открывание глаз в воде.* ***Задачи:*** *1.Закрепить умение в открывании глаз в воде.* *2.Развивать ловкость.* *3.Воспитывать ориентировку в воде.* ***Методический источник:ТК№41***
Месяц: Ноябрь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура (бассейн)	***Тема:*** *Всплывания и лежания.* ***Задачи:*** *1.Обучать всплыванию и лежанию на воде.* *2.Развивать равновесие.* *3.Воспитывать смелость.* ***Методический источник:ТК№42***	***Тема:*** *Всплывания и лежания.* ***Задачи:*** *1.Закрепить навык всплывания и лежания на воде.* *2.Развивать равновесие.* *3.Воспитывать решительность.* ***Методический источник:ТК№42***	***Тема:*** *Дыхание.* ***Задачи:*** *1.Обучать выдоху в воду.* *2.Развивать координацию движений.* *3.Воспитывать упорство.* ***Методический источник:ТК№43***	***Тема:*** *Дыхание.* ***Задачи:*** *1.Обучать выдоху в воду с поворотом головы.* *2.Развивать координацию движений.* *3.Воспитывать настойчивость.* ***Методический источник:ТК№43***
Месяц: Декабрь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура (бассейн)	***Тема:****Скольжение.* ***Задачи:*** *1.Обучать скольжению на груди.* *2.Развивать ловкость.* *3.Воспитывать уверенность.* ***Методический***	***Тема:****Скольжение.* ***Задачи:*** *1.Обучать скольжению на спине.* *2.Развивать ловкость.* *3.Воспитывать самостоятельность.*	***Тема:*** *Игры для закрепления пройденного материала.* ***Задачи:*** *1.Закрепить полученные навыки.* *2.Развивать навыки ориентировки в воде.*	***Тема:****Игры для закрепления пройденного материала.* ***Задачи:*** *1.Закрепить полученные навыки.* *2.Развивать навыки ориентировки в воде.*

	источник:ТК№44	***Методический источник:ТК№44***	*3.Воспитывать организованность, настойчивость.* ***Методический источник:ТК№45***	*3.Воспитывать организованность, настойчивость.* ***Методический источник:ТК№45***
Месяц: Январь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура (бассейн)	***Тема:****Игры для повторения пройденного материала.* ***Задачи:*** *1.Закрепить полученные навыки.* *2.Развивать навыки ориентировки в воде.* *3.Воспитывать организованность.* ***Методический источник:ТК№46***	***Тема:****Игры для повторения пройденного материала.* ***Задачи:*** *1.Закрепить полученные навыки.* *2.Развивать навыки ориентировки в воде.* *3.Воспитывать организованность.* ***Методический источник:ТК№46***	***Тема:****Игры для повторения пройденного материала.* ***Задачи:*** *1.Закрепить полученные навыки.* *2.Развивать навыки ориентировки в воде.* *3.Воспитывать организованность.* ***Методический источник:ТК№46***	***Тема:****Игры для повторения пройденного материала.* ***Задачи:*** *1.Закрепить полученные навыки.* *2.Развивать навыки ориентировки в воде.* *3.Воспитывать организованность.* ***Методический источник:ТК№46***
Месяц: Февраль				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура (бассейн)	***Тема:****Движения ног.* ***Задачи:*** *1.Обучать работе ног как при плавании кролем на груди и на спине.* *2.Развивать координацию движений.* *3.Воспитывать упорство.* ***Методический источник:ТК№47***	***Тема:****Движения ног.* ***Задачи:*** *1.Закрепить работу ног как при плавании кролем на груди и на спине.* *2.Развивать координацию движений.* *3.Воспитывать смелость.* ***Методический источник:ТК№47***	***Тема:****Движения рук.* ***Задачи:*** *1.Обучать работе рук как при плавании кролем на груди и на спине.* *2.Развивать координацию движений.* *3.Воспитывать настойчивость.* ***Методический источник:ТК№48***	***Тема:****Движения рук.* ***Задачи:*** *1.Закрепить работу рук как при плавании кролем на груди и на спине.* *2.Развивать координацию движений.* *3.Воспитывать решительность.* ***Методический источник:ТК№48***
Месяц: Март				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура	***Тема:****Движения ногами в*	***Тема:****Движения ногами в*	***Тема:****Движения руками в*	***Тема:****Движения руками в*

