

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

Заведуниций

/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

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» («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.

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

Учебный план

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

Учебный план (для детей средней группы)

	(для детен ереднен трупп	DI)
№ п/п	Содержание программы	Продолжительность (часы)
1	Теория	2
2	Упражнения по освоению в воде (скольжение,	4
	кание, всплывание)	
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	1
	анариум»	
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,	4
	кание, всплывание)	
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 7	5
8	Сюжетная деятельность «Путешествие в	1
	анариум»	
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,	2
	кание, всплывание)	
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	1
	анариум»	
11	Игровая деятельность с элементами соревнования	1
	Итого часов:	32

Календарный учебный график

No	Наименование	Содержание
$\Pi \backslash \Pi$		
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 **УСЛОВИЯ** для воспитания устойчивых гигиенических навыков. навыков самообслуживания, дисциплинированности, детей, смелости, уравновешенности 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	Продолжи тельность упражнени я	Продолжи тельность занятия
06.10	Упражнен ия 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	 Умывние Плескание Паровозик Карусели Машинки Морские фигуры «Уборка» 	1 мин. 1 мин. 2 мин. 2 мин. 2 мин. 3 мин. 4 мин.	15 мин.
13.10	Упражнен ия 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	 Умывние Плескание Паровозик Карусели Машинки Морские фигуры «Уборка» 	1 мин. 1 мин. 2 мин. 2 мин. 2 мин. 3 мин. 4 мин.	15 мин.
20.10	Упражнен ия 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	 Умывние Плескание Паровозик Карусели Машинки Морские фигуры «Уборка» 	1 мин. 1 мин. 2 мин. 2 мин. 2 мин. 3 мин. 4 мин.	15 мин.
27.10	Упражнен ия 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	3. Паровозик	2мин.	
		2. Формировать навык движения в	4. Карусели	2 мин.	
		воде при помощи	5. Машинки	2 мин.	
		ног 3. Закаливание	6. Морские фигуры	3 мин.	
			7. «Уборка»	4 мин.	
03.11	Плавание на груди	1.Закаливание 2.Формирование	Спуск в бассейн с поддержкой «Змейка»,	1 мин.	15 мин.
	при помощи ног	навыка работы ног при плавании на	«Паровозик», «Карусели»,	1 мин.	
		груди	«Лягушата», «Змейка»	1 мин.	
		3. продолжать освоение детей с	«Паровозик»	1 мин	
		водой	«Маленькие и большие ножки»,	1 мин.	
		4. Воспитывать	«Солнышко и	1 мин.	
		смелость, внимательность	дождик»,	1 мин.	
			«Волны на море».	1 мин.	
			Работа ног как при плавании способом		
			кроль Игры: «Фонтан», «Моторчики»	1 мин.	
			wite rop many	1 мин.	
				3 мин.	
				2 мин.	
10.11	Плавание на груди	1.Закаливание 2.Формирование	Спуск в бассейн с поддержкой	1 мин.	15 мин.
	при помощи ног	навыка работы ног при плавании на	«Змейка», «Паровозик», «Карусели»,	1 мин.	
	-	груди	«Лягушата»,	1 мин.	
		3. продолжать освоение детей с	«Змейка» «Паровозик»	1 мин	
		водой	«Маленькие и большие ножки»,	1 мин.	
		4. Воспитывать смелость,	«Солнышко и	1 мин.	

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

	изображая	плоскостопия	поддержкой		
	морских	2 Ochoouse P Powe	Игри и на одражиз	6 мин.	
	обитателе	2. Освоение в воде	Игры на освоение	о мин.	
	й	3. Передвижение в	передвижений в		
		воде при помощи	воде: «Змейка»,		
		НОГ	«Паровозик»,		
			«Карусели»,		
			«Лягушата»,		
			«Змейка»		
			«Паровозик»		
			«Цапли»		
			Техника выполнения		
			упражнений на		
			освоение с водой у		
			опоры и без		
			(«звездочка на		
			груди», «поплавок»,	8 мин.	
			«медуза»		
15.12	Передвиж	1.Профилактика	Спуск в бассейн с	1 мин.	15 мин.
	ение в	плоскостопия	поддержкой		
	воде,		-		
	изображая	2. Освоение в воде	Игры на освоение	4 мин.	
	сухопутны	3. Передвижение в	передвижений в	i iviriii.	
	X	1	воде: «Зайка»,		
	животных	воде при помощи	«Лошадка в цирке»,		
		НОГ	«Карусели»,		
		4. Развивать	«Лягушата»,		
		образное	«Змейка» «Цапли»		
		мышление	Т		
			Техника выполнения		
			упражнений на		
			освоение с водой у		
			опоры и без		
			(«звездочка на		
			груди», «поплавок»,		
			«медуза»	6 мин.	
			Классифицировать		
			игрушки животных		
			на морских и		
			сухопутных		

