



Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 43 комбинированного вида Невского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО

Педагогическим Советом
ГБДОУ детского сада № 43
комбинированного вида
Невского района Санкт – Петербурга
Протокол от 31 августа 2021 года № 1



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

/О.В. Козловская/

Приказ по ГБДОУ № 43

от 31 августа 2021 года № 63

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«НАМ ВЕСЕЛО ПЛАВАТЬ»

Возраст обучающихся: 3 - 7 лет

Срок реализации: 1 год

Разработчик:
Сероштанова Анна Борисовна,
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург
2021

Содержание

1. Пояснительная записка.....	1
2. Учебный план	4
3. Календарный учебный график.....	5
4. Рабочая программа.....	6
5. Методические материалы.....	97

Пояснительная записка

Педагогическая целесообразность данной образовательной программы обусловлена тем, что физкультурно-оздоровительная деятельность в бассейне содействует разностороннему физическому развитию ребенка, стимулирует деятельность нервной, сердечнососудистой и дыхательной систем, значительно расширяет возможности опорно-двигательного аппарата. Занятия в бассейне являются одним из лучших средств закаливания и формирования правильной осанки у детей.

Рабочая программа «**Нам весело плавать**» разработана в соответствии с нормативно - правовыми актами Российской Федерации:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановлением Правительства Российской Федерации от 15 сентября 2020 года N 1441 «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг»;
- СанПин 2.3.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 года N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями на 30 сентября 2020 года);
- Распоряжением Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 1 марта 2017 г. N 617-р "Об утверждении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию";
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 года № 2 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» СанПин 1.2.3685-21;
- Приказом министерства образования и науки от 29.08.2013 №1018. В основу организации физкультурных занятий с тренажерами положен индивидуально-дифференцированный подход к детям (проводятся по подгруппам);
- Уставом образовательного учреждения.

Актуальность данной программы состоит в том, что развивающая деятельность в бассейне создает условия для воспитания смелости, дисциплинированности, уравновешенности у детей, способствуют развитию умения действовать в коллективе, помогать друг другу. Умение плавать, приобретенное в детстве, сохраняется на всю жизнь и является навыком, необходимым человеку в самых разнообразных ситуациях.

Цель: обучение детей дошкольного возраста плаванию, закаливание и укрепление детского организма, обеспечение всестороннего физического развития.

Для достижения данной цели формируются следующие **задачи**:

Обучающие:

- сформировать теоретические и практические основы освоения водного пространства;
- освоить технические элементы плавания;
- обучить основному способу плавания «Кроль»;
- познакомить детей с основными правилами безопасного поведения на воде (на открытых водоемах, в бассейне).

Развивающие:

- развивать двигательную активность детей;

- способствовать развитию навыков личной гигиены;
- способствовать развитию костно-мышечного корсета;
- развивать координационные возможности, умение владеть своим телом в непривычной обстановке;
- формировать представление о водных видах спорта.

Воспитывающие:

- воспитывать морально-волевые качества;
- воспитывать самостоятельность и организованность;
- воспитывать бережное отношение к своему здоровью, привычку к закаливанию;
- воспитывать интерес к занятиям физической культуры;

Отличительной особенностью данной программы является то, что она адаптирована к условиям образовательного процесса данного учреждения.

В процессе ее реализации в совместной деятельности с детьми используются: игровые и здоровьесберегающие технологии, музыкальное сопровождение и нестандартное спортивное оборудование.

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы, 3-7 лет.

Сроки реализации программы – 1 учебный года.

Ведущей формой организации обучения является групповая.

Курс программы «Нам весело плавать» рассчитан на 32 занятия в году, по одному в неделю, длительность одного занятия:

- для младшей группы – 15 минут,
- для средней группы – 20 минут,
- для старшей группы – 25 минут,
- для подготовительной группы – 30 минут.

Занятия в бассейне имеют традиционную для развивающей физкультурной деятельности структуру и включают подготовительную, основную и заключительную части.

Наряду с групповой формой работы, осуществляется индивидуализация процесса обучения и применение дифференцированного подхода к детям, так как в связи с их индивидуальными особенностями результативность в освоении навыков плавания может быть различной.

Ожидаемый результат и способы определения их результативности.

Дети должны знать:

- основные правила безопасности поведения на воде;
- правила личной гигиены;
- основы здорового образа жизни.

Дети должны иметь представление:

- о разных стилях плавания («кроль», «брасс», «дельфин»);
- о водных видах спорта.

Дети должны уметь:

- погружаться в воду с головой, выполнять вдох над водой выдох в воду;
- выполнять скольжение на груди и спине с опорой и без
- плавать на груди и спине с помощью ног;
- плавать на груди и спине с помощью рук;

- плавать способом «кроль» («басс») индивидуально, на груди и спине с полной координацией движений.

Способами определения результативности реализации данной программы является тестирование сформированности навыков плавания, которое проводится 2 раза в год (сентябрь, май) в виде контрольных упражнений.

Формами подведения итогов реализации данной программы являются:

- открытые занятия для родителей в каждой возрастной группе;
- спортивные развлечения и праздники на воде.

Способы проверки ожидаемого результата – критерии, показатели, методы:

1. Потребность в познании.

1.1. Знания названий атрибутов для плавания, правил поведения в бассейне и на открытой воде.

1.2. Знание способов и стилей плавания, водных видов спорта.

2. Потребность заниматься.

2.1. Посещаемость занятий.

2.2. Активность на занятиях.

3. Самостоятельность и коммуникабельность, гуманное отношение со сверстниками.

3.1. Умение самостоятельно организовать игры в воде, демонстрировать свои успехи другим сверстникам.

3.2. Активное участие в спортивной жизни ДОУ и в городских мероприятиях.

3.3. Умение исправить ошибки в элементах у себя и у своих сверстников.

4. Опыт ЗОЖ.

4.1. Потребность в самостоятельных дополнительных занятиях.

4.2. Самообслуживание, гигиена.

Материально-техническое обеспечение программы

- Плавательные доски.
- Игрушки, предметы, плавающие разных форм и размеров.
- Игрушки и предметы, тонущие разных форм и размеров.
- Надувные круги разных размеров.
- Нарукавники.
- Очки для плавания.
- Поролоновые палки (нудлсы).
- Мячи разных размеров.
- Обручи плавающие и с грузом.
- Аквагантели.
- Шест.
- Поплавки цветные (флажки).
- Нестандартное оборудование для ОРУ и игр с водой.
- Музыкальный плеер.
- Диски с музыкальными композициями.

-

Методическое обеспечение программы «Нам весело плавать»

- Плакаты «Правила поведения на воде», «Правила поведения в бассейне».
- Иллюстрации с изображением водных видов спорта.
- Подборки картин с изображением морских животных.
- Картины, схемы, фотографии, иллюстрирующие различные способы и стили плавания.
- Фонотека записей музыкальных произведений для проведения комплексов упражнений в воде и в зале «сухого плавания».
- Картотека игр и упражнений на воде для каждой возрастной группы.
- Картотека комплексов дыхательных упражнений.
- Картотека упражнений с элементами акваэробики и синхронного плавания.
- Подборка стихов, потешек, загадок о воде, плавании.

Учебный план

Название программы	Количество занятий в месяц	Количество занятий в год
« Малыши-крепыши»	4	32

Учебный план (для детей младшей группы)

№ п/п	Содержание программы	Продолжительность (часы)
1	Теория	2
2	Упражнения по освоению в воде (скольжение, катание, всплытие)	4
3	Плавание на груди при помощи ног	3
4	Плавание на спине при помощи ног	3
5	Игровая деятельность	10
6	Вдох над водой, выдох в воду	4
7	Морские фигуры	5
8	Сюжетная деятельность «Путешествие в аквариум»	1
9	Игровая деятельность с элементами соревнования	1
	Итого часов:	32

Учебный план (для детей средней группы)

№ п/п	Содержание программы	Продолжительность (часы)
1	Теория	2
2	Упражнения по освоению в воде (скольжение, катание, всплытие)	4
3	Плавание на груди при помощи ног	3
4	Плавание на спине при помощи ног	3
5	Игровая деятельность	10
6	Вдох над водой, выдох в воду	4
7	Морские фигуры	5
8	Сюжетная деятельность «Путешествие в аквариум»	1
9	Игровая деятельность с элементами соревнования	1
	Итого часов:	32

**Учебный план
(для детей старшей группы)**

№ п/п	Содержание программы	Продолжительность (часы)
1	Теория	2
2	Упражнения по освоению в воде (скольжение, катание, всплытие)	4
3	Плавание на груди при помощи ног	3
4	Плавание на спине при помощи ног	3
5	Игровая деятельность	10
6	Вдох над водой, выдох в воду	4
7	Морские фигуры	5
8	Сюжетная деятельность «Путешествие в аквапарк»	1
9	Игровая деятельность с элементами соревнования	1
	Итого часов:	32

