

муниципальное автономное дошкольное
« Детский сад №8 «Чебурашка» городского
Волгоградской области

ПРИНЯТО
на педагогическом с
МАДОУ «Детский сад
Протокол № 08. 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМУ ПЛАВА
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ
МАДОУ «ДЕТСКИЙ САД №8 «ЧЕБ
н 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД

СОСТАВИЛА
Стецко Светлана Ал
инструктор по физич
МАДОУ «Детский сад №8

г . У р ю п и н с к
2 0 2 3 г .

СО Д Е Р Ж А Н И Е

№ п/п	Наименование разделов	Страницы
1	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	3
1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Нормативно-методическая основа работы	3
1.3	Федеральный государственный	4
1.4	Эффективность плавания в дошкольного возраста	5
1.5	Цель и задачи	5
1.6	Принципы, методы	6
1.7	Диагностика плавательных умений	6
1.8	Планируемые результаты освоения	10
2	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	12
2.1	Особенности развития детей дошкольного	12
2.2	Календарно-тематическое планирование	13
2.3	Содержание тематического плана	17
2.4	Взаимодействие с семьей	21
3	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	22
3.1	Перспективное планирование	22
3.2	Условия реализации программы	28
3.3	Обеспечение безопасности	29
3.4	Литература	30

1. Целевой раздел рабочей программы

1.1 Пояснительная записка

Здоровье – это основа жизни всего человека. Важнейшим условием воспитания здорового ребенка является физическая активность. Правильная деятельность способствует гармоничному развитию жизненно необходимых сил выносливости, выносливости, быстроты, гибкости и навыков. Физическая активность способствует снижению стресса и напряженности у детей. В настоящее время в образовательном учреждении одним из важнейших направлений является формирование здорового образа жизни и становление важнейших навыков. Задача детского сада – дать детям как активным занятием, начиная с младшего дошкольного возраста, физическую подготовку до уровня здоровья и функциональных резервов.

Обеспечение начального этапа формирования и реализации самых важных целей в области физической культуры и спорта имеет большое значение. Организация обучения по физической культуре осуществляется в соответствии с образовательными программами дошкольного образования, так как они являются базой для формирования культуры личности и здорового образа жизни. В настоящее время в образовательном учреждении реализуется программа формирования здорового образа жизни и физической культуры. Программа направлена на формирование у детей культуры здорового образа жизни, формирование здорового образа жизни, формирование здорового образа жизни. Программа направлена на формирование у детей культуры здорового образа жизни, формирование здорового образа жизни. Программа направлена на формирование у детей культуры здорового образа жизни, формирование здорового образа жизни.

Основное содержание программы направлено на формирование у детей культуры здорового образа жизни, формирование здорового образа жизни. Программа направлена на формирование у детей культуры здорового образа жизни, формирование здорового образа жизни.

Программа ориентирована на формирование у детей культуры здорового образа жизни, формирование здорового образа жизни. Программа направлена на формирование у детей культуры здорового образа жизни, формирование здорового образа жизни. Программа направлена на формирование у детей культуры здорового образа жизни, формирование здорового образа жизни.

1.2 Нормативно-правовая основа рабочей программы

Нормативно-правовой основой для программы являются следующие нормативные документы:

- Федеральная образовательная программа дошкольного образования (ФГОС ДО)
- Парциальная программа «Самостоятельная и инициативная деятельность детей дошкольного возраста» Чернышова, Т. В. Столмакова
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный закон от 20.07.2012 № 120-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Федеральный закон от 24.07.2012 № 127-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 18.12.2012 № 1155, зарегистрировано в Минюсте России от 23.12.2012 № 30384; актуальная редакция приказа Минпросвещения России от 28.12.2022 № 72264);
- Федеральная образовательная программа дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 28.12.2022 № 12052-ФЗ, зарегистрирована в Минюсте России от 28.12.2022 № 72264);
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам дошкольного образования (утвержден приказом Минпросвещения России от 28.12.2022 № 12052-ФЗ, зарегистрирован в Минюсте России от 28.12.2022 № 72264);
- Санитарные правила и требования к организациям образовательной деятельности дошкольного образования (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 48, зарегистрированы в Минюсте России от 18.12.2020 № 72264);
- Санитарные правила и требования к организациям образовательной деятельности дошкольного образования (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 48, зарегистрированы в Минюсте России от 18.12.2020 № 72264);
- Санитарные правила и требования к организациям образовательной деятельности дошкольного образования (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 48, зарегистрированы в Минюсте России от 18.12.2020 № 72264);