Игровая еятельнос ь	1.Профилактика плоскостопия 2. Освоение в воде 3. Передвижение в воде при помощи	Спуск в бассейн с поддержкой Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка»,	4 мин. 1 мин. 4 мин.	15 мин.
	4. Развивать координационные способности	«Лошадка в цирке», «Карусели», «Лягушата», «Змейка» «Цапли» Техника выполнения упражнений на		
		упражнении на освоение с водой у опоры и без («звездочка на груди», «поплавок», «медуза» Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных	6 мин.	
			4 мин.	
Вместе стретим Іовый од!»	1.Доставить детям радость от упражнений 2.Развивать координационные способности 3.	Спуск в бассейн с поддержкой Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Карусели», «Лягушата»,	1 мин.	15 мин.
ст [о	ретим вый	радость от упражнений ч.!» 2. Развивать координационные способности	ретим радость от упражнений Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Карусели», «Лягушата», «Змейка»	месте 1.Доставить детям радость от радость от упражнений Игры на освоение передвижений в координационные способности «Харусели», «Лягушата», «Змейка»

		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»	3 мин.	15 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»	1 мин. 3 мин. 3 мин. 5 мин.	15 мин.
26.12	Вдох над водой, выдох в воду, плавание при помощи ног на груди,	1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду 2.Развивать координационные способности 3. Совершенствовать	Спуск в бассейн с поддержкой Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка»	1 мин.	15 мин.

	спине	технику	«Звездочка»		
		передвижения в воде при помощи	«Медуза»		
		воде при помощи ног на груди 4. Формировать навык движения при помощи ног на спине	Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки». Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных «Переправа на груди и спине»	3 мин.	
		1. X		5 мин.	1.5
02.02	Игры на формирова ние 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	 мин. мин. 	15 мин.
			игрушки животных на морских и		

формирова навык выполнения навык выполнения вдоха над водой навыка вдоха в воду выдоха в воду, работы ног способности ног на груди на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка» замейка» замения на дыхание в воде: «Фрами чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки». Замин. Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных «Переправа на груди и спине» замин.				сухопутных «Переправа на груди и спине»	3 мин.	
5 мин.	09.02	ние навыка вдоха над водой, выдоха в воду,	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	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	3 мин.	15 мин.

16.02	Игры на	1.Формировать	Спуск в бассейн с	1 мин.	15 мин.
	формирова ние навыка вдоха над водой, выдоха в воду, работы ног	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	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»	3 мин.	
				5 мин.	
24.02	Сюжетная деятельнос ть «А-ты,	1.Продолжать формировать представление о	Организованный вход в воду	1 мин.	15 мин.
	ба-ты шли	празднике «День	«Пехота»	2 мин.	
	солдаты!»	защитника отечества»	«Разведка»	2 мин.	
		2. Развивать	«Водолазы»	2 мин.	
		ловкость	«ВМФ»	2 мин.	
		3. Доставить детям радость	Соскоки и прыжки	6 мин.	

02.03	Вдох над	1.Формировать	Спуск в бассейн с	1 мин.	15 мин.
	водой, выдох в воду, плавание при помощи ног на груди, спине	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	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»	3 мин.	
09.03		1.Продолжать формировать представление о	Организованный вход в воду	5 мин. 1 мин.	15 мин.
	день!»	празднике «День защитника отечества»	Собираем овощи и фрукты(классифици руем)	3 мин.	
		2. Развивать	Готовим обед		
		ловкость	Собираем цветы	3 мин.	
		3. Доставить детям радость	«Уборка»	3 мин.	

16.03	Вдох над	1.Формировать	Спуск в бассейн с	1 мин.	15 мин.
16.03	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»	3 мин.3 мин.5 мин.	15 мин.
16.03	Сюжетная	1. Формировать представление о	Вход в воду	1 мин.	15 мин.
	ТЬ	русских народных	Карусели,	2 мин.	
	«Ай да	праздниках и забавах	«Ручеек»	3 мин.	
	масленица !»	2. Воспитывать	«Чехарда»	2 мин.	
		патриотизм	«Салки»	3 мин.	
		3. Развивать	1 ' 1	2 мин.	
		ловкость, плавательные	«Прыжки и соскоки»	2 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.5 мин.	15 мин.
06.04	Игровая деятельнос ть «Приключ ения 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.

		навыки 3. Изучать животный мир.	Жирафы, слоны, львы, бегемоты «Море волнуется»: черепахи, осьминоги, медузы, звезды, акулы, дельфины.	4 мин.	
13.04	Сюжетная деятельнос ть «Полетели к звездам!»	1. Формировать представление о празднике «День космонавтики» 2. Развивать общую выносливость, плавательные навыки 3. Доставить радость	Вход в воду «Ракеты» «Невесомость» «Астероид» Путешествие на луну: 1. Физподготовка (плавание, бег, центрифуга) 2. Сбор провизии 3. Три, два, один — ПУСК!	1 мин. 2 мин. 2 мин. 2 мин. 8 мин.	15 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	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»,	1 мин.	15 мин.

	при помощи ног на спине	«быстрые лодочки». Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных «Переправа на груди и спине»	3 мин.	
27.04 Игры на формирова ние 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»	 мин. мин. мин. 	15 мин.