**Учебный план
(для детей подготовительной к школе)**

№ п/п	Содержание программы	Продолжительность (часы)
1	Теория	2
2	Упражнения по освоению в воде (скольжение, катание, всплытие)	2
3	Плавание на груди при помощи ног	4
4	Плавание на спине при помощи ног	4
5	Плавание на груди при помощи рук	2
6	Плавание на спине при помощи рук	2
7	Игровая деятельность	6
8	Вдох над водой, выдох в воду	6
9	Морские фигуры	3
10	Сюжетная деятельность «Путешествие в аквапарк»	1
11	Игровая деятельность с элементами соревнования	1
	Итого часов:	32

Календарный учебный график

№ п/п	Наименование	Содержание
1.	Продолжительность учебного года	С 1 октября 2021 года по 31 мая 2022 года
2.	Количество недель	32
3.	Праздничные дни	4 - 7 ноября, 31 декабря - 09 января, 23 февраля, 6 - 8 марта, 1 - 3 мая, 7 - 10 мая

Рабочая программа

Педагогическая целесообразность данной образовательной программы обусловлена тем, что физкультурно-оздоровительная деятельность в бассейне является одним из самых эффективных средств физического воспитания ребенка, содействует разностороннему физическому развитию, стимулирует деятельность нервной, сердечнососудистой и дыхательной систем, значительно расширяет возможности опорно-двигательного аппарата. Занятия в бассейне являются одним из лучших средств закаливания и формирования правильной осанки ребенка.

Актуальность данной программы состоит в том, что развивающая деятельность в бассейне создает условия для воспитания устойчивых гигиенических навыков, навыков самообслуживания, смелости, дисциплинированности, уравновешенности у детей, способствуют развитию умения действовать в коллективе, помогать друг другу. Умение плавать, приобретенное в детстве, сохраняется на всю жизнь и является навыком, необходимым человеку в самых разнообразных ситуациях.

Цель: обучение детей дошкольного возраста плаванию, закаливание и укрепление детского организма, обеспечение всестороннего физического развития.

Для достижения данной цели формируются следующие **задачи**:

Обучающие:

- сформировать теоретические и практические основы освоения водного пространства;
- освоить технические элементы плавания;
- обучить основному способу плавания «Кроль»;
- познакомить детей с основными правилами безопасного поведения на воде (на открытых водоемах, в бассейне).

Развивающие:

- развивать двигательную активность детей;
- способствовать развитию навыков личной гигиены;
- способствовать развитию костно-мышечного корсета;
- развивать координационные возможности, умение владеть своим телом в непривычной обстановке;
- формировать представление о водных видах спорта.

Воспитывающие:

- воспитывать морально-волевые качества;
- воспитывать самостоятельность и организованность;
- воспитывать бережное отношение к своему здоровью, привычку к закаливанию;
- воспитывать интерес к занятиям физической культуры;

Отличительной особенностью данной программы является то, что она адаптирована к условиям образовательного процесса данного учреждения.

В процессе ее реализации в совместной деятельности с детьми используются: игровые, здоровьесберегающие технологии, музыкальное сопровождение и нестандартное спортивное оборудование.

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы, 3-7 лет.

Сроки реализации программы – 1 учебный года.

Ведущей формой организации обучения является групповая.

Курс программы «Нам весело плавать» рассчитан на 32 занятия в году, по одному занятию в неделю, длительность одного занятия:

- для младшей группы – 15 минут;
- для средней группы – 20 минут;
- для старшей группы – 25 минут;
- для подготовительной группы – 30 минут.

Занятия в бассейне имеют традиционную для развивающей физкультурной деятельности структуру и включают подготовительную, основную и заключительную части. Наряду с групповой формой работы, осуществляется индивидуализация процесса обучения и применение дифференцированного подхода к детям, так как в связи с их индивидуальными особенностями результативность в освоении навыков плавания может быть различной.

Ожидаемый результат и способы определения их результативности.

Дети должны знать:

- основные правила безопасности поведения на воде;
- правила личной гигиены;
- основы здорового образа жизни.

Дети должны иметь представление:

- о разных стилях плавания («кроль», «брасс», «дельфин»);
- о водных видах спорта.

Дети должны уметь:

- погружаться в воду с головой, выполнять вдох над водой выдох в воду;
- выполнять скольжение на груди и спине с опорой и без;
- плавать на груди и спине с помощью ног;
- плавать на груди и спине с помощью рук;
- плавать способом «кроль» («брасс»)- индивидуально, на груди и спине с полной координацией движений.

Способами определения результативности реализации данной программы является тестирование сформированности навыков плавания, которое проводится 2 раза в год (сентябрь, май) в виде контрольных упражнений.

Поурочный план (дети младшей группы)

дата	Тема	Задачи	Содержание	Продолжительность упражнения	Продолжительность занятия
06.10	Упражнения по освоению в воде	1. Формировать в детях уверенность в безопасности при нахождении в воде 2. Формировать навык движения в воде при помощи ног 3. Закаливание	1. Умывние 2. Плескание 3. Паровозик 4. Карусели 5. Машинки 6. Морские фигуры 7. «Уборка»	1 мин. 1 мин. 2 мин. 2 мин. 2 мин. 3 мин. 4 мин.	15 мин.
13.10	Упражнения по освоению в воде	1. Формировать в детях уверенность в безопасности при нахождении в воде 2. Формировать навык движения в воде при помощи ног 3. Закаливание	1. Умывние 2. Плескание 3. Паровозик 4. Карусели 5. Машинки 6. Морские фигуры 7. «Уборка»	1 мин. 1 мин. 2 мин. 2 мин. 2 мин. 3 мин. 4 мин.	15 мин.
20.10	Упражнения по освоению в воде	1. Формировать в детях уверенность в безопасности при нахождении в воде 2. Формировать навык движения в воде при помощи ног 3. Закаливание	1. Умывние 2. Плескание 3. Паровозик 4. Карусели 5. Машинки 6. Морские фигуры 7. «Уборка»	1 мин. 1 мин. 2 мин. 2 мин. 2 мин. 3 мин. 4 мин.	15 мин.
27.10	Упражнения по освоению	1. Формировать в детях уверенность в безопасности при	1. Умывние 2. Плескание	1 мин. 1 мин.	15 мин.

	в воде	нахождении в воде 2. Формировать навык движения в воде при помощи ног 3. Закаливание	3. Паровозик 4. Карусели 5. Машинки 6. Морские фигуры 7. «Уборка»	2мин. 2 мин. 2 мин. 3 мин. 4 мин.	
03.11	Плавание на груди при помощи ног	1. Закаливание 2. Формирование навыка работы ног при плавании на груди 3. продолжать освоение детей с водой 4. Воспитывать смелость, внимательность	Спуск в бассейн с поддержкой «Змейка», «Паровозик», «Карусели», «Лягушата», «Змейка» «Паровозик» «Маленькие и большие ножки», «Солнышко и дождик», «Волны на море». Работа ног как при плавании способом кроль Игры: «Фонтан», «Моторчики»	1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 3 мин. 2 мин.	15 мин.
10.11	Плавание на груди при помощи ног	1. Закаливание 2. Формирование навыка работы ног при плавании на груди 3. продолжать освоение детей с водой 4. Воспитывать смелость,	Спуск в бассейн с поддержкой «Змейка», «Паровозик», «Карусели», «Лягушата», «Змейка» «Паровозик» «Маленькие и большие ножки», «Солнышко и	1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин.	15 мин.

		внимательность	дождик», «Волны на море». Работа ног как при плавании способом кроль Игры: «Фонтан», «Моторчики»	1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 3 мин. 2 мин.	
17.11	Плавание на груди при помощи ног	1. Закаливание 2. Формирование навыка работы ног при плавании на груди 3. продолжать освоение детей с водой 4. Воспитывать смелость, внимательность	Спуск в бассейн с поддержкой «Змейка», «Паровозик», «Карусели», «Лягушата», «Змейка» «Паровозик» «Маленькие и большие ножки», «Солнышко и дождик», «Волны на море». Работа ног как при плавании способом кроль Игры: «Фонтан», «Моторчики»	1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 3 мин. 2 мин.	15 мин.
24.11	Плавание на груди при помощи ног	1. Закаливание 2. Формирование навыка работы ног при плавании на груди	Спуск в бассейн с поддержкой «Змейка», «Паровозик», «Карусели», «Лягушата», «Змейка»	1 мин. 1 мин. 1 мин.	15 мин.