1.3 Федеральный государственный образовательный стандарт

Согласно ДФЮФФ образовательная область «Физическое воспитание» включает в себя следующие виды деятельности:

1. двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость, способствующих правильному формированию опорно-двигательного аппарата, развитию ловкости, силы, выносливости, развитию равновесия, координации движения, крепости мышц, правильным, не наносящим ущерба организму способами выполнения отдельных и общих физических упражнений (прыжки, повороты в обе стороны), формирования правильной осанки, овладения гимнастическими упражнениями;
2. становление ценностей здорового образа жизни, формирование привычек к здоровому образу жизни, двигательном режиме, закаливании, закаливающих факторов среды обитания).

1.4 Эффективность плавания в оздоровительной работе с детьми дошкольного возраста

Плавание — одно из средств, способствующих развитию, стимулирует деятельность нервной и расширяет возможности периферического аппарата. Оно — средство закалывания и формирования правильной и непривычной осанки, движения выполняются это отличает плавание от других видов физической

Во время плавания ребенок преодолевает постоянно тренирует все мышечные группы. Для дошкольного возраста не велика. Они довольно на нагрузках. Детям более свойственна динамика — обучение плаванию в игровой форме. Игровая форма — это система упражнений с детьми, которая быстрая, интересная, занимательная, способная

Каждое упражнение имеет название, игровую вызывает интерес. Каждое упражнение быстро осваивается и закреплению навыков для системы обучения плаванию имеет оздоровительное положительное воздействие. В воде чередуется напряжение и расслабление работоспособность и силу. В воде уменьшаются нагрузки на еще не окрепший, податливый позвоночник, правильно формируется, вырабатывается хорошая без опоры укрепляет стопы ребенка, предупреждает занятия детей в воде активно развиваются подвижность грудной клетки. Систематически формируют стойкий иммунитет не только к простудным заболеваниям, ведут к совершенствованию организма. Плавание становится сон. Плавание является для кожи и мышц (особенно мелких групп), очищает активизирует каждый дыхательный акт, способствует что является важным для детей.

Занятия плаванием благотворно влияют не только на формирование его личности. Занятия плавания как средство целенаправленности, настойчивости, дисциплинированности, умение действовать в

1.5 Цель и задачи

Цель — создание благоприятных условий для обеспечения физического развития каждого ребенка и индивидуальными особенностями в процессе обучения

Задачи

1. Оздоровительные задачи направлены на охрану гармоничное психофизическое развитие периферического аппарата, формирование правильной осанки, приобретение ребенка к здоровому образу жизни.
2. Образовательные задачи ставят целью формирование психологических качеств (силы, быстроты, выносливости) о способах плавания, об оздоровительных средствах двигательных действий; развитие

3. Воспитательные задачи направлены на нравственность, качества, самостоятельности, чувства достоинства. Ребенок, который преодолел страх, почувствовать себя в воде, к плаванию направлены на воспитание гармонично развито

1.6 Принципы, методы и подходы к формированию программы

Программа опирается на общие педагогические

1. принцип системности и последовательности проведения занятий

2. принцип сознательности и активности в обучении

3. принцип наглядности и использования наглядных образов, выражений, действий, предметов, четкого ощущения, воспитания, представления (создание у детей полного представления о лучшему их усвоению);

4. принцип доступности и возрастной соответствующим психологическим особенностям обучения;

5. принцип индивидуальности и учета индивидуальных возможностей ребенка в процессе обучения

6. принцип постепенности в обучении от простого к сложному; применение широкого использования разнообразных образов процесса

Методы обучения.

1. Словесные: объяснения, вопросы, команды, распоряжения и указания.

2. Наглядные: показ изучаемого движения в анализ его с помощью наглядных пособий, видео

3. Практические: предусматривают выполнение элементов, а затем полное изучение движений в игровой форме, в движении.