				5 мин.	
04.05	Морские фигуры	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: «Осьминог», «Черепаха», «Лягушата», «Акула» «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»	3 мин.	15 мин.
				5 мин.	
11.05	Морские фигуры	1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду	Спуск в бассейн с поддержкой Игры на освоение передвижений в	 мин. мин. 	15 мин.
		2.Развивать координационные	воде: «Осьминог», «Черепаха»,		

		способности 3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди 4. Формировать навык движения при помощи ног на спине	«Лягушата», «Акула» «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»	3 мин.	
				5 мин.	
18.05	«Путешест вие в океанариу м»	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	Вход в воду «Джакузи» «Звезды на животе» «Звезды на спине» «Стрелы» «Торпеды» «Лодки» «Торпеды на спине» «Уточки и лисичка» «Собери зоопарк»	1 мин 1 мин. 1 мин. 1 мин. 2 мин. 2 мин. 2 мин. 1 мин. 2 мин. 2 мин. 2 мин.	15 мин.

		спине			
25.05	Игровая деятельнос ть с элементам и соревнова ния «Переправ а»	1. Подвести итоги усвоения детьми программного материала 2. Развивать выносливость, ловкость 3. Доставить радость	1. Вход в воду 2. «Морские фигуры» 3. Депеша 4 «Перевези пассажира» 5. « Перестрелка» 6. Подведение итогов награждение	 1 мин. 3 мин. 3 мин. 4 мин. 1 мин. 	15 мин.

Поурочный план (дети средней группы)

дата	Тема	Задачи	Содержание	Продолжи тельность упражнени я	Продолжи тельность занятия
06.10	Упражнен ия 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» 8. Плавние при помощи ног на груди и на спине	1 мин. 1 мин. 2мин. 2 мин. 2 мин. 3 мин. 4 мин. 5 мин.	20 мин.
13.10	Упражнен ия по освоению в воде	1. Формировать в детях уверенность в безопасности при нахождении в воде 2. Формировать	1.Умывние 2. Плескание 3. Паровозик	1 мин. 1 мин. 2мин.	20 мин.

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

	ПОЕ	при ппородии чо	(Kanyoanu)	1 мин.	
	НОГ	при плавании на	«Карусели»,	1 мин.	
		груди	«Лягушата», «Змейка»	1 мин.	
		3. продолжать			
		освоение детей с	«Паровозик»	1 мин	
		водой	«Маленькие и	1	
		Бодон	большие ножки»,	1 мин.	
		4. Воспитывать	«Солнышко и	1 мин.	
		смелость,	дождик»,	1 Milli	
		внимательность		1 мин.	
			«Волны на море».		
			Работа ног как при	1 мин.	
			плавании способом		
			кроль Игры:		
			«Фонтан»,	1 мин.	
			«Моторчики»		
			«моторчики»		
			Плавние при	1	
			помощи ног на	1 мин.	
			груди и на спине	3 мин.	
				2 мин.	
				5 мин.	
10.11	Плавание	1.Закаливание	Спуск в бассейн с	1 мин.	20 мин.
	на груди		поддержкой		
	при	2.Формирование	«Змейка»,		
	помощи	навыка работы ног	«Паровозик»,	1	
	НОГ	при плавании на	«Карусели»,	1 мин.	
		груди	«Лягушата»,	1 мин.	
		2	«Змейка»		
		3. продолжать	«Паровозик»	1 мин	
		освоение детей с	«Маленькие и	1	
		водой	большие ножки»,	1 мин.	
		4. Воспитывать	«Солнышко и	1 мин.	
		смелость,			
		внимательность	дождик»,	1 мин.	
		Billimaresibileerb	«Волны на море».	1	
				1 мин.	
			Работа ног как при		
			плавании способом		
			кроль Игры:	1 мин.	
			«Фонтан»,		
			«Моторчики»		
			Плавние при	1 мин.	
			помощи ног на		
1					

			груди и на спине	3 мин.	
				2 мин.	
				∠ 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» Плавние при помощи ног на груди и на спине	1 мин. 2 мин.	20 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»,	1 мин.	20 мин.

			«Волны на море».	1 мин.	
			Работа ног как при плавании способом кроль Игры: «Фонтан»,	1 мин.	
			«Моторчики» 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». Работа ног как при плавании способом кроль на груди и спине Игры: «Фонтан», «Моторчики» Плавние при помощи ног на груди и на спине	1 мин. 2 мин. 5 мин.	20 мин.
00.12	П	1 17 1			20
08.12	Передвиж ение, изображая морских	 Профилактика плоскостопия Освоение в воде 	Спуск в бассейн с поддержкой Игры на освоение передвижений в	 мин. мин. 	20 мин.
	обитателе	3. Передвижение в	передвижении в		

Ĭ		воде при помощи	воде: «Змейка»,		
		НОГ	«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	8 мин.	
				5 мин.	
	-	1.Профилактика плоскостопия	Спуск в бассейн с поддержкой	1 мин.	20 мин.
С ь	воде, изображая сухопутн ых животных	 Освоение в воде Передвижение в воде при помощи ног Развивать образное мышление 	Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Карусели», «Лягушата», «Змейка» «Цапли» Техника выполнения упражнений на освоение с водой у опоры и без («звездочка на груди», «поплавок», «медуза»	4 мин.	