		3. продолжать освоение детей с водой 4. Воспитывать смелость, внимательность	«Паровозик» «Маленькие и большие ножки», «Солнышко и дождик», «Волны на море». Работа ног как при плавании способом кроль Игры: «Фонтан», «Моторчики»	1 мин 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 3 мин. 2 мин.	
01.12	Плавание на груди и спине при помощи ног	1. Закаливание 2. Формирование навыка работы ног при плавании на груди и спине 3. продолжать освоение детей с водой 4. Воспитывать смелость, внимательность	Спуск в бассейн с поддержкой «Змейка», «Паровозик», «Карусели», «Лягушата», «Змейка» «Солнышко и дождик», «Волны на море». Работа ног как при плавании способом кроль на груди и спине Игры: «Фонтан», «Моторчики»	1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 3 мин. 2 мин.	15 мин.
08.12	Передвижение,	1. Профилактика	Спуск в бассейн с	1 мин.	15 мин.

				4 мин.	
22.12	Игровая деятельность	<p>1.Профилактика плоскостопия</p> <p>2. Освоение в воде</p> <p>3. Передвижение в воде при помощи ног</p> <p>4. Развивать координационные способности</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Карусели», «Лягушата», «Змейка» «Цапли»</p> <p>Техника выполнения упражнений на освоение с водой у опоры и без («звездочка на груди», «поплавок», «медуза»</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p>	<p>1 мин.</p> <p>4 мин.</p> <p>6 мин.</p> <p>4 мин.</p>	15 мин.
29.12	«Вместе встретим Новый год!»	<p>1.Доставить детям радость от упражнений</p> <p>2.Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Карусели», «Лягушата», «Змейка»</p>	<p>1 мин.</p> <p>5 мин.</p>	15 мин.

		передвижения в воде при помощи ног	«Звездочка» «Медуза» «Наряжаем елочку» Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных	5 мин. 4 мин.	
12.01	Вдох над водой, выдох в воду, плавание при помощи ног на груди, спине	1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду 2.Развивать координационные способности 3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди 4. Формировать навык движения при помощи ног на спине	Спуск в бассейн с поддержкой Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка» «Звездочка» «Медуза» Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки». Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных «Переправа на груди и спине»	1 мин. 3 мин. 3 мин. 3 мин.	15 мин.

				5 мин.	
19.12	Вдох над водой, выдох в воду, плавание при помощи ног на груди, спине	<p>1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2.Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p>	15 мин.
26.12	Вдох над водой, выдох в воду, плавание при помощи ног на груди,	<p>1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2.Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка»</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p>	15 мин.

	спине	<p>технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p>	<p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p>	
02.02	Игры на формирование навыка вдоха над водой, выдоха в воду, работы ног	<p>1. Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2. Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p>	15 мин.

			сухопутных «Переправа на груди и спине»	3 мин. 5 мин.	
09.02	Игры на формирование навыка вдоха над водой, выдоха в воду, работы ног	1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду 2.Развивать координационные способности 3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди 4. Формировать навык движения при помощи ног на спине	Спуск в бассейн с поддержкой Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка» «Звездочка» «Медуза» Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки». Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных «Переправа на груди и спине»	1 мин. 3 мин. 3 мин. 3 мин. 5 мин.	15 мин.

16.02	Игры на формирование навыка вдоха над водой, выдоха в воду, работы ног	<p>1. Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2. Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p>	15 мин.
24.02	Сюжетная деятельность «А-ты, ба-ты шли солдаты!»	<p>1. Продолжать формировать представление о празднике «День защитника отечества»</p> <p>2. Развивать ловкость</p> <p>3. Доставить детям радость</p>	<p>Организованный вход в воду</p> <p>«Пехота»</p> <p>«Разведка»</p> <p>«Водолазы»</p> <p>«ВМФ»</p> <p>Соскоки и прыжки</p>	<p>1 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>6 мин.</p>	15 мин.

02.03	Вдох над водой, выдох в воду, плавание при помощи ног на груди, спине	<p>1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2.Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p>	15 мин.
09.03	Сюжетная деятельность «Мамин день!»	<p>1.Продолжать формировать представление о празднике «День защитника отечества»</p> <p>2. Развивать ловкость</p> <p>3. Доставить детям радость</p>	<p>Организованный вход в воду</p> <p>Собираем овощи и фрукты(классифицируем)</p> <p>Готовим обед</p> <p>Собираем цветы</p> <p>«Уборка»</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p>	15 мин.

16.03	Вдох над водой, выдох в воду, плавание при помощи ног на груди, спине	<p>1. Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2. Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p>	15 мин.
16.03	Сюжетная деятельность «Ай да масленица!»	<p>1. Формировать представление о русских народных праздниках и забавах</p> <p>2. Воспитывать патриотизм</p> <p>3. Развивать ловкость, плавательные</p>	<p>Вход в воду</p> <p>Карусели,</p> <p>«Ручеек»</p> <p>«Чехарда»</p> <p>«Салки»</p> <p>«Гори, гори ясно...»</p> <p>«Прыжки и соскоки»</p>	<p>1 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>2 мин.</p>	15 мин.

		навыки 4. Доставить радость			
23.03	Вдох над водой, выдох в воду, плавание при помощи ног на груди, спине	1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду 2.Развивать координационные способности 3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди 4. Формировать навык движения при помощи ног на спине	Спуск в бассейн с поддержкой Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка» «Звездочка» «Медуза» Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки». Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных «Переправа на груди и спине»	1 мин. 3 мин. 3 мин. 3 мин. 5 мин.	15 мин.
06.04	Игровая деятельность «Приключения хохотушки»	1. Формировать образное мышление 2. Развивать ловкость и плавательные	Вход в воду «Джунгли»: Лианы, обезьяны, слоны, крокодилы «Пустыня»:	1 мин. 4 мин.	15 мин.

		<p>навыки</p> <p>3. Изучать животный мир.</p>	<p>Жирафы, слоны, львы, бегемоты</p> <p>«Море волнуется»:</p> <p>черепахи, осьминоги, медузы, звезды, акулы, дельфины.</p>	<p>4 мин.</p> <p>4 мин.</p>	
13.04	<p>Сюжетная деятельность</p> <p>«Полетели к звездам!»</p>	<p>1. Формировать представление о празднике «День космонавтики»</p> <p>2. Развивать общую выносливость, плавательные навыки</p> <p>3. Доставить радость</p>	<p>Вход в воду</p> <p>«Ракеты»</p> <p>«Невесомость»</p> <p>«Астероид»</p> <p>Путешествие на луну:</p> <p>1. Физподготовка (плавание, бег, центрифуга)</p> <p>2. Сбор провизии</p> <p>3. Три, два, один – ПУСК!</p>	<p>1 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>8 мин.</p>	15 мин.
20.04	<p>Вдох над водой, выдох в воду, плавание при помощи ног на груди, спине</p>	<p>1. Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2. Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку»,</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p>	15 мин.

		при помощи ног на спине	«быстрые лодочки». Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных «Переправа на груди и спине»	3 мин. 3 мин. 5 мин.	
27.04	Игры на формирование навыка вдоха над водой, выдоха в воду, работы ног	1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду 2.Развивать координационные способности 3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди 4. Формировать навык движения при помощи ног на спине	Спуск в бассейн с поддержкой Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка» «Звездочка» «Медуза» Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки». Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных «Переправа на груди и спине»	1 мин. 3 мин. 3 мин. 3 мин.	15 мин.

				5 мин.	
04.05	Морские фигуры	<p>1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2.Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Осьминог», «Черепашка», «Лягушата», «Акула»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p>	15 мин.
11.05	Морские фигуры	<p>1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2.Развивать координационные</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Осьминог», «Черепашка»,</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p>	15 мин.

		<p>способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>«Лягушата», «Акула»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p>	<p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p>	
18.05	«Путешествие в океанариум»	<p>1. Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2. Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на</p>	<p>Вход в воду</p> <p>«Джакузи»</p> <p>«Звезды на животе»</p> <p>«Звезды на спине»</p> <p>«Стрелы»</p> <p>«Торпеды»</p> <p>«Лодки»</p> <p>«Торпеды на спине»</p> <p>«Уточка и лисичка»</p> <p>«Собери зоопарк»</p>	<p>1 мин</p> <p>1 мин.</p> <p>1 мин.</p> <p>1 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>2 мин</p> <p>2 мин.</p> <p>1 мин</p> <p>2 мин.</p> <p>2 мин.</p>	15 мин.