1.7 Диагностика плавательных умений и навыков

Мониторинг плавательных способностей детей учебного года: в первые две недели обучения критерии оценки выбран ряд контрольных упражнений

Результаты диагностики фиксируются в протоколах. Оценка качества обучения плаванию детей методами педагогического наблюдения

При проведении обследования используются

1. Фронтальный (передвижение в воде, лежа на спине)

2. Поточный (скольжение, плавание с надувным мячом)

3. Индивидуальный (использование дыхательных упражнений, ориентирование в воде, в полной координации и

Тесты по первому этапу обучения (дети 3-4 лет)

Тестовые задания

1. Разнообразные способы передвижения на во

2. Погружение с открытыми глазами под водой.
3. Выдохи в воду.
4. Плавание с надувной игрушкой при помощи д

Методика проведения диагностики

1. Разнообразные способы передвижения на вод
- Ходьба, руки на пояс, бег обычный, прыжки произвольное.

Оценка:

- 4 ба-рлябенок легко выполняет все способы пер
- 3 ба-вьяполняет упражнения неуверенно, осторо
- 2 ба-вьяполняет упражнения поДурень;
- 1 ба-блится отойти от бортика, отказывается

2. Погружение в воду с открыванием глаз под
- Стоя около поручня, держась за поручень, п
- тела, полностью погружившись ав нво шуросто на к
- должны быть приоткрыты.

Оценка:

- 4 ба-рлябенок безбоязненно приседает под воду
- положении в течении 3 секунд;
- 3 ба-шпарузившись в воду, овярый манеа, 3 на кю
- 2 ба-шпарузившись в воду, не открывает глаза
- 1 ба-блится полностью погрузиться в воду.

3. Выдохи в воду

Положение тела такое же, как и при выпол
выполнении выдыхания нумно вперед, напряжены (
быть равномерным, непрерывным, полным.

Оценка:

- 4 ба-рлябенок правильно выполняет 2 выдоха;
- 3 ба-правильно выполняет 1 выдох;
- 2 ба-на полностью выполняет выдох авр двудой
- 1 ба-вьяполняет выдох, опустив в воду только

4. Плавание с надувной игрушкой при помощи д
- Инвентарь: надувные круги.

Надев круг или другой поддерживающий предме
груди, опудив надбкруг, или на спине, пол
поверхности воды. Плыть при помощи движений

Оценка:

- 4 ба-рлябенок, правильно принять положение т
- движений ног способом кроль;
- 3 ба-шрляплывает 3 метра;
- 2 ба-шрляплывает 2 метра;
- 1 ба-шрля в неправильное положение тела в н
- сдвинуться с места.

Оценочные тесты по первому этапу обучения плаванию детей младшей группы

№ п /	Ф. И ребек	Передви	Бал	Погруж	Бал	Выдох в вод	Бал	Плава с игруш	Бал	Сред балл

Тесты по второму этапу обучения (дети 4-5 лет)

Тестовые задания

1. Ориентирование в воде с открытыми глазами.
2. Лежание на груди.
3. Лежание на спине.

4. Плавание с пенопластовой доской при помощи
Методика проведения диагностики

1. Ориентирование в воде с открытыми глазами

Инвентарь: тонущие игрушки или шайбы.

На небольшой глубине (на расстоянии от 1 до 3 м) выставляются на дно расположенные на расстоянии 5 м друг от друга 3

Оценка:

- 4 балла ребенок смог достать 3 предмета на одной доске;
- 3 балла достать 2 предмета;
- 2 балла достать 1 предмет;
- 1 балл не смог достать ни одного предмета.

2. Лежание на груди

Инвентарь: надувные игрушки, на рукавники.

Из положения стоя в воде, ноги врозь, руки на груди. Положение ребенка на спине, ноги врозь, руки на спине.

Оценка:

- 4 балла ребенок выполняет упражнение в течение 4 минут;
- 3 балла в течение 3 минут;
- 2 балла в течение 2 минут;
- 1 балл не может выполнить упражнение.

3. Лежание на спине

Инвентарь: надувные игрушки.

Из положения стоя в воде, ноги врозь, руки на спине.

Оценка:

- 4 балла ребенок лежит на спине в горизонтальном положении, ребенок не тонет в течение 4 минут;
- 3 балла в течение 3 минут;
- 2 балла в течение 2 минут;
- 1 балл не может выполнить упражнение.

4. Плавание с пенопластовой доской при помощи
грудь

Инвентарь: пенопластовые доски.