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

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

		2 Dannarra			
	при	2.Развивать	воде: «Зайка»,		
	помощи	координационные	«Лошадка в цирке»,		
	ног на	способности	«Лягушата»,		
	груди,	3.	«Змейка»		
	спине		ν2που πουννου)		
		Совершенствовать	«Звездочка»		
		технику	«Медуза»		
		передвижения в	(писдуза//		
		воде при помощи	Упражнения на		
		ног на груди	дыхание в воде:		
		4 *	«горячий чай», «дуй		
		4. Формировать	на игрушку»,		
		навык движения	«быстрые лодочки».	3 мин.	
		при помощи ног на	«оветрые лодочки».		
		спине	Классифицировать		
			игрушки животных		
			на морских и		
			сухопутных		
			«Переправа на груди		
			и спине»	2	
				3 мин.	
			Плавние при		
			помощи ног на		
			груди и на спине		
				5	
				5 мин.	
				5 мин.	
19.12	Вдох над	1.Формировать	Спуск в бассейн с	1 мин.	20 мин.
	водой,	навык выполнения	поддержкой		
	выдох в	вдоха над водой	**		
	воду,	выдоха в воду	Игры на освоение	3 мин.	
	плавание		передвижений в	J IVIPITI.	
	при	2.Развивать	воде: «Зайка»,		
	помощи	координационные	«Лошадка в цирке»,		
	ног на	способности	«Лягушата»,		
			«Змейка»		
	груди,	3.			
	спине	Совершенствовать	«Звездочка»		
		технику			
		передвижения в			
L	1	1	l .		

	воде при помощи ног на груди 4. Формировать навык движения при помощи ног на спине	«Медуза» Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки». Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных	3 мин.	
		«Переправа на груди и спине» Плавние при помощи ног на груди и на спине	3 мин. 5 мин.	
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	1 мин. 3 мин. 3 мин.	20 мин.
		игрушки животных на морских и сухопутных		

		«Переправа на груди и спине» Плавние при помощи ног на груди и на спине	3 мин. 5 мин.	
Игры на формиров ание 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.	20 мин.

				5 мин.	
				5 мин.	
09.02	Игры на формиров ание 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.	20 мин.
				5 мин.	
16.02	Игры на формиров	1.Формировать навык выполнения	Спуск в бассейн с	1 мин.	20 мин.

	ание	вдоха над водой	поддержкой		
	навыка	выдоха в воду	поддержкой		
	вдоха над	выдола в воду	Игры на освоение	3 мин.	
	водой,	2.Развивать	передвижений в		
	выдоха в	координационные	воде: «Зайка»,		
	воду,	способности	«Лошадка в цирке»,		
	работы	2	«Лягушата»,		
	НОГ	3.	«Змейка»		
	1101	Совершенствовать	(D)		
		технику	«Звездочка»		
		передвижения в	«Медуза»		
		воде при помощи			
		ног на груди	Упражнения на		
		4. Формировать	дыхание в воде:		
		навык движения	«горячий чай», «дуй		
		при помощи ног на	на игрушку»,	3 мин.	
		спине	«быстрые лодочки».		
			Классифицировать		
			игрушки животных		
			на морских и		
			сухопутных		
			Сухопутных		
			«Переправа на груди		
			и спине»	3 мин.	
			П		
			Плавние при		
			помощи ног на		
			груди и на спине		
				5 мин.	
				J WIIII.	
				_	
				5 мин.	
24.02	Сюжетная	1.Продолжать	Организованный	1 мин.	20 мин.
27.02	деятельно	формировать	Вход в воду	1 MINITI.	ZU MHH.
		представление о	рлод в воду		
		празднике «День	«Пехота»		
	оа-ты шли солдаты!»	празднике «день защитника	_	2 мин.	
	солдагы://	отечества»	«Разведка»	2 мин.	
		o ie iee iba//	«Водолазы»		
		2. Развивать		2 мин.	
		ловкость	«ВМФ»	2	
		2 11		2 мин.	
		3. Доставить детям			

		радость	Соскоки и прыжки	6 мин.	
			Плавние при помощи ног на груди и на спине	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. 5 мин.	20 мин.
				5 мин.	
09.03	Сюжетная деятельно сть	1.Продолжать формировать представление о	Организованный вход в воду	1 мин.	20 мин.

	«Мамин день!»	празднике «День защитника отечества» 2. Развивать ловкость 3. Доставить детям радость	Собираем овощи и фрукты(классифици руем) Готовим обед Собираем цветы «Уборка» Плавние при помощи ног на груди и на спине	3 мин. 3 мин. 3 мин. 5 мин.	
16.03	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.	20 мин.
				5 мин.	