		спине			
25.05	Игровая деятельность с элементами соревнования «Переправа»	1. Подвести итоги усвоения детьми программного материала 2. Развивать выносливость, ловкость 3. Доставить радость	1. Вход в воду 2. «Морские фигуры» 3. Делеша 4 «Перевези пассажира» 5. « Перестрелка» 6. Подведение итогов награждение	1 мин. 3 мин. 3 мин. 3 мин. 4 мин. 1 мин.	15 мин.

Поурочный план (дети средней группы)

дата	Тема	Задачи	Содержание	Продолжительность упражнения	Продолжительность занятия
06.10	Упражнения по освоению в воде	1. Формировать в детях уверенность в безопасности при нахождении в воде 2. Формировать навык движения в воде при помощи ног 3. Закаливание	1. Умывание 2. Плескание 3. Паровозик 4. Карусели 5. Машинки 6. Морские фигуры 7. «Уборка» 8. Плавание при помощи ног на груди и на спине	1 мин. 1 мин. 2 мин. 2 мин. 2 мин. 3 мин. 4 мин. 5 мин.	20 мин.
13.10	Упражнения по освоению в воде	1. Формировать в детях уверенность в безопасности при нахождении в воде 2. Формировать	1. Умывание 2. Плескание 3. Паровозик	1 мин. 1 мин. 2 мин.	20 мин.

		<p>навык движения в воде при помощи ног</p> <p>3. Закаливание</p>	<p>4. Карусели</p> <p>5. Машинки</p> <p>6. Морские фигуры</p> <p>7. «Уборка»</p> <p>8. Плавние при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>2 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>4 мин.</p> <p>5 мин.</p>	
20.10	Упражнения по освоению в воде	<p>1. Формировать в детях уверенность в безопасности при нахождении в воде</p> <p>2. Формировать навык движения в воде при помощи ног</p> <p>3. Закаливание</p>	<p>1. Умывние</p> <p>2. Плескание</p> <p>3. Паровозик</p> <p>4. Карусели</p> <p>5. Машинки</p> <p>6. Морские фигуры</p> <p>7. «Уборка»</p> <p>8. Плавние при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>1 мин.</p> <p>1 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>4 мин.</p> <p>5 мин.</p>	20 мин.
27.10	Упражнения по освоению в воде	<p>1. Формировать в детях уверенность в безопасности при нахождении в воде</p> <p>2. Формировать навык движения в воде при помощи ног</p> <p>3. Закаливание</p>	<p>1. Умывние</p> <p>2. Плескание</p> <p>3. Паровозик</p> <p>4. Карусели</p> <p>5. Машинки</p> <p>6. Морские фигуры</p> <p>7. «Уборка»</p> <p>8. Плавние при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>1 мин.</p> <p>1 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>4 мин.</p> <p>5 мин.</p>	20 мин.
03.11	Плавание на груди при помощи	<p>1. Закаливание</p> <p>2. Формирование навыка работы ног</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой «Змейка», «Паровозик»,</p>	<p>1 мин.</p>	20 мин.

			грудь и на спине	3 мин. 2 мин. 5 мин.	
17.11	Плавание на груди при помощи ног	1. Закаливание 2. Формирование навыка работы ног при плавании на груди 3. продолжать освоение детей с водой 4. Воспитывать смелость, внимательность	Спуск в бассейн с поддержкой «Змейка», «Паровозик», «Карусели», «Лягушата», «Змейка» «Паровозик» «Маленькие и большие ножки», «Солнышко и дождик», «Волны на море». Работа ног как при плавании способом кроль Игры: «Фонтан», «Моторчики» Плавание при помощи ног на груди и на спине	1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 3 мин. 2 мин. 5 мин.	20 мин.
24.11	Плавание на груди при помощи ног	1. Закаливание 2. Формирование навыка работы ног при плавании на груди 3. продолжать освоение детей с водой 4. Воспитывать смелость, внимательность	Спуск в бассейн с поддержкой «Змейка», «Паровозик», «Карусели», «Лягушата», «Змейка» «Паровозик» «Маленькие и большие ножки», «Солнышко и дождик»,	1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин.	20 мин.

			«Волны на море».	1 мин.	
			Работа ног как при плавании способом кроль Игры: «Фонтан», «Моторчики»	1 мин.	
			Плавние при помощи ног на груди и на спине	1 мин. 3 мин. 2 мин. 5 мин.	
01.12	Плавание на груди и спине при помощи ног	1.Закаливание 2.Формирование навыка работы ног при плавании на груди и спине 3. продолжать освоение детей с водой 4. Воспитывать смелость, внимательность	Спуск в бассейн с поддержкой «Змейка», «Паровозик», «Карусели», «Лягушата», «Змейка» «Солнышко и дождик», «Волны на море».	1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин.	20 мин.
08.12	Передвижение, изображая морских обитателя	1.Профилактика плоскостопия 2. Освоение в воде 3. Передвижение в	Спуск в бассейн с поддержкой Игры на освоение передвижений в	1 мин. 6 мин.	20 мин.

	й	воде при помощи ног	<p>воде: «Змейка», «Паровозик», «Карусели», «Лягушата», «Змейка»</p> <p>«Паровозик»</p> <p>«Цапли»</p> <p>Техника выполнения упражнений на освоение с водой у опоры и без («звездочка на груди», «поплавок», «медуза»)</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p>	8 мин.	
				5 мин.	
15.12	Передвижение в воде, изображая сухопутных животных	<p>1.Профилактика плоскостопия</p> <p>2. Освоение в воде</p> <p>3. Передвижение в воде при помощи ног</p> <p>4. Развивать образное мышление</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Карусели», «Лягушата», «Змейка» «Цапли»</p> <p>Техника выполнения упражнений на освоение с водой у опоры и без («звездочка на груди», «поплавок», «медуза»)</p>	1 мин. 4 мин.	20 мин.
				6 мин.	

			<p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>4 мин.</p> <p>5 мин.</p>	
22.12	Игровая деятельность	<p>1.Профилактика плоскостопия</p> <p>2. Освоение в воде</p> <p>3. Передвижение в воде при помощи ног</p> <p>4. Развивать координационные способности</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Карусели», «Лягушата», «Змейка» «Цапли»</p> <p>Техника выполнения упражнений на освоение с водой у опоры и без («звездочка на груди», «поплавок», «медуза»</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>1 мин.</p> <p>4 мин.</p> <p>6 мин.</p>	20 мин.

				4 мин.	
				5 мин.	
29.12	«Вместе встретим Новый год!»	<p>1. Доставить детям радость от упражнений</p> <p>2. Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Карусели», «Лягушата», «Змейка»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>«Наряжаем елочку»</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>1 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>4 мин.</p> <p>5 мин.</p>	20 мин.
12.01	Вдох над водой, выдох в воду, плавание	1. Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p>	20 мин.

	при помощи ног на груди, спине	<p>2. Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	
19.12	Вдох над водой, выдох в воду, плавание при помощи ног на груди, спине	<p>1. Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2. Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка»</p> <p>«Звездочка»</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p>	20 мин.

		<p>воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p>	
26.12	<p>Вдох над водой, выдох в воду, плавание при помощи ног на груди, спине</p>	<p>1. Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2. Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p>	20 мин.

			«Переправа на груди и спине» Плавние при помощи ног на груди и на спине	3 мин. 5 мин. 5 мин.	
02.02	Игры на формирование навыка вдоха над водой, выдоха в воду, работы ног	1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду 2.Развивать координационные способности 3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди 4. Формировать навык движения при помощи ног на спине	Спуск в бассейн с поддержкой Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка» «Звездочка» «Медуза» Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки». Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных «Переправа на груди и спине» Плавние при помощи ног на груди и на спине	1 мин. 3 мин. 3 мин. 3 мин.	20 мин.

				5 мин.	
				5 мин.	
09.02	Игры на формирование навыка вдоха над водой, выдоха в воду, работы ног	<p>1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2.Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	20 мин.
16.02	Игры на формирование	1.Формировать навык выполнения	Спуск в бассейн с	1 мин.	20 мин.

		радость	Соскоки и прыжки Плавние при помощи ног на груди и на спине	6 мин. 5 мин.	
02.03	Вдох над водой, выдох в воду, плавание при помощи ног на груди, спине	1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду 2.Развивать координационные способности 3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди 4. Формировать навык движения при помощи ног на спине	Спуск в бассейн с поддержкой Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка» «Звездочка» «Медуза» Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки». Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных «Переправа на груди и спине» Плавние при помощи ног на груди и на спине	1 мин. 3 мин. 3 мин. 3 мин. 5 мин. 5 мин.	20 мин.
09.03	Сюжетная деятельность	1.Продолжать формировать представление о	Организованный вход в воду	1 мин.	20 мин.