(бассейн)	*согласовании с дыханием.* ***Задачи:*** *1.Обучать работе ног кролем на груди в сочетании с дыханием.* *2.Развивать координацию движений.* *3.Воспитывать настойчивость, упорство.* ***Методический источник:ТК№49***	*согласовании с дыханием.* ***Задачи:*** *1.Обучать работе ног кролем на груди в сочетании с дыханием.* *2.Развивать координацию движений.* *3.Воспитывать настойчивость, смелость.* ***Методический источник:ТК№49***	*согласовании с дыханием.* ***Задачи:*** *1.Обучать работе рук кролем на спине в сочетании с дыханием.* *2.Развивать координацию движений.* *3.Воспитывать настойчивость.* ***Методический источник:ТК№50***	*согласовании с дыханием.* ***Задачи:*** *1.Обучать работе рук кролем на спине в сочетании с дыханием.* *2.Развивать координацию движений.* *3.Воспитывать настойчивость.* ***Методический источник:ТК№50***
Месяц: Апрель				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура (бассейн)	***Тема:****Плавание с помощью движений руками и ногами без дыхания.* ***Задачи:*** *1.Обучать последовательности выполнения движений.* *2.Развивать координацию движений.* *3.Воспитывать организованность.* ***Методический источник:ТК№51***	***Тема:****Плавание с помощью движений руками и ногами без дыхания.* ***Задачи:*** *1.Обучать последовательности выполнения движений.* *2.Развивать координацию движений.* *3.Воспитывать организованность.* ***Методический источник:ТК№51***	***Тема:****Плавание с помощью движений руками и ногами с дыханием.* ***Задачи:*** *1.Обучать последовательности выполнения движений.* *2.Развивать координацию движений.* *3.Воспитывать организованность.* ***Методический источник:ТК№52***	***Тема:****Плавание с помощью движений руками и ногами с дыханием.* ***Задачи:*** *1.Обучать последовательности выполнения движений.* *2.Развивать координацию движений.* *3.Воспитывать организованность.* ***Методический источник:ТК№52***
Месяц: Май				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура (бассейн)	***Тема:****Плавание в полной координации.* ***Задачи:*** *1.Обучать плаванию кролем на груди и на спине в полной координации движений с дыханием.* *2.Развивать координацию*	***Тема:****Плавание в полной координации.* ***Задачи:*** *1.Обучать плаванию кролем на груди и на спине в полной координации движений с дыханием.* *2.Развивать координацию*	***Тема:****Диагностика.* ***Цель:*** *Выявить уровень плавательной готовности.* ***Методический источник:ТК№54***	***Тема:****Диагностика.* ***Цель:*** *Выявить уровень плавательной готовности.* ***Методический источник:ТК№54***

	движений. *3.Воспитывать настойчивость.* ***Методический источник:ТК№53***	*движений.* *3.Воспитывать настойчивость.* ***Методический источник:ТК№53***		