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

			Плавние при помощи ног на груди и на спине	3 мин.	
				5 мин.	
06.04	Игровая деятельно сть «Приключ ения хохотушк и»	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. 5 мин.	20 мин.
13.04	Сюжетная деятельно сть «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! Плавние при помощи ног на груди и на спине		
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» Плавние при помощи ног на груди и на спине	5 мин.3 мин.3 мин.	20 мин.

				5 мин.	
				5 мин.	
27.04	Игры на формиров ание 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.	20 мин.
			помощи ног на груди и на спине	5 мин. 5 мин.	

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

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

	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.	
Игровая деятельно сть с элементам и соревнова ния «Переправ а»	1. Подвести итоги усвоения детьми программного материала 2. Развивать выносливость, ловкость 3. Доставить радость	1. Вход в воду 2. «Морские фигуры» 3. Депеша 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	Продолжи тельность упражнения	Продолж и тельность занятия
06.10	Упражне ния 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	 Умывние Плескание Паровозик Карусели Машинки Морские фигуры «Уборка» 	 мин. мин. мин. мин. мин. мин. мин. мин. 	25 мин.

			Плавние при помощи ног на груди и на спине	5 мин. 5 мин.	
13.10	Упражне ния 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. 3 мин. 4 мин. 5 мин. 5 мин.	25 мин.
20.10	Упражне ния 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. 3 мин. 4 мин. 5 мин. 5 мин.	25 мин
27.10	Упражне ния по освоению в воде	1. Формировать в детях уверенность в безопасности при нахождении в воде 2. Формировать навык движения в	 1.Умывние Плескание Паровозик Карусели 	1 мин. 1 мин. 2мин. 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. 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»	 мин. мин. мин. мин. 	25 мин.

	U	3.6	1	
	водой	«Маленькие и	1 мин.	
	4. Воспитывать	большие ножки», «Солнышко и	1 мин.	
	смелость, внимательность	дождик»,	1 мин.	
		«Волны на море».	1 мин.	
		Работа ног как при плавании способом кроль Игры: «Фонтан», «Моторчики» Плавние при помощи ног на груди и на спине	 мин. мин. мин. мин. мин. мин. 	
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. 2 мин.	25 мин.
	на груди при помощи	Плавание на груди при помощи ног При плавании на груди при помощи ног при плавании на груди 3. продолжать освоение детей с водой 4. Воспитывать смелость,	4. Воспитывать смелость, внимательность Внимательность Работа ног как при плавании способом кроль Игры: «Фонтан», «Моторчики» Плавние при помощи ног на груди при плавании на груди при плавании на груди помощи ног Закаливание на груди при плавании на груди при плавании на груди при плавании на груди ног За продолжать освоение детей с водой 4. Воспитывать смелость, внимательность Внимательность Внимательность Внимательность Внимательность Надвие при помощи ног как при плавании способом кроль Игры: «Фонтан», «Моторчики» Плавние при помощи ног на	4. Воспитывать смелость, внимательность Вимательность Водой Спуск в бассейн с поддержкой «Змейка», «Паровозик», «Карусели», «Лягушата», «Маленькие и большие ножки», «Солнышко и дождик», внимательность Вимательность Вимательность Вимательность Вимательность Вимательность Вимательность Вимательность Вимательность Вимательность Водой Водой вассейн с поддержкой «Змейка», «Паровозик», «Карусели», «Лягушата», «Маленькие и большие ножки», «Солнышко и дождик», 1 мин. Волны на море». Вимин. Водой ногожим, 1 мин. Водой ногожим ногожим, 1 мин. Водой ногожим ногожим, 1 мин. Водой ногожим, 1 мин. Водой ногожим ного

				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». Работа ног как при плавании способом кроль Игры: «Фонтан», «Моторчики» Плавние при помощи ног на груди и на спине	1 мин. 2 мин. 5 мин. 5 мин.	25 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	1 мин.	25 мин.

			кроль на груди и спине Игры: «Фонтан», «Моторчики» Плавние при помощи ног на груди и на спине	1 мин. 1 мин. 3 мин. 2 мин. 5 мин. 5 мин.	
08.12	Передвиж ение, изобража я морских обитателе й	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	1 мин. 6 мин.	25 мин.

				5 мин.	
				5 мин.	
15.12	Передвиж ение в воде, изобража я сухопутн ых животных	1.Профилактика плоскостопия 2. Освоение в воде 3. Передвижение в воде при помощи ног 4. Развивать образное мышление	Спуск в бассейн с поддержкой Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Карусели», «Лягушата», «Змейка» «Цапли» Техника выполнения упражнений на освоение с водой у опоры и без («звездочка на груди»,	5 мин. 1 мин. 4 мин. 6 мин.	25 мин.
			«поплавок», «медуза» Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных Плавние при помощи ног на груди и на спине	4 мин. 5 мин.	
				5 мин.	
22.12	Игровая деятельно сть	1.Профилактика плоскостопия	Спуск в бассейн с поддержкой Игры на освоение	1 мин.	25 мин.