	«Мамин день!»	<p>празднике «День защитника отечества»</p> <p>2. Развивать ловкость</p> <p>3. Доставить детям радость</p>	<p>Собираем овощи и фрукты(классифицируем)</p> <p>Готовим обед</p> <p>Собираем цветы</p> <p>«Уборка»</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p>	
16.03	Вдох над водой, выдох в воду, плавание при помощи ног на груди, спине	<p>1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2.Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p>	20 мин.

				5 мин.	
16.03	Сюжетная деятельность «Ай да масленица!»	1. Формировать представление о русских народных праздниках и забавах 2. Воспитывать патриотизм 3. Развивать ловкость, плавательные навыки 4. Доставить радость	Вход в воду Карусели, «Ручеек» «Чехарда» «Салки» «Гори, гори ясно...» «Прыжки и соскоки» Плавание при помощи ног на груди и на спине	1 мин. 2 мин. 3 мин. 2 мин. 3 мин. 2 мин. 2 мин.	20 мин.
23.03	Вдох над водой, выдох в воду, плавание при помощи ног на груди, спине	1. Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду 2. Развивать координационные способности 3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди 4. Формировать навык движения при помощи ног на спине	Спуск в бассейн с поддержкой Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка» «Звездочка» «Медуза» Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки». Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных «Переправа на груди и спине»	1 мин. 3 мин. 3 мин.	20 мин.

			Плавание при помощи ног на груди и на спине	3 мин. 5 мин. 5 мин.	
06.04	Игровая деятельность «Приключения хохотушки»	1. Формировать образное мышление 2. Развивать ловкость и плавательные навыки 3. Изучать животный мир.	Вход в воду «Джунгли»: Лианы, обезьяны, слоны, крокодилы «Пустыня»: Жирафы, слоны, львы, бегемоты «Море волнуется»: черепахи, осьминоги, медузы, звезды, акулы, дельфины. Плавание при помощи ног на груди и на спине	1 мин. 4 мин. 4 мин. 4 мин. 5 мин.	20 мин.
13.04	Сюжетная деятельность «Полетел и к звездам!»	1. Формировать представление о празднике «День космонавтики» 2. Развивать общую выносливость, плавательные навыки	Вход в воду «Ракеты» «Невесомость» «Астероид» Путешествие на луну: 1. Физподготовка	1 мин. 2 мин. 2 мин. 2 мин. 8 мин.	20 мин.

		3. Доставить радость	(плавание, бег, центрифуга) 2. Сбор провизии 3. Три, два, один – ПУСК! Плавание при помощи ног на груди и на спине	5 мин.	
20.04	Вдох над водой, выдох в воду, плавание при помощи ног на груди, спине	1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду 2.Развивать координационные способности 3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди 4. Формировать навык движения при помощи ног на спине	Спуск в бассейн с поддержкой Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка» «Звездочка» «Медуза» Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки». Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных «Переправа на груди и спине» Плавание при помощи ног на груди и на спине	1 мин. 3 мин. 3 мин. 3 мин.	20 мин.

				5 мин.	
				5 мин.	
27.04	Игры на формирование навыка вдоха над водой, выдоха в воду, работы ног	<p>1. Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2. Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	20 мин.

04.05	Морские фигуры	<p>1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2.Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Осьминог», «Черепашка», «Лягушата», «Акула»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	20 мин.
11.05	Морские фигуры	<p>1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2.Развивать координационные</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Осьминог», «Черепашка»,</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p>	20 мин.

		<p>способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>«Лягушата», «Акула»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	
18.05	«Путешествие в океанариум»	<p>1. Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2. Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи</p>	<p>Вход в воду</p> <p>«Джакузи»</p> <p>«Звезды на животе»</p> <p>«Звезды на спине»</p> <p>«Стрелы»</p> <p>«Торпеды»</p> <p>«Лодки»</p> <p>«Торпеды на спине»</p>	<p>1 мин</p> <p>1 мин.</p> <p>1 мин.</p> <p>1 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>2 мин</p> <p>2 мин.</p> <p>1 мин</p>	20 мин.

		ног на груди 4. Формировать навык движения при помощи ног на спине	«Уточки и лисичка» «Собери зоопарк» Плавние при помощи ног на груди и на спине	2 мин. 2 мин. 5 мин.	
25.05	Игровая деятельность с элементами и соревнования «Переправа»	1. Подвести итоги усвоения детьми программного материала 2. Развивать выносливость, ловкость 3. Доставить радость	1. Вход в воду 2. «Морские фигуры» 3. Делеша 4 «Перевези пассажира» 5. « Перестрелка» 6. Подведение итогов награждение	1 мин. 5 мин. 4 мин. 6 мин. 4 мин. 5 мин.	20 мин.

Поурочный план (дети старшей группы)

дата	Тема	Задачи	Содержание	Продолжительность упражнения	Продолжительность занятия
06.10	Упражнения по освоению в воде	1. Формировать в детях уверенность в безопасности при нахождении в воде 2. Формировать навык движения в воде при помощи ног 3. Закаливание	1. Умывание 2. Плескание 3. Паровозик 4. Карусели 5. Машинки 6. Морские фигуры 7. «Уборка»	1 мин. 1 мин. 2 мин. 2 мин. 2 мин. 3 мин. 4 мин.	25 мин.

			Плавние при помощи ног на груди и на спине	5 мин. 5 мин.	
13.10	Упражнения по освоению в воде	1. Формировать в детях уверенность в безопасности при нахождении в воде 2. Формировать навык движения в воде при помощи ног 3. Закаливание	1. Умывние 2. Плескание 3. Паровозик 4. Карусели 5. Машинки 6. Морские фигуры 7. «Уборка» Плавние при помощи ног на груди и на спине	1 мин. 1 мин. 2 мин. 2 мин. 2 мин. 3 мин. 4 мин. 5 мин. 5 мин.	25 мин.
20.10	Упражнения по освоению в воде	1. Формировать в детях уверенность в безопасности при нахождении в воде 2. Формировать навык движения в воде при помощи ног 3. Закаливание	1. Умывние 2. Плескание 3. Паровозик 4. Карусели 5. Машинки 6. Морские фигуры 7. «Уборка» Плавние при помощи ног на груди и на спине	1 мин. 1 мин. 2 мин. 2 мин. 2 мин. 3 мин. 4 мин. 5 мин. 5 мин.	25 мин
27.10	Упражнения по освоению в воде	1. Формировать в детях уверенность в безопасности при нахождении в воде 2. Формировать навык движения в	1. Умывние 2. Плескание 3. Паровозик 4. Карусели	1 мин. 1 мин. 2 мин. 2 мин.	25 мин

		воде при помощи ног 3. Закаливание	5. Машинки 6. Морские фигуры 7. «Уборка» Плавние при помощи ног на груди и на спине	2 мин. 3 мин. 4 мин. 5 мин. 5 мин.	
03.11	Плавание на груди при помощи ног	1. Закаливание 2. Формирование навыка работы ног при плавании на груди 3. продолжать освоение детей с водой 4. Воспитывать смелость, внимательность	Спуск в бассейн с поддержкой «Змейка», «Паровозик», «Карусели», «Лягушата», «Змейка» «Паровозик» «Маленькие и большие ножки», «Солнышко и дождик», «Волны на море». Работа ног как при плавании способом кроль Игры: «Фонтан», «Моторчики» Плавние при помощи ног на груди и на спине	1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 3 мин. 2 мин. 5 мин. 5 мин.	25 мин.
10.11	Плавание на груди при помощи ног	1. Закаливание 2. Формирование навыка работы ног при плавании на груди 3. продолжать освоение детей с	Спуск в бассейн с поддержкой «Змейка», «Паровозик», «Карусели», «Лягушата», «Змейка» «Паровозик»	1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин.	25 мин.

		водой 4. Воспитывать смелость, внимательность	«Маленькие и большие ножки», «Солнышко и дождик», «Волны на море». Работа ног как при плавании способом кроль Игры: «Фонтан», «Моторчики» Плавание при помощи ног на груди и на спине	1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 3 мин. 2 мин. 5 мин. 5 мин.	
17.11	Плавание на груди при помощи ног	1. Закаливание 2. Формирование навыка работы ног при плавании на груди 3. продолжать освоение детей с водой 4. Воспитывать смелость, внимательность	Спуск в бассейн с поддержкой «Змейка», «Паровозик», «Карусели», «Лягушата», «Змейка» «Паровозик» «Маленькие и большие ножки», «Солнышко и дождик», «Волны на море». Работа ног как при плавании способом кроль Игры: «Фонтан», «Моторчики» Плавание при помощи ног на груди и на спине	1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 3 мин. 2 мин.	25 мин.