2.3. Индивидуальная работа

Месяц: Сентябрь		
Неделя	**День недели**	**Цель**
I	**Понедельник**	Формировать умение принимать горизонтальное положение тела в воде. Поворот головы для вдоха и выдоха. Разучивание движений ногами как при плавании кролем.
	Вторник	Формировать умение принимать горизонтальное положение тела в воде. Поворот головы для вдоха и выдоха. Разучивание движений ногами как при плавании кролем.
	Среда	Формировать умение принимать горизонтальное положение тела в воде. Поворот головы для вдоха и выдоха. Разучивание движений ногами как при плавании кролем.
	Четверг	Формировать умение принимать горизонтальное положение тела в воде. Поворот головы для вдоха и выдоха. Разучивание движений ногами как при плавании кролем.
	Пятница	
II	**Понедельник**	Формировать умение задерживать дыхание, делать глубокий вдох и продолжительный выдох. Сочетать поворот головы с дыханием. Разучивание движений ногами как при плавании кролем.
	Вторник	Формировать умение задерживать дыхание, делать глубокий вдох и продолжительный выдох. Сочетать поворот головы с дыханием. Разучивание движений ногами как при плавании кролем.
	Среда	Формировать умение задерживать дыхание, делать глубокий вдох и продолжительный выдох. Сочетать поворот головы с дыханием. Разучивание движений ногами как при плавании кролем.
	Четверг	Формировать умение задерживать дыхание, делать глубокий вдох и продолжительный выдох. Сочетать поворот головы с дыханием. Разучивание движений ногами как при плавании кролем.
	Пятница	
III	**Понедельник**	Формировать умение выполнять группировку для упражнения на воде «поплавок». Сочетать работу головой с дыханием. Разучивание попеременных движений руками (вперед и назад).
	Вторник	Формировать умение выполнять группировку для упражнения на воде «поплавок». Сочетать работу головой с дыханием. Разучивание попеременных движений руками (вперед и назад).
	Среда	Формировать умение выполнять группировку для упражнения на воде «поплавок». Сочетать работу головой с дыханием. Разучивание попеременных движений руками (вперед и назад).
	Четверг	Формировать умение выполнять группировку для упражнения на воде «поплавок». Сочетать работу головой с дыханием. Разучивание попеременных движений руками (вперед и назад).
	Пятница	Формировать умение выполнять группировку для упражнения на воде «поплавок». Сочетать работу головой с дыханием. Разучивание попеременных движений руками (вперед и назад).

IV	**Понедельник**	Формировать умение задерживать дыхание, делать глубокий вдох и продолжительный выдох. Формировать умение выполнять группировку для упражнения на воде «поплавок». Разучивание движений ногами как при плавании кролем и попеременных движений руками (вперед и назад).
	Вторник	Формировать умение задерживать дыхание, делать глубокий вдох и продолжительный выдох. Формировать умение выполнять группировку для упражнения на воде «поплавок». Разучивание движений ногами как при плавании кролем и попеременных движений руками (вперед и назад).
	Среда	Формировать умение задерживать дыхание, делать глубокий вдох и продолжительный выдох. Формировать умение выполнять группировку для упражнения на воде «поплавок». Разучивание движений ногами как при плавании кролем и попеременных движений руками (вперед и назад).
	Четверг	Формировать умение задерживать дыхание, делать глубокий вдох и продолжительный выдох. Формировать умение выполнять группировку для упражнения на воде «поплавок». Разучивание движений ногами как при плавании кролем и попеременных движений руками (вперед и назад).
	Пятница	
Месяц: Октябрь		
Неделя	**День недели**	**Цель**
I	**Понедельник**	Способствовать овладению продолжительным, постепенным выдохом и выполнению группировки.
	Вторник	Способствовать овладению продолжительным, постепенным выдохом и выполнению группировки.
	Среда	Способствовать овладению продолжительным, постепенным выдохом и выполнению группировки.
	Четверг	Способствовать овладению продолжительным, постепенным выдохом и выполнению группировки.
	Пятница	
II	**Понедельник**	Упражнять в освоении вдоха и выдоха с поворотом головы. Разучивать движения руками как при плавании кролем.
	Вторник	Упражнять в освоении вдоха и выдоха с поворотом головы. Разучивать движения руками как при плавании кролем.
	Среда	Упражнять в освоении вдоха и выдоха с поворотом головы. Разучивать движения руками как при плавании кролем.
	Четверг	Упражнять в освоении вдоха и выдоха с поворотом головы. Разучивать движения руками как при плавании кролем.
	Пятница	
III	**Понедельник**	Закрепить положение «стрела» для скольжения. Разучивать движения ногами как при плавании кролем.
	Вторник	Закрепить положение «стрела» для скольжения. Разучивать движения ногами как при плавании кролем.
	Среда	Закрепить положение «стрела» для скольжения. Разучивать движения ногами как при плавании кролем.
	Четверг	Закрепить положение «стрела» для скольжения. Разучивать движения ногами как при плавании кролем.
	Пятница	
IV	**Понедельник**	Формировать умение выполнять задержку дыхания и постепенный длинный выдох (до конца). Упражнять в движениях рук и ног как при плавании кролем.
	Вторник	Формировать умение выполнять задержку дыхания и постепенный длинный выдох (до конца). Упражнять в движениях рук и ног как при плавании кролем.
	Среда	Формировать умение выполнять задержку дыхания и постепенный длинный выдох (до конца). Упражнять в движениях рук и ног как при плавании кролем.
	Четверг	Формировать умение выполнять задержку дыхания и постепенный длинный выдох (до конца). Упражнять в движениях рук и ног как при плавании кролем.
	Пятница	
Месяц: Ноябрь		