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

	передвижения в воде при помощи ног	«Змейка» «Звездочка» «Медуза» «Наряжаем елочку» Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных Плавние при помощи ног на груди и на спине	5 мин. 4 мин.	
			5 мин. 5 мин.	
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	1 мин. 3 мин.	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»	3 мин.	25 мин.

			помощи ног на		
			груди и на спине		
				<i>E</i>	
				5 мин.	
				5 мин.	
				S MIIII.	
				5 мин.	
26.12	Вдох над	1.Формировать	Спуск в бассейн с	1 мин.	25 мин.
20.12	водой,	навык выполнения	поддержкой	i wiriii.	23 MIIII.
	выдох в	вдоха над водой	поддержкой		
	воду,	выдоха в воду	Игры на освоение	2	
	плавание	Выдола в воду	передвижений в	3 мин.	
	при	2.Развивать	воде: «Зайка»,		
	помощи	координационные	«Лошадка в		
	ног на	способности	цирке»,		
	груди,	2	«Лягушата»,		
	спине	3.	«Змейка»		
		Совершенствовать	v2		
		технику	«Звездочка»		
		передвижения в	«Медуза»		
		воде при помощи			
		ног на груди	Упражнения на		
		4. Формировать	дыхание в воде:		
		навык движения	«горячий чай»,	3 мин.	
		при помощи ног на	«дуй на игрушку»,	Э мин.	
		спине	«быстрые		
			лодочки».		
			Классифицировать		
			игрушки животных		
			на морских и		
			сухопутных		
				3 мин.	
			«Переправа на	э мин.	
			груди и спине»		
			Плавние при		
			помощи ног на		
			груди и на спине		
				5 мин.	

09.02	Игры на формиров	1.Формировать навык выполнения	Спуск в бассейн с	5 мин. 1 мин.	25 мин.
			груди и на спине	5 мин. 5 мин.	
			Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных «Переправа на груди и спине» Плавние при помощи ног на	3 мин.	
	ание навыка вдоха над водой, выдоха в воду, работы ног	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	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».	3 мин.	
02.02	Игры на формиров	1.Формировать навык выполнения	Спуск в бассейн с поддержкой	5 мин. 5 мин. 1 мин.	25 мин.

		T	T		
	ание навыка вдоха над водой, выдоха в воду, работы ног	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	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	3 мин. 3 мин. 5 мин.	
				5 мин. 5 мин.	
16.02	Игры на формиров ание навыка вдоха над водой, выдоха в воду, работы	1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду 2.Развивать координационные способности	Спуск в бассейн с поддержкой Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата»,	1 мин.	25 мин.

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

02.03	Вдох над	1.Формировать	Спуск в бассейн с	1 мин.	25 мин.
02.03	водой,	навык выполнения	поддержкой	I MILITI.	20 WIFIII.
	выдох в воду, плавание при помощи ног на груди, спине	вдоха над водой выдоха в воду 2. Развивать координационные способности 3. Совершенствовать технику	Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка»	3 мин.	
		передвижения в воде при помощи	«Медуза»		
		ног на груди 4. Формировать навык движения при помощи ног на спине	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	3 мин.	
				5 мин.	
				5 мин.	
				5 мин.	
09.03	Сюжетна я деятельно сть «Мамин день!»	1.Продолжать формировать представление о празднике «День защитника отечества»	Организованный вход в воду Собираем овощи и фрукты(классифиц ируем)	1 мин.	25 мин.

	 Развивать ловкость Доставить детям радость 	Готовим обед Собираем цветы «Уборка» Плавние при помощи ног на груди и на спине	3 мин. 3 мин. 5 мин. 5 мин.	
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. 5 мин.	25 мин.

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

			сухопутных		
			«Переправа на груди и спине»	3 мин.	
			Плавние при		
			помощи ног на		
			груди и на спине		
				5 мин.	
				5 мин.	
				5 мин.	
0.5.0.4			~		0.5
06.04	Игровая деятельно	1. Формировать образное	Вход в воду	1 мин.	25 мин.
	сть	мышление	«Джунгли»:	4 мин.	
	«Приклю	2. Развивать	Лианы, обезьяны,		
	чения хохотушк	ловкость и	слоны, крокодилы		
	и»	плавательные	«Пустыня»:	4 мин.	
		навыки	Жирафы, слоны,	14 мин.	
		3. Изучать	львы, бегемоты		
		животный мир.	«Море волнуется»:		
			черепахи,	4 мин.	
			осьминоги, медузы,		
			звезды, акулы,		
			дельфины.		
			Плавние при		
			помощи ног на груди и на спине		
				5 мин.	
				5 мин.	
12.04	C	1. 6	D		25 -
13.04	Сюжетна я	1. Формировать представление о	Вход в воду	1 мин.	25 мин.
		празднике «День	«Ракеты»	2 мин.	
	сть	космонавтики»	«Невесомость»	2 мин.	
	«Полетел	2. Развивать общую	«Астероид»	2 мин.	
	ик	выносливость,	-		

	звездам!»	плавательные навыки 3. Доставить радость	Путешествие на луну: 1. Физподготовка (плавание, бег, центрифуга) 2. Сбор провизии 3. Три, два, один – ПУСК! Плавние при помощи ног на груди и на спине	8 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 «Переправа на груди и спине» Плавние при	3 мин.3 мин.	25 мин.