			<p>кроль на груди и спине Игры: «Фонтан», «Моторчики»</p> <p>Плавние при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>1 мин.</p> <p>1 мин.</p> <p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	
08.12	Передвижение, изображая морских обитателей	<p>1.Профилактика плоскостопия</p> <p>2. Освоение в воде</p> <p>3. Передвижение в воде при помощи ног</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Змейка», «Паровозик», «Карусели», «Лягушата», «Змейка»</p> <p>«Паровозик»</p> <p>«Цапли»</p> <p>Техника выполнения упражнений на освоение с водой у опоры и без («звездочка на груди», «поплавок», «медуза»)</p> <p>Плавние при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>1 мин.</p> <p>6 мин.</p> <p>8 мин.</p>	25 мин.

				5 мин.	
				5 мин.	
15.12	Передвижение в воде, изображая сухопутных животных	<p>1.Профилактика плоскостопия</p> <p>2. Освоение в воде</p> <p>3. Передвижение в воде при помощи ног</p> <p>4. Развивать образное мышление</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Карусели», «Лягушата», «Змейка» «Цапли»</p> <p>Техника выполнения упражнений на освоение с водой у опоры и без («звездочка на груди», «поплавок», «медуза»</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>1 мин.</p> <p>4 мин.</p> <p>6 мин.</p> <p>4 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	25 мин.
22.12	Игровая деятельность	1.Профилактика плоскостопия	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение</p>	1 мин.	25 мин.

		<p>2. Освоение в воде</p> <p>3. Передвижение в воде при помощи ног</p> <p>4. Развивать координационные способности</p>	<p>передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Карусели», «Лягушата», «Змейка» «Цапли»</p> <p>Техника выполнения упражнений на освоение с водой у опоры и без («звездочка на груди», «поплавок», «медуза»</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>4 мин.</p> <p>6 мин.</p> <p>4 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	
29.12	«Вместе встретим Новый год!»	<p>1. Доставить детям радость от упражнений</p> <p>2. Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Карусели», «Лягушата»,</p>	<p>1 мин.</p> <p>5 мин.</p>	25 мин.

		передвижения в воде при помощи ног	<p>«Змейка»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>«Наряжаем елочку»</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>5 мин.</p> <p>4 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	
12.01	Вдох над водой, выдох в воду, плавание при помощи ног на груди, спине	<p>1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2.Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p>	25 мин.

			сухопутных «Переправа на груди и спине» Плавние при помощи ног на груди и на спине	3 мин. 5 мин. 5 мин. 5 мин.	
19.12	Вдох над водой, выдох в воду, плавание при помощи ног на груди, спине	1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду 2.Развивать координационные способности 3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди 4. Формировать навык движения при помощи ног на спине	Спуск в бассейн с поддержкой Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка» «Звездочка» «Медуза» Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки». Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных «Переправа на груди и спине» Плавние при	1 мин. 3 мин. 3 мин. 3 мин.	25 мин.

			помощи ног на груди и на спине	5 мин.	
				5 мин.	
				5 мин.	
26.12	Вдох над водой, выдох в воду, плавание при помощи ног на груди, спине	<p>1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2.Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p>	25 мин.

				5 мин.	
				5 мин.	
02.02	Игры на формирование навыка вдоха над водой, выдоха в воду, работы ног	<p>1. Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2. Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	25 мин.
09.02	Игры на формирование	1. Формировать навык выполнения	Спуск в бассейн с	1 мин.	25 мин.

	ног	<p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>«Змейка»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	
24.02	Сюжетная деятельность «А-ты, ба-ты шли солдаты!»	<p>1. Продолжать формировать представление о празднике «День защитника отечества»</p> <p>2. Развивать ловкость</p> <p>3. Доставить детям радость</p>	<p>Организованный вход в воду</p> <p>«Пехота»</p> <p>«Разведка»</p> <p>«Водолазы»</p> <p>«ВМФ»</p> <p>Соскоки и прыжки</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>1 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>6 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	25 мин.

02.03	Вдох над водой, выдох в воду, плавание при помощи ног на груди, спине	<p>1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2.Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	25 мин.
09.03	Сюжетная деятельность «Мамин день!»	1.Продолжать формировать представление о празднике «День защитника отечества»	<p>Организованный вход в воду</p> <p>Собираем овощи и фрукты(классифицируем)</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p>	25 мин.

		<p>2. Развивать ловкость</p> <p>3. Доставить детям радость</p>	<p>Готовим обед</p> <p>Собираем цветы</p> <p>«Уборка»</p> <p>Плавние при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	
16.03	Вдох над водой, выдох в воду, плавание при помощи ног на груди, спине	<p>1. Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2. Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p> <p>Плавние при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p>	25 мин.

				5 мин.	
				5 мин.	
16.03	Сюжетная деятельность «Ай да масленица!»	<p>1. Формировать представление о русских народных праздниках и забавах</p> <p>2. Воспитывать патриотизм</p> <p>3. Развивать ловкость, плавательные навыки</p> <p>4. Доставить радость</p>	<p>Вход в воду</p> <p>Карусели, «Ручеек»</p> <p>«Чехарда»</p> <p>«Салки»</p> <p>«Гори, гори ясно...» «Прыжки и соскоки»</p> <p>Плавние при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>1 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	25 мин.
23.03	Вдох над водой, выдох в воду, плавание при помощи ног на груди, спине	<p>1. Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2. Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p>	25 мин.

			сухопутных «Переправа на груди и спине» Плавние при помощи ног на груди и на спине	3 мин. 5 мин. 5 мин. 5 мин.	
06.04	Игровая деятельность «Приключения хохотушки»	1. Формировать образное мышление 2. Развивать ловкость и плавательные навыки 3. Изучать животный мир.	Вход в воду «Джунгли»: Лианы, обезьяны, слоны, крокодилы «Пустыня»: Жирафы, слоны, львы, бегемоты «Море волнуется»: черепахи, осьминоги, медузы, звезды, акулы, дельфины. Плавние при помощи ног на груди и на спине	1 мин. 4 мин. 4 мин. 4 мин. 5 мин. 5 мин.	25 мин.
13.04	Сюжетная деятельность «Полетели к	1. Формировать представление о празднике «День космонавтики» 2. Развивать общую выносливость,	Вход в воду «Ракеты» «Невесомость» «Астероид»	1 мин. 2 мин. 2 мин. 2 мин.	25 мин.

	звездам!»	<p>плавательные навыки</p> <p>3. Доставить радость</p>	<p>Путешествие на луну:</p> <p>1. Физподготовка (плавание, бег, центрифуга)</p> <p>2. Сбор провизии</p> <p>3. Три, два, один – ПУСК!</p> <p>Плавние при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>8 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	
20.04	<p>Вдох над водой, выдох в воду, плавание при помощи ног на груди, спине</p>	<p>1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2.Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p> <p>Плавние при</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p>	25 мин.

			помощи ног на груди и на спине	5 мин.	
				5 мин.	
				5 мин.	
27.04	Игры на формирование навыка вдоха над водой, выдоха в воду, работы ног	<p>1. Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2. Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p>	25 мин.

				5 мин.	
				5 мин.	
04.05	Морские фигуры	<p>1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2.Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Осьминог», «Черепашка», «Лягушата», «Акула»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p> <p>Плавние при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	25 мин.
11.05	Морские фигуры	<p>1.Формировать навык выполнения вдоха над водой</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение</p>	<p>1 мин.</p>	25 мин.

		<p>выдоха в воду</p> <p>2.Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>передвижений в воде: «Осьминог», «Черепашка», «Лягушата», «Акула»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	
18.05	«Путешествие в океанариум»	<p>1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2.Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать</p>	<p>Вход в воду</p> <p>«Джакузи»</p> <p>«Звезды на животе»</p> <p>«Звезды на спине»</p> <p>«Стрелы»</p>	<p>1 мин</p> <p>1 мин.</p> <p>1 мин.</p> <p>1 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>2 мин</p>	25 мин.

		<p>технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>«Торпеды»</p> <p>«Лодки»</p> <p>«Торпеды на спине»</p> <p>«Уточки и лисичка»</p> <p>«Собери зоопарк»</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>2 мин.</p> <p>1 мин</p> <p>2 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	
25.05	Игровая деятельность с элементами соревнования «Переправа»	<p>1. Подвести итоги усвоения детьми программного материала</p> <p>2. Развивать выносливость, ловкость</p> <p>3. Доставить радость</p>	<p>1. Вход в воду</p> <p>2. «Морские фигуры»</p> <p>3. Делеша</p> <p>4 «Перевези пассажира»</p> <p>5. « Перестрелка»</p> <p>6. Подведение итогов награждение</p>	<p>1 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>7 мин.</p> <p>2 мин.</p>	25 мин.