Положение тела горизонтальное, руки врозь, подбородок лежит на поверхности воды. Плыть на доске, ноги оттянуты, повернуты вовнутрь.

Оценка:

- 4 балла ребенок проплыл 8 метров;
- 3 балла 6 метров;
- 2 балла 4 метров;
- 1 балл менее 3 метров.

Оценочные тесты по второму этапу обучения плаванию детей средней группы

№ п /	Ф. И ребенок	Ориентир в воде	Балл	Лежание на гр	Балл	Лежание на сп	Балл	Плавание с дос	Балл	Средний балл

Тесты по третьему этапу обучения (дети 5-6 лет)

Тестовые задания

1. Скольжение на груди.
2. Скольжение на спине.
3. Плавание с пенопластовой доской при помощи
4. Плавание произвольным способом.

Методика проведения диагностики

1. Скольжение на груди

Стоя у бортика или двумя ногами от дна и выполнит ребенка должно лежать у поверхности воды, опущено в воду.

Оценка:

- 4 балла ребенок проскользил 4 метра и больше;
- 3 балла метра;
- 2 балла метра;
- 1 балла метра.

2. Скольжение на спине

Стоя у бортика, руки вверху соединены, при от бортика или двумя ногами от дна и выполнит ребенка должно лежать у поверхности воды, опущено в воду.

Оценка:

- 4 балла ребенок проскользил 4 метра и больше;
- 3 балла метра;
- 2 балла метра;
- 1 балла метра.

3. Плавание с пенопластовой доской при помощи инвентаря: пенопластовые доски.

Положение тела горизонтальное, руки вытянуты над головой, ноги оттянуты, дыхание произвольное.

Оценка:

- 4 балла ребенок проплыл 8 метра и больше;
- 3 балла метра;
- 2 балла метра;
- 1 балла метра.

4. Плавание произвольным способом

Проплыть 4 метра любым способом при помощи дыхания произвольное.

Оценка:

- 4 балла ребенок проплыл 8 метра и больше;
- 3 балла метра;
- 2 балла метра;
- 1 балла метра.

Оценочные тесты по третьему этапу обучения плаванию детей старшей группы

№ п /	Ф. И. ребе	Скольж на гру	Бал	Скольж на спи	Бал	Плава с дос	Бал	Плавание произво способо	Бал	Сред балл

Тесты по четвертому этапу обучения (дети 6-7 лет)

Тестовые задания

1. Упражнение «Торпеда» на груди или на спине
2. Плавание кролем на груди в полной координации.
3. Плавание кролем на спине в полной координации
4. Плавание произвольным способом.

Методика проведения диагностики

1. Упражнение «Торпеда» на груди или на спине. Оттолкнувшись ногами от дна бассейна, ружнички выдвинуть вперед. Плыть при помощи движений ног способом на спине, руки вытянуть за головой.

Оценка:

- 4 балла ребенок проплыл 8 метров;
- 3 балла 6 метров;
- 2 балла 4-5 метров;
- 1 балла менее 4 метров.

2. Плавание кролем на груди в полной координации. Проплыть 8 метров кролем на груди в полной координации, 3, 5 гребков руками.

Оценка:

- 4 балла ребенок проплыл 8 метров;
- 3 балла 6 метров;
- 2 балла 4-5 метров;
- 1 балла менее 4 метров.

3. Плавание кролем на спине в полной координации. Проплыть 8 метров кролем на спине в полной координации.

Оценка:

- 4 балла ребенок проплыл 8 метров;
- 3 балла 6 метров;
- 2 балла 4-5 метров;
- 1 балла менее 4 метров.

4. Плавание произвольным способом

Проплыть 8 метров брассом или комбинированным способом.

Оценка:

- 4 балла ребенок проплыл 8 метров;
- 3 балла 6 метров;
- 2 балла 4-5 метров;
- 1 балла менее 4 метров.

Оценочные тесты по четвертому этапу обучения плаванию детей подготовительной группы

№ п /	Ф. И. р е б е	«Торп	Бал	Кроль	Бал	Кроль	Бал	Плавание	Бал	Средний
				груди		на		произво		балл
						спин		способо		

1.8 Планируемые результаты освоения программы

Младшая группа

Младший дошкольный возраст активно приобретает навыки плавания. Малыши лучше, быстрее

новым условиям жизни, если с первых же дней имеют возможность плавать и плескаться в бассейне.