Неделя	День недели	Цель
I	Понедельник	Разучивать движения ногами как при плавании кролем. Закрепить положение «стрела» для скольжения.
	Вторник	Разучивать движения ногами как при плавании кролем. Закрепить положение «стрела» для скольжения.
	Среда	Разучивать движения ногами как при плавании кролем. Закрепить положение «стрела» для скольжения.
	Четверг	Разучивать движения ногами как при плавании кролем. Закрепить положение «стрела» для скольжения.
	Пятница	
II	Понедельник	Упражнять в освоении соединения дыхания с работой рук. Закрепить положение «стрела» для скольжения.
	Вторник	Упражнять в освоении соединения дыхания с работой рук. Закрепить положение «стрела» для скольжения.
	Среда	Упражнять в освоении соединения дыхания с работой рук. Закрепить положение «стрела» для скольжения.
	Четверг	Упражнять в освоении соединения дыхания с работой рук. Закрепить положение «стрела» для скольжения.
	Пятница	
III	Понедельник	Упражнять в освоении соединения дыхания с работой ног. Закрепить положение «стрела» для скольжения.
	Вторник	Упражнять в освоении соединения дыхания с работой ног. Закрепить положение «стрела» для скольжения.
	Среда	Упражнять в освоении соединения дыхания с работой ног. Закрепить положение «стрела» для скольжения.
	Четверг	Упражнять в освоении соединения дыхания с работой ног. Закрепить положение «стрела» для скольжения.
	Пятница	
IV	Понедельник	Опорные упражнения.
	Вторник	Опорные упражнения.
	Среда	Опорные упражнения.
	Четверг	Опорные упражнения.
	Пятница	
Месяц: Декабрь		
Неделя	**День недели**	**Цель**
I	Понедельник	Продолжить разучивать движения руками и ногами как при плавании кролем.
	Вторник	Продолжить разучивать движения руками и ногами как при плавании кролем.
	Среда	Продолжить разучивать движения руками и ногами как при плавании кролем.
	Четверг	Продолжить разучивать движения руками и ногами как при плавании кролем.
	Пятница	
II	Понедельник	Опорные упражнения.
	Вторник	Опорные упражнения.
	Среда	Опорные упражнения.
	Четверг	Опорные упражнения.
	Пятница	
III	Понедельник	Сочетать работу головой (повороты) с дыханием и работой рук как при плавании кролем.
	Вторник	Сочетать работу головой (повороты) с дыханием и работой рук как при плавании кролем.
	Среда	Сочетать работу головой (повороты) с дыханием и работой рук как при плавании кролем.
	Четверг	Сочетать работу головой (повороты) с дыханием и работой рук как при плавании кролем.
	Пятница	
IV	Понедельник	Сочетать работу головой (повороты) с дыханием и работой рук как при плавании кролем.