Поурочный план (дети подготовительной к школе группы)

дата	Тема	Задачи	Содержание	Продолжительность упражнения	Продолжительность занятия
06.10	Упражнения по освоению в воде	<p>1. Формировать в детях уверенность в безопасности при нахождении в воде</p> <p>2. Формировать навык движения в воде при помощи</p>	<p>1. Умывние</p> <p>2. Плескание</p> <p>3. Паровозик</p> <p>4. Карусели</p>	<p>1 мин.</p> <p>1 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>2 мин.</p>	30 мин.

		ног 3. Закаливание	5. Машинки 6. Морские фигуры 7. «Уборка» Плавание при помощи ног на груди и на спине Плавание кролем на груди на задержке дыхания Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом кроль	2 мин. 3 мин. 4 мин. 5 мин. 5 мин. 5 мин.	
13.10	Упражнения по освоению в воде	1. Формировать в детях уверенность в безопасности при нахождении в воде 2. Формировать навык движения в воде при помощи ног 3. Закаливание	1. Умывние 2. Плескание 3. Паровозик 4. Карусели 5. Машинки 6. Морские фигуры 7. «Уборка» Плавание при помощи ног на груди и на спине Плавание кролем на груди на задержке дыхания Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом кроль	1 мин. 1 мин. 2 мин. 2 мин. 2 мин. 3 мин. 4 мин. 5 мин. 5 мин. 5 мин.	30 мин.
20.10	Упражнения по	1. Формировать в детях уверенность	1. Умывние	1 мин.	30 мин

	освоению в воде	в безопасности при нахождении в воде 2. Формировать навык движения в воде при помощи ног 3. Закаливание	2. Плескание 3. Паровозик 4. Карусели 5. Машинки 6. Морские фигуры 7. «Уборка» Плавание при помощи ног на груди и на спине Плавание кролем на груди на задержке дыхания Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом кроль	1 мин. 2мин. 2 мин. 2 мин. 3 мин. 4 мин. 5 мин. 5 мин. 5 мин.	
27.10	Упражнения по освоению в воде	1. Формировать в детях уверенность в безопасности при нахождении в воде 2. Формировать навык движения в воде при помощи ног 3. Закаливание	1. Умывние 2. Плескание 3. Паровозик 4. Карусели 5. Машинки 6. Морские фигуры 7. «Уборка» Плавание при помощи ног на груди и на спине Плавание кролем на груди на задержке дыхания Плавание при помощи рук - способом брасс,	1 мин. 1 мин. 2мин. 2 мин. 2 мин. 3 мин. 4 мин. 5 мин. 5 мин.	30 мин

			«Волны на море».	1 мин.	
			Работа ног как при плавании способом кроль Игры: «Фонтан», «Моторчики»	1 мин.	
			Плавание при помощи ног на груди и на спине	1 мин. 3 мин. 2 мин.	
			Плавание кролем на груди на задержке дыхания		
			Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом кроль	5 мин.	
				5 мин.	
				5 мин.	
24.11	Плавание на груди при помощи ног	1. Закаливание 2. Формирование навыка работы ног при плавании на груди 3. продолжать освоение детей с водой 4. Воспитывать смелость, внимательность	Спуск в бассейн с поддержкой «Змейка», «Паровозик», «Карусели», «Лягушата», «Змейка» «Паровозик» «Маленькие и большие ножки», «Солнышко и дождик», «Волны на море».	1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин.	30 мин.
			Работа ног как при плавании способом кроль Игры: «Фонтан», «Моторчики»	1 мин.	

			<p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p> <p>Плавание кролем на груди на задержке дыхания</p> <p>Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом кроль</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	
01.12	Плавание на груди и спине при помощи ног	<p>1. Закаливание</p> <p>2. Формирование навыка работы ног при плавании на груди и спине</p> <p>3. продолжать освоение детей с водой</p> <p>4. Воспитывать смелость, внимательность</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой «Змейка», «Паровозик», «Карусели», «Лягушата», «Змейка» «Солнышко и дождик», «Волны на море».</p> <p>Работа ног как при плавании способом кроль на груди и спине Игры: «Фонтан», «Моторчики»</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p> <p>Плавание кролем на груди на задержке дыхания</p> <p>Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом</p>	<p>1 мин.</p> <p>1 мин.</p> <p>1 мин.</p> <p>1 мин.</p> <p>1 мин.</p> <p>1 мин.</p> <p>1 мин.</p> <p>1 мин.</p> <p>1 мин.</p> <p>1 мин.</p> <p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	30 мин.

			кроль	5 мин.	
08. 12	Передвижение, изображая морских обитателей	1.Профилактика плоскостопия 2. Освоение в воде 3. Передвижение в воде при помощи ног	Спуск в бассейн с поддержкой Игры на освоение передвижений в воде: «Змейка», «Паровозик», «Карусели», «Лягушата», «Змейка» «Паровозик» «Цапли» Техника выполнения упражнений на освоение с водой у опоры и без («звездочка на груди», «поплавок», «медуза» Плавние при помощи ног на груди и на спине Плавание кролем на груди на задержке дыхания Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом кроль	1 мин. 6 мин. 8 мин.	30 мин.
				5 мин.	
				5 мин.	

				5 мин.	
15.12	Передвижение в воде, изображая сухопутных животных	<p>1.Профилактика плоскостопия</p> <p>2. Освоение в воде</p> <p>3. Передвижение в воде при помощи ног</p> <p>4. Развивать образное мышление</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Карусели», «Лягушата», «Змейка» «Цапли»</p> <p>Техника выполнения упражнений на освоение с водой у опоры и без («звездочка на груди», «поплавок», «медуза»</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p> <p>Плавание кролем на груди на задержке дыхания</p> <p>Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом кроль</p>	<p>1 мин.</p> <p>4 мин.</p> <p>6 мин.</p> <p>4 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	30 мин.
22.12	Игровая деятельность	1.Профилактика плоскостопия	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение</p>	1 мин.	30 мин.

		<p>2. Освоение в воде</p> <p>3. Передвижение в воде при помощи ног</p> <p>4. Развивать координационные способности</p>	<p>передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Карусели», «Лягушата», «Змейка» «Цапли»</p> <p>Техника выполнения упражнений на освоение с водой у опоры и без («звездочка на груди», «поплавок», «медуза»</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p> <p>Плавание кролем на груди на задержке дыхания</p> <p>Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом кроль</p>	<p>4 мин.</p> <p>6 мин.</p> <p>4 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	
29.12	«Вместе встретим Новый год!»	<p>1. Доставить детям радость от упражнений</p> <p>2. Развивать координационные способности</p> <p>3.</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Карусели»,</p>	<p>1 мин.</p> <p>5 мин.</p>	30 мин.

		Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног	<p>«Лягушата», «Змейка» «Звездочка» «Медуза» «Наряжаем елочку»</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p> <p>Плавание кролем на груди на задержке дыхания</p> <p>Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом кроль</p>	<p>5 мин.</p> <p>4 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	
12.01	Вдох над водой, выдох в воду, плавание при помощи ног на груди, спине	<p>1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2.Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка» «Звездочка»</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p>	30 мин.

		<p>воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p> <p>Плавание кролем на груди на задержке дыхания</p> <p>Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом кроль</p>	<p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	
19.12	<p>Вдох над водой, выдох в воду, плавание при помощи ног на груди,</p>	<p>1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2.Развивать координационные способности</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата»,</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p>	30 мин.

	спине	<p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>«Змейка»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p> <p>Плавание кролем на груди на задержке дыхания</p> <p>Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом кроль</p>	<p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	
26.12	Вдох над водой, выдох в воду, плавание при помощи	<p>1. Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2. Развивать координационные</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p>	30 мин.

	ног на груди, спине	<p>способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>цирке», «Лягушата», «Змейка»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p> <p>Плавание кролем на груди на задержке дыхания</p> <p>Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом кроль</p>	<p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	
02.02	Игры на формирование навыка вдоха над водой, выдоха в воду,	<p>1. Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2. Развивать координационные</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p>	30 мин.

	работы ног	<p>способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>цирке», «Лягушата», «Змейка»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p> <p>Плавание кролем на груди на задержке дыхания</p> <p>Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом кроль</p>	<p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	
09.02	Игры на формирование навыка вдоха над водой, выдоха в воду, работы ног	<p>1. Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2. Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка»</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p>	30 мин.

		<p>технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p> <p>Плавание кролем на груди на задержке дыхания</p> <p>Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом кроль</p>	<p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	
16.02	Игры на формирование навыка вдоха над водой, выдоха в воду, работы ног	<p>1. Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2. Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка»</p> <p>«Звездочка»</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p>	30 мин.