К концу года дети должны уметь:

- свободно (без боязненно) передвигаться в воде;
- лежать в воде на груди и спине;
- погружаться в воду с неподвижной опорой (овженерит) и задерживать дыхание;
- выполнять выдох в воду у неподвижной опоры.

Средняя группа.

К средней группе дети уже достаточно освоили приобретение навыков плавания, таких как нырять в воду, контролировать дыхание, которые помогают чувствовать себя уверенно. Обучение нацелено на формирование правильного положения. Двигательные навыки, приобретенные в предыдущих группах, усложняются упражнениями в воде. Осваиваются элементы плавания и упражнения.

К концу года дети должны уметь:

- держаться на поверхности воды: всплывать, лезть;
- выполнять выдохи в воду у неподвижной опоры;
- выполнять движения ногами, как при сплывании с подвижной опорой (плавательная доска);
- пытаться выполнить упражнения «Звездочка»,

Старшая и подготовительная группы.

К старшей группе дети хорошо передвигаются в воде. Продолжается закрепление основных навыков плавания.

К концу года дети должны уметь:

- погружать лицо и голову в воду, открывать нос;
- нырять в обруч, доставать предметы со дна бассейна;
- выполнять серию выдохов в воду (задерживая дыхание);
- скользить на груди и спине с плавательной доской;
- продвигаться с плавательной доской с работой ног;
- выполнять упражнения «Поплавок», «Медуза»,

В подготовительной группе завершается обучение плаванию, что означает, что дети полностью овладели основами плавания. Большинство из них осваивает плавание в различных чертах. Их движения становятся более уверенными. Конечной целью не является обучение спортивному плаванию, преодолеть водобоязнь, получить азарт от плавания, научить маленьких пловцов и показать им различные сочетания и в самых разнообразных упражнениях. В дальнейших занятиях, выработать привычку к плаванию. На этом этапе продолжается усвоение и совершенствование упражнений воспитывается самостоятельность, уверенность в своих силах, инициативность и приобретенные навыки.

К концу года дети должны уметь:

- выполнять многократные выдохи в воду;
- нырять в обруч, поднимать со дна предметы от

- скользить на груди и на спине с работой ног («стрелочкой»);
- пытаться согласовывать движения рук и ног («кроль» на)г,ру«дбир а(сссп)и.не

2 Содержательный раздел

2.1 Особенности развития детей дошкольного возраста

Характеристика возрастных особенностей р необходима для правильной организации обра семьи, в туасклоивиях дошкольного образовательного

Мышечная система ребенка дошкольного воз Мышцы ребенка сокращаются медленнее, чем у через меньшие промежутки времени. При сокращении они более укорачиваются, а при особенностями мышечной системы объясняется физическое утомление быстро проходящее. Итог мышечные напряжения и однообразные статичес

Плавание является адекватной для детско поскольку в цикле плавательных движений на последовательна ня е р я д у ю а в я н и з м благотворно системы жизнеобеспечения ребенка.

Младший дошкольный возраст: от 3 до 4

Четвёртый год жизни ребёнка характер дыхательной системы является лёгочный тип ды ткани не завершено, поэтому лё 4 очно адя в у е н р е а многие

движения р о з в и я и н и з к а в ы н о с л и в о с т з а м ы ш е ч н о е статическое напряжение мышц кратковременно, меняя позы.

На четвёртом году жизни ребёнок владеет б способен совершать двигательные дейст последовательность. Детей характеризует б движений и словесного пояснения, что пол выполнения упражнения. а Ю т с м л я ж е н н о с т н ь д в о с р а б о т мышечных групп (плечевого пояса, туловища, движений).