	Вторник	Сочетать работу головой (повороты) с дыханием и работой рук как при плавании кролем.
	Среда	Сочетать работу головой (повороты) с дыханием и работой рук как при плавании кролем.
	Четверг	Сочетать работу головой (повороты) с дыханием и работой рук как при плавании кролем.
	Пятница	
Месяц: Январь		
Неделя	**День недели**	**Цель**
I	**Понедельник**	Повторение пройденного материала.
	Вторник	Повторение пройденного материала.
	Среда	Повторение пройденного материала.
	Четверг	Повторение пройденного материала.
	Пятница	
II	**Понедельник**	Упражнения на дыхание.
	Вторник	Упражнения на дыхание.
	Среда	Упражнения на дыхание.
	Четверг	Упражнения на дыхание.
	Пятница	
III	**Понедельник**	Опорные упражнения.
	Вторник	Опорные упражнения.
	Среда	Опорные упражнения.
	Четверг	Опорные упражнения.
	Пятница	
IV	**Понедельник**	Работа рук и ног как при плавании кролем в сочетании с дыханием.
	Вторник	Работа рук и ног как при плавании кролем в сочетании с дыханием.
	Среда	Работа рук и ног как при плавании кролем в сочетании с дыханием.
	Четверг	Работа рук и ног как при плавании кролем в сочетании с дыханием.
	Пятница	
Месяц: Февраль		
Неделя	**День недели**	**Цель**
I	**Понедельник**	Упражнения на гибкость и подвижность суставов.
	Вторник	Упражнения на гибкость и подвижность суставов.
	Среда	Упражнения на гибкость и подвижность суставов.
	Четверг	Упражнения на гибкость и подвижность суставов.
	Пятница	
II	**Понедельник**	Работа рук и ног как при плавании кролем на груди и на спине.
	Вторник	Работа рук и ног как при плавании кролем на груди и на спине.
	Среда	Работа рук и ног как при плавании кролем на груди и на спине.
	Четверг	Работа рук и ног как при плавании кролем на груди и на спине.
	Пятница	
III	**Понедельник**	Опорные упражнения.

	Вторник	Опорные упражнения.
	Среда	Опорные упражнения.
	Четверг	Опорные упражнения.
	Пятница	
IV	**Понедельник**	Упражнения на дыхание.
	Вторник	Упражнения на дыхание.
	Среда	Упражнения на дыхание.
	Четверг	Упражнения на дыхание.
	Пятница	
Месяц: Март		
Неделя	**День недели**	**Цель**
I	**Понедельник**	Упражнения на гибкость и подвижность суставов.
	Вторник	Упражнения на гибкость и подвижность суставов.
	Среда	Упражнения на гибкость и подвижность суставов.
	Четверг	Упражнения на гибкость и подвижность суставов.
	Пятница	
II	**Понедельник**	Работа рук и ног как при плавании кролем в сочетании с дыханием.
	Вторник	Работа рук и ног как при плавании кролем в сочетании с дыханием.
	Среда	Работа рук и ног как при плавании кролем в сочетании с дыханием.
	Четверг	Работа рук и ног как при плавании кролем в сочетании с дыханием.
	Пятница	
III	**Понедельник**	Опорные упражнения.
	Вторник	Опорные упражнения.
	Среда	Опорные упражнения.
	Четверг	Опорные упражнения.
	Пятница	
IV	**Понедельник**	Сочетать работу головой (повороты) с дыханием
	Вторник	Сочетать работу головой (повороты) с дыханием
	Среда	Сочетать работу головой (повороты) с дыханием
	Четверг	Сочетать работу головой (повороты) с дыханием
	Пятница	
Месяц: Апрель		
Неделя	**День недели**	**Цель**
I	**Понедельник**	Упражнения на дыхание.
	Вторник	Упражнения на дыхание.
	Среда	Упражнения на дыхание.
	Четверг	Упражнения на дыхание.
	Пятница	
II	**Понедельник**	Упражнения на гибкость и подвижность суставов.