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

				5 мин.	
				5 мин.	
04.05	Морские фигуры	1.Формировать навык выполнения вдоха над водой	Спуск в бассейн с поддержкой	1 мин.	25 мин.
		выдоха в воду 2. Развивать координационные способности 3.	Игры на освоение передвижений в воде: «Осьминог», «Черепаха», «Лягушата», «Акула»	3 мин.	
		Совершенствовать технику передвижения в	«Звездочка» «Медуза»		
		воде при помощи ног на груди 4. Формировать навык движения при помощи ног на спине	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	3 мин.	
				5 мин.	
				5 мин. 5 мин.	
11.05	Морские фигуры	1.Формировать навык выполнения вдоха над водой	Спуск в бассейн с поддержкой Игры на освоение	1 мин.	25 мин.

		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	передвижений в воде: «Осьминог», «Черепаха», «Лягушата», «Акула» «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	3 мин.	
18.05	«Путешес твие в океанари ум»	1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду 2.Развивать координационные способности 3. Совершенствовать	помощи ног на груди и на спине Вход в воду «Джакузи» «Звезды на животе» «Звезды на спине» «Стрелы»	5 мин. 5 мин. 5 мин. 1 мин. 1 мин. 1 мин. 2 мин. 2 мин.	25 мин.

		технику передвижения в воде при помощи ног на груди 4. Формировать навык движения при помощи ног на спине	«Торпеды» «Лодки» «Торпеды на спине» «Уточки и лисичка» «Собери зоопарк» Плавние при	2 мин. 1 мин 2 мин. 2 мин. 5 мин. 5 мин.	
			помощи ног на груди и на спине		
25.05	Игровая деятельно сть с элемента ми соревнова ния «Перепра ва»	1. Подвести итоги усвоения детьми программного материала 2. Развивать выносливость, ловкость 3. Доставить радость	1. Вход в воду 2. «Морские фигуры» 3. Депеша 4 «Перевези пассажира» 5. « Перестрелка» 6. Подведение итогов награждение	 мин. мин. мин. мин. мин. мин. мин. 	25 мин.

Поурочный план (дети подготовительной к школе группы)

	Тема	Задачи	Содержание	Продолжи	Продолж
				тельность	И
дата				упражнения	тельность занятия
06.10	Упражнени	1. Формировать в	1.Умывние	1 мин.	30 мин.
	я по освоению в	детях уверенность в безопасности при	2. Плескание	1 мин.	
	воде	нахождении в воде	3. Паровозик	2мин.	
		2. Формировать навык движения в воде при помощи	4. Карусели	2 мин.	

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

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

			ног-способом кроль	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 Плавание кролем на груди на задержке дыхания Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом кроль	1 мин. 2 мин. 5 мин. 5 мин. 5 мин.	30 мин.
10.11	Плавание на груди при помощи	1.Закаливание 2.Формирование навыка работы ног	Спуск в бассейн с поддержкой «Змейка», «Паровозик»,	1 мин.	30 мин.

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

Γ				
		«Волны на море».	1 мин.	
		«Волны на море». Работа ног как при плавании способом кроль Игры: «Фонтан», «Моторчики» 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. 1 мин. 3 мин. 2 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». Работа ног как при плавании способом кроль Игры: «Фонтан», «Моторчики»	1 мин.	30 мин.

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

			кроль	5 мин.	
08.	Передвиже ние, 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.	30 мин.
				5 мин. 5 мин.	

				5 мин.	
15.12	Передвиже ние в воде, изображая сухопутны х животных	1.Профилактика плоскостопия 2. Освоение в воде 3. Передвижение в воде при помощи ног 4. Развивать	Спуск в бассейн с поддержкой Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Карусели»,	1 мин.	30 мин.
		мышление	«Лягушата», «Змейка» «Цапли» Техника выполнения упражнений на освоение с водой у опоры и без («звездочка на груди», «поплавок», «медуза» Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных	6 мин.	
		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	4 мин. 5 мин. 5 мин. 5 мин.		
22.12	Игровая деятельнос ть	1.Профилактика плоскостопия	Спуск в бассейн с поддержкой	1 мин.	30 мин.
			Игры на освоение		

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

		Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног	«Лягушата», «Змейка» «Звездочка» «Медуза» «Наряжаем елочку» Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных 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	5 мин.	
				5 мин.5 мин.5 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	Спуск в бассейн с поддержкой Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка»	1 мин.	30 мин.