Средний дошкольный возраст (от 4 до 5 лет)

Пятый год жизни ребёнка характеризуется аппарата: при относительной мощности лёгк воздухоносных путей (полости носа, гортани) размах грудной клетки при вдохе и выдохе з н ё м к о с т к л у ё п я ш и л е т н е г о р е б ё н к а - л з e n a n ч e i t o e л ь Д н о x a б пути сравнительно узки, что вызывает прео котором главной дыхательной мышцей является довольно хороишод а р и з н ы и т ы м н и л e г к о г и п e p t p o o б ы ч н о у ч а щ а ю т с я а н г и н ы , и в м и н д а л и н а х н и н ф e к ц и и . М а л ы ш и с т р а д а ю т а д e н о и д а м и , и д ы x И н т e н с и в н о р а з в и в а e т с я к н р e c o o в c e y н д р и c н т a я я c c и c t e m m a a c o б л ю д e н и я а д e к в a т н о с т и н a г р у з o k , c p a в н и т e л р а c т у щ e г o o p г a н и з m a , ч e м д ы x a т e л ь н a я .

В течение пятого года жизни происходит значительное возрастание пластичности мышц. Мелкие мышцы недостаточно развиты в сравнении с крупными движениями всей рукой, а не её мелкими мышечными группами. Быстро вырабатываются условные рефлексы, у ребёнка, вначале непрочны и легко разрушаются коры головного мозга легко распространяются ответные реакции носят эмоциональный характер. Тем не менее, на пятом году жизни движения координированными. Внимание приобретает совершенствуется зрительное, слуховое и целенаправленное. Дети уже способны различать их элементы. У них появляется интеллект выполнять его в соответствии с образом. В технике основных движений, чётко вырабатываются

Старший дошкольный возраст (от 5 до 6 лет)

Развитие двигательной системы ребёнка (скелетно-мышечный аппарат, мускулатура). Позвоночный столб ребёнка шестого года жизни возмужавшим. Скелетная мускулатура характеризуется связностью осанка. У ребёнка наблюдается возможность при длинном статическом положении. Сердечно-сосудистая система ещё не достигает полного развития и динамика функциональной зрелости детей возрастает осознанность освоения более совершенных движений, что способствует развитию физической культуры.

Старший дошкольный возраст (от 6 до 7 лет)

Седьмой год жизни ребёнка характеризует формирование осанки и сводятся к таковым элементам, то скелет старших дошкольников деформации. Это может стать причиной травм. К семи годам у ребёнка хорошо развиты крупные мышцы. У детей ярко выражены резервные возможности центральной нервной системы высоки. Динамика нервной системы облегчает упражнения, качество двигательной деятельности ребёнка становятся более координированными. В двигательной деятельности формируются навыки. Дети проявляют волевые усилия при выполнении. Появляется возможность на основе закладывания детей потребность заниматься физическими упражнениями инициативу в освоении новых видов движений.

2.2 Календарно - тематическое планирование

Младшая группа

Задачи	Занятия 5	Занятия 6-10	Занятия 11-15	Занятия 16
Обучающие	1. Ознакомление со своей водой. 2. Обучение легкому,	1. Обучение попеременным движениям способом 2. Обучение	1. Обучен скольжению надутым кругом и него.	Подготовка к сдаче первого обучения плаванию

	свободном передвижении в воде. 3. Выдоху в воде. 4. Обувь погружения в воду. 5. Формирования самостоятельного раздевания, мыться, с	лежанию в воде. 3. Ориентир в воде	2. Обувь плаванию облегчен способом 3. Закрепленный материал	
Оздоровительные	Повышение сопротивляемости организма неблагоприятным факторам внешней среды	1. Укрепление мышечной системы 2. Повышение функциональной возможности	Повышение функциональной возможности организма	Активизация обменных процессов центральной нервной системы
Развивающие	Развитие равновесия	Развитие	Развитие ловкости и внимания	Развитие выносливости
Воспитательные	Воспитание смелости	Воспитание положительных отношений к занятиям	Воспитание решительности и выдержки	Воспитание организаторских способностей

Средняя группа

Задачи	Занятия №5	Занятия №10	Занятия №15	Занятия №20
Обучающие	Дальнейшее обучение при передвижениях способом груды, спиной. Обучение попеременным круговым движениями руками. Дальнейшее обучение погружению лежа в открытую воду.	Обучение при передвижениях способом груды в сочетании с дыханием. Обучение скольжению груды, спиной. Дальнейшее обучение дельфиньему способу. Закрепление пройденного материала.	1. Обучение скольжению в сочетании с движениями способом катания. 2. Обучение скольжению согласованными движениями способом катания. 3. Обучение плаванию комбинированным способом. 4. Совершенствование изученных упражнений.	1. Подготовка к сдаче второго обучения.
Оздоровительные	Повышение сопротивляемости организма неблагоприятным факторам внешней среды	Повышение функциональной возможности сердечно-сосудистой системы	Повышение функциональной возможности организма	Активизация обменных процессов работы