	Вторник	Упражнения на гибкость и подвижность суставов.
	Среда	Упражнения на гибкость и подвижность суставов.
	Четверг	Упражнения на гибкость и подвижность суставов.
	Пятница	
III	**Понедельник**	Опорные упражнения.
	Вторник	Опорные упражнения.
	Среда	Опорные упражнения.
	Четверг	Опорные упражнения.
	Пятница	
IV	**Понедельник**	Работа рук и ног как при плавании кролем на груди и на спине.
	Вторник	Работа рук и ног как при плавании кролем на груди и на спине.
	Среда	Работа рук и ног как при плавании кролем на груди и на спине.
	Четверг	Работа рук и ног как при плавании кролем на груди и на спине.
	Пятница	
Месяц: Май		
Неделя	**День недели**	**Цель**
I	**Понедельник**	Упражнения на гибкость и подвижность суставов.
	Вторник	Упражнения на гибкость и подвижность суставов.
	Среда	Упражнения на гибкость и подвижность суставов.
	Четверг	Упражнения на гибкость и подвижность суставов.
	Пятница	
II	**Понедельник**	Работа рук и ног как при плавании кролем на груди и на спине.
	Вторник	Работа рук и ног как при плавании кролем на груди и на спине.
	Среда	Работа рук и ног как при плавании кролем на груди и на спине.
	Четверг	Работа рук и ног как при плавании кролем на груди и на спине.
	Пятница	
III	**Понедельник**	Опорные упражнения.
	Вторник	Опорные упражнения.
	Среда	Опорные упражнения.
	Четверг	Опорные упражнения.
	Пятница	
IV	**Понедельник**	Упражнения на дыхание.
	Вторник	Упражнения на дыхание.
	Среда	Упражнения на дыхание.
	Четверг	Упражнения на дыхание.
	Пятница	

2. 4. Взаимодействие с родителями.

Месяц: Сентябрь	
Тема	На занятия в бассейн!
Месяц: Октябрь	
Тема	Безопасность на занятиях плаванием.
Месяц: Ноябрь	
Тема	Оздоровительное значение плавания.
Месяц: Декабрь	
Тема	Последовательность и постепенность при знакомстве с водой.
Месяц: Январь	
Тема	Трудности в обучении плаванию.
Месяц: Февраль	
Тема	Упражнения в домашних условиях.
Месяц: Март	
Тема	Подготовительные упражнения.
Месяц: Апрель	
Тема	Умение плавать – жизненно необходимый навык.
Месяц: Май	
Тема	Плавание в открытых водоемах.

3. Организация работы

3.1.Объем образовательной нагрузки.

Средняя группа.

Организованная образовательная деятельность				
Базовый вид деятельности	Количество в неделю	Количество в месяц	Количество в год	Длительность
Физическая культура (бассейн)	1	4	36	20*

Старшая группа.

Организованная образовательная деятельность				
Базовый вид деятельности	Количество в неделю	Количество в месяц	Количество в год	Длительность
Физическая культура (бассейн)	1	8	72	25*

Подготовительная к школе группа.

Организованная образовательная деятельность				
Базовый вид деятельности	Количество в неделю	Количество в месяц	Количество в год	Длительность
Физическая культура (бассейн)	2	8	72	30*

Средняя группа (коррекционная).

Организованная образовательная деятельность				
Базовый вид деятельности	Количество в неделю	Количество в месяц	Количество в год	Длительность
Физическая культура (бассейн)	1	4	36	20*

Старшая группа (коррекционная).

Организованная образовательная деятельность				
Базовый вид деятельности	Количество в неделю	Количество в месяц	Количество в год	Длительность
Физическая культура (бассейн)	1	8	72	25*

Подготовительная к школе группа (коррекционная).

Организованная образовательная деятельность				
Базовый вид деятельности	Количество в неделю	Количество в месяц	Количество в год	Длительность
Физическая культура (бассейн)	2	8	72	30*

3.2. Сетевое взаимодействие

Месяц: Сентябрь	
Мероприятие	День открытых дверей в СК «Торпедо»
Месяц: Декабрь	
Мероприятие	Соревнования по плаванию в СК «Торпедо» на призы Деда Мороза
Месяц: Январь	
Мероприятие	Встреча с ведущими тренерами и спортсменами СК «Торпедо»
Месяц: Май	
Мероприятие	Закрытие сезона в СК «Торпедо»