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

26.12	Вдох над водой, выдох в воду, плавание при помощи	1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду 2.Развивать координационные	Спуск в бассейн с поддержкой Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в	3 мин.	30 мин.
26.12	Duoy you	передвижения в воде при помощи ног на груди 4. Формировать навык движения при помощи ног на спине	«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 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.	20 мин
	спине	3. Совершенствовать технику	«Змейка» «Звездочка»		

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

	вдоха над водой, выдоха в воду, работы ног	выдоха в воду 2. Развивать координационные способности 3. Совершенствовать	Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка»	3 мин.	
09.02	Игры на формирова ние навыка	1.Формировать навык выполнения вдоха над водой	Спуск в бассейн с поддержкой	1 мин.	30 мин.
			игрушки животных на морских и сухопутных «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.	
	работы ног	способности 3. Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди 4. Формировать навык движения при помощи ног на спине	цирке», «Лягушата», «Змейка» «Звездочка» «Медуза» Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки». Классифицировать	3 мин.	

		технику передвижения в воде при помощи ног на груди 4. Формировать навык движения при помощи ног на спине	«Звездочка» «Медуза» Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай», «дуй на игрушку», «быстрые лодочки». Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных	3 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.	
16.02	Игры на формирова ние 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	Спуск в бассейн с поддержкой Игры на освоение передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка»	1 мин.	30 мин.

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

02.03	Вдох над водой,	1.Формировать навык выполнения	Спуск в бассейн с поддержкой	1 мин.	30 мин.
водои, выдох в воду, плавание при помощи ног на груди, спине	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	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	3 мин.		
			лодочки». Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных	3 мин.	
			«Переправа на груди и спине» Плавние при помощи ног на груди и на спине	Э мин.	
			Плавание кролем на груди на задержке дыхания	5 мин.	
			Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом	5 мин. 5 мин.	
			кроль	5 мин.	
09.03	Сюжетная деятельнос ть «Мамин	1.Продолжать формировать представление о празднике «День	Организованный вход в воду Собираем овощи и	1 мин.	30 мин.

	день!»	защитника отечества» 2. Развивать ловкость 3. Доставить детям радость	фрукты(классифиц ируем) Готовим обед Собираем цветы «Уборка» Плавние при помощи ног на груди и на спине Плавание кролем на груди на задержке дыхания	3 мин. 3 мин. 3 мин. 5 мин.	
16.03	Вдох над водой, выдох в воду,	1.Формировать навык выполнения вдоха над водой выдоха в воду	Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом кроль Спуск в бассейн с поддержкой Игры на освоение	5 мин. 5 мин. 5 мин. 1 мин.	30 мин.
	плавание при помощи ног на груди, спине	при помощи ног на груди, спине Совершенствовать технику передвижения в воде при помощи ног на груди 4. Формировать	передвижений в воде: «Зайка», «Лошадка в цирке», «Лягушата», «Змейка» «Звездочка» «Медуза» Упражнения на дыхание в воде: «горячий чай»,		
		навык движения при помощи ног на спине	«дуй на игрушку», «быстрые лодочки». Классифицировать игрушки животных на морских и	3 мин.	

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

23.03	Вдох над	1.Формировать	Спуск в бассейн с	1 мин.	30 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» Плавние при помощи ног на груди и на спине Плавание кролем на груди на задержке дыхания	3 мин.3 мин.5 мин.	30 мин.
			задержке дыхания Плавание при помощи рук - способом брасс,		
			ног-способом кроль	5 мин.	

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

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

			«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 формирова ние 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	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»,	1 мин.	30 мин.
		при помощи ног на спине	«дуй на игрушку», «быстрые лодочки». Классифицировать игрушки животных на морских и сухопутных «Переправа на груди и спине» Плавние при	3 мин.	

			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. 5 мин.	
04.05	Морские фигуры	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: «Осьминог», «Черепаха», «Лягушата», «Акула» «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	3 мин.	30 мин.

			Плавание кролем на груди на задержке дыхания Плавание при помощи рук - способом брасс, ног-способом кроль	5 мин. 5 мин. 5 мин. 5 мин.	
11.05	Морские фигуры	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: «Осьминог», «Черепаха», «Лягушата», «Акула» «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	3 мин. 3 мин.	30 мин.

18.05	<i>и</i> Путещест	1 Формировати	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.	30 MHI
18.05	«Путешест вие в океанариу м»	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	Вход в воду «Джакузи» «Звезды на животе» «Звезды на спине» «Стрелы» «Торпеды» «Лодки» «Торпеды на спине» «Уточки и лисичка» «Собери зоопарк» Плавние при помощи ног на груди и на спине Плавание кролем на груди на задержке дыхания Плавание при помощи рук - способом брасс,	1 мин 2 мин. 2 мин. 3 мин. 3 мин. 3 мин. 4 мин. 5 мин. 5 мин.	30 мин.

			ног-способом кроль		
дея ть эле и сој ия	рятельнос с с пементам оревнован и Переправ	1. Подвести итоги усвоения детьми программного материала 2. Развивать выносливость, ловкость 3. Доставить радость	1. Вход в воду 2. «Морские фигуры» 3. Депеша 4 «Перевези пассажира» 5. « Перестрелка» 6.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 7. Подведение итогов награждение	1 мин. 7 мин. 5 мин. 10 мин. 2 мин.	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. Акваэробика. 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.-c.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