		<p>воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p>	<p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p>	
24.02	Сюжетная деятельность «А-ты, ба-ты шли солдаты!»	<p>1. Продолжать формировать представление о празднике «День защитника отечества»</p> <p>2. Развивать ловкость</p> <p>3. Доставить детям радость</p>	<p>Организованный вход в воду</p> <p>«Пехота»</p> <p>«Разведка»</p> <p>«Водолазы»</p> <p>«ВМФ»</p> <p>Соскоки и прыжки</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p> <p>Плавание кролем на груди на задержке дыхания</p> <p>Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом кроль</p>	<p>1 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>6 мин.</p>	30 мин.

02.03	Вдох над водой, выдох в воду, плавание при помощи ног на груди, спине	<p>1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2.Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p> <p>Плавание кролем на груди на задержке дыхания</p> <p>Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом кроль</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	30 мин.
09.03	Сюжетная деятельность «Мамин	1.Продолжать формировать представление о празднике «День	Организованный вход в воду Собираем овощи и	1 мин.	30 мин.

			<p>сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p> <p>Плавание кролем на груди на задержке дыхания</p> <p>Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом кроль</p>	<p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	
16.03	<p>Сюжетная деятельность</p> <p>«Ай да масленица!»</p>	<p>1. Формировать представление о русских народных праздниках и забавах</p> <p>2. Воспитывать патриотизм</p> <p>3. Развивать ловкость, плавательные навыки</p> <p>4. Доставить радость</p>	<p>Вход в воду</p> <p>Карусели,</p> <p>«Ручеек»</p> <p>«Чехарда»</p> <p>«Салки»</p> <p>«Гори, гори ясно...» «Прыжки и соскоки»</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p> <p>Плавание кролем на груди на задержке дыхания</p> <p>Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом кроль</p>	<p>1 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	30 мин.

23.03	Вдох над водой, выдох в воду, плавание при помощи ног на груди, спине	<p>1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2.Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p> <p>Плавание кролем на груди на задержке дыхания</p> <p>Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом кроль</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	30 мин.
-------	---	--	---	---	---------

				5 мин.	
				5 мин.	
06.04	Игровая деятельность «Приключения хохотушки»	1. Формировать образное мышление 2. Развивать ловкость и плавательные навыки 3. Изучать животный мир.	Вход в воду «Джунгли»: Лианы, обезьяны, слоны, крокодилы «Пустыня»: Жирафы, слоны, львы, бегемоты «Море волнуется»: черепахи, осьминоги, медузы, звезды, акулы, дельфины. Плавание при помощи ног на груди и на спине Плавание кролем на груди на задержке дыхания Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом кроль	1 мин. 4 мин. 4 мин. 4 мин. 5 мин. 5 мин. 5 мин.	30 мин.
13.04	Сюжетная деятельность «Полетели к звездам!»	1. Формировать представление о празднике «День космонавтики» 2. Развивать общую выносливость, плавательные навыки 3. Доставить	Вход в воду «Ракеты» «Невесомость» «Астероид» Путешествие на луну: 1. Физподготовка (плавание, бег,	1 мин. 2 мин. 2 мин. 2 мин. 8 мин.	30 мин.

		радость	центрифуга) 2. Сбор провизии 3. Три, два, один – ПУСК! Плавание при помощи ног на груди и на спине Плавание кролем на груди на задержке дыхания Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом кроль	5 мин. 5 мин. 5 мин.	
20.04	Вдох над водой, выдох в воду, плавание при помощи ног на груди, спине	1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду 2.Развивать координационные способности 3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди 4. Формировать навык движения при помощи ног на спине	Спуск в бассейн с поддержкой Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка» «Звездочка» «Медуза» Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки». Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных	1 мин. 3 мин. 3 мин.	30 мин.

			«Переправа на груди и спине» Плавние при помощи ног на груди и на спине Плавание кролем на груди на задержке дыхания Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом кроль	3 мин. 5 мин. 5 мин. 5 мин. 5 мин.	
27.04	Игры на формирование навыка вдоха над водой, выдоха в воду, работы ног	1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду 2.Развивать координационные способности 3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди 4. Формировать навык движения при помощи ног на спине	Спуск в бассейн с поддержкой Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка» «Звездочка» «Медуза» Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки». Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных «Переправа на груди и спине» Плавние при	1 мин. 3 мин. 3 мин. 3 мин.	30 мин.

			<p>помощи ног на груди и на спине</p> <p>Плавание кролем на груди на задержке дыхания</p> <p>Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом кроль</p>	<p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	
04.05	Морские фигуры	<p>1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2.Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Осьминог», «Черепашка», «Лягушата», «Акула»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p>	30 мин.

			<p>Плавание кролем на груди на задержке дыхания</p> <p>Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом кроль</p>	<p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	
11.05	Морские фигуры	<p>1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2.Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>Спуск в бассейн с поддержкой</p> <p>Игры на освоение передвижений в воде: «Осьминог», «Черепашка», «Лягушата», «Акула»</p> <p>«Звездочка»</p> <p>«Медуза»</p> <p>Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки».</p> <p>Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных</p> <p>«Переправа на груди и спине»</p> <p>Плавание при помощи ног на</p>	<p>1 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин.</p>	30 мин.

			<p>груди и на спине</p> <p>Плавание кролем на груди на задержке дыхания</p> <p>Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом кроль</p>	<p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	
18.05	«Путешествие в океанариум»	<p>1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду</p> <p>2.Развивать координационные способности</p> <p>3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди</p> <p>4. Формировать навык движения при помощи ног на спине</p>	<p>Вход в воду</p> <p>«Джакузи»</p> <p>«Звезды на животе»</p> <p>«Звезды на спине»</p> <p>«Стрелы»</p> <p>«Торпеды»</p> <p>«Лодки»</p> <p>«Торпеды на спине»</p> <p>«Уточки и лисичка»</p> <p>«Собери зоопарк»</p> <p>Плавание при помощи ног на груди и на спине</p> <p>Плавание кролем на груди на задержке дыхания</p> <p>Плавание при помощи рук - способом брасс,</p>	<p>1 мин</p> <p>2 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>3 мин.</p> <p>3 мин</p> <p>3 мин.</p> <p>4 мин</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	30 мин.

			ног-способом кроль		
25.05	Игровая деятельность с элементами и соревнования «Переправа»	<p>1. Подвести итоги усвоения детьми программного материала</p> <p>2. Развивать выносливость, ловкость</p> <p>3. Доставить радость</p>	<p>1. Вход в воду</p> <p>2. «Морские фигуры»</p> <p>3. Делеша</p> <p>4 «Перевези пассажира»</p> <p>5. « Перестрелка»</p> <p>6.Плавние при помощи ног на груди и на спине</p> <p>Плавание кролем на груди на задержке дыхания</p> <p>Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом кроль</p> <p>7. Подведение итогов награждение</p>	<p>1 мин.</p> <p>7 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>10 мин.</p> <p>2 мин.</p>	30 мин.

Методические материалы

1. Воронова Е. К. Программа обучения плаванию в детском саду. - СПб. : «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2003.-80 с.
2. Оздоровительный комплекс в детском саду: бассейн – фитобар - сауна: Методическое пособие/ Коллектив авторов, под ред. Б. Б. Егорова. - М. : Издательство «ГНОМ и Д», 2004.- 160 с.
3. Осокина Т. И. Как научить детей плавать: Пособие для воспитателя дет. сада – М. : Просвещение, 1985.-80 с.
4. Осокина Т. И. и др. Обучение плаванию в детском саду: Кн. для воспитателя дет. сада и родителей-М. : Просвещение, 1991.-159 с.
5. Программы начального обучения плаванию/ Под ред. С. И. Ежиковой – Москва, 1983.-70 с.
6. Лоурэнс Д. М. Аквэробика. Упражнения в воде. М; 2000.
7. Яковлева С. А. Игры и обучение плаванию младших дошкольников. // Инструктор по физкультуре. – 2009. – с. 96.
8. Рокосовская Л. Г. Обучение плаванию способом брасс. // Инструктор по физкультуре. – 2009. – с. 55.
9. Аскарова Г. Н. Использование нестандартного оборудования в обучении дошкольников плаванию. // Инструктор по физкультуре. – 2009. – с. 38.
10. Есипова С. Н. Взаимодействие ДОУ и семьи по обучению детей плаванию. // Инструктор по физкультуре. – 2009. – с. 94.
11. Полунина Н. С. Обучение детей танцам на воде с элементами синхронного плавания. // Инструктор по физкультуре. – 2010. – с. 98.
12. Яблонская С. В., Циклис С. А. Физкультура и плавание в детском саду. – М., 2008.
13. Интернет. Федеральный портал «Дополнительное образование детей» <http://www.vidod.edu.ru>