	условиям среды. Укрепление тела верхней и нижних конечностей.	и дыхательных систем	Активизация вестибулярного аппарата	центральной нервной системы
Развиваю	Развитие силы, быстроты	Развитие выносливости	Развитие ловкости	Развитие выносливости
Воспитат	Повышение эмоционального тонуса. Воспитание выдержки	Воспитание уверенности в силах, смелости	Воспитание нравственности, черт личности	Воспитание выдержки

Старшая группа

Задачи	Занятия №4	Занятия №6	Занятия №5	Занятия №
Обучающие	Обучение плаванию кролем на спине при координации движений при задержании дыхания. Обучение плаванию на груди помощи движений согласованно с дыханием. Обучение плаванию кролем на спине при координации движений при задержании дыхания. Обучение плаванию кролем на спине при координации движений	Обучение кролем на спине в координации движений. Обучение комбинированным способом. Дальнейшее обучение на груди, помощи движений кроль согласованно с дыханием. Закрепление пройденного материала	Дальнейшее обучение на груди, координации движений. Совершенствование упражнений	Подготовка к сдаче третьего этапа обучения плаванию
Оздоровит	Повышение сопротивляемости организма неблагоприятным условиям	Повышение силы выносливости мышц.	Повышение функциональных возможностей организма	Активизация обменных процессов работы

	мускулатуры, улучшение подвижности грудной клетки	Увеличение резервных возможностей дыхания, жизненной емкости легких		центральной нервной системы
Развивающ	Развитие гибкости	Развитие выносливости	Развитие л	Развитие вынослив
Воспитате	Воспитание воли, целеустремленности	Воспитание товарищества, выдержки	Воспитание сознательности, дисциплины	Воспитание уверенности своих сил

Подготовительная группа

Задачи	Занятия №1	Занятия №10	Занятия №15	Занятия №
Обучающие	Совершенствование движений плавания кроль на груди. Закрепление совершенствование навыка плавания с помощью движений грудной клетки, – в согласованном дыханием. Закрепление совершенствование навыка плавания кролем на спине в координации	Обучение плаванию с помощью движений. Закрепление совершенствование изучение способностей плавания	Обучение плаванию в воде. Закрепление совершенствование изучение способностей плавания	Подготовка к сдаче четвертого этапа олимпийского плавания
Оздоровит	Укрепление мышечной силы мышц. Закаливание организма	Укрепление дыхательной мускулатуры. Улучшение подвижности грудной клетки	Повышение функциональных возможностей организма прежде всего сердечно-сосудистой и дыхательной систем	Активизация обменных процессов работы центральной нервной системы
Развивающ	Развитие гибкости	Развитие выносливости	Развитие л	Развитие вынослив
Воспитате	Воспитание выдержки	Воспитание целеустремленности, самостоятельности	Воспитание настойчивости, достижения	Воспитание уверенности своих сил

2.3 Содержание календарно-тематического планирования

Младшая группа

Раздел «Плавания»	Задачи	Упражнения и
	<p>1. Адаптировать пространство:</p> <ul style="list-style-type: none"> - познакомить детей с понятием свойства воды: мокрая, прохладная; - учить не боясь выходить из воды, передвигаться в воде; - учить задерживать дыхание, выполнять упражнения на поперек живота; 2. Приобщать малышей к плаванию: - учить скользить по воде без него; - научить выдоху в воде; - формировать поперек ног (способом крола); - учить плавать обхватом. 	<p>«Цапля», «Птица», «Самолет летит», «Рак», «Крокодил», «Змея», «Умывайся», «Иди на тоннель», «Лодка», «Посиди на рыбке», «Рыбки поют», «Береги воду», «Фонтан», «Дельфин», «Звезда», «Лодочка», «Рыбка», «Карусели», «Аквапарке», «Оса», «Усатый кролик», «Найди клад», «Сердце рыбке», «Паучок», «Затопило»</p>
Раздел «Здоровье»	<p>1. Способствовать формированию сопротивляемости организма к неблагоприятным условиям среды.</p> <p>2. Укреплять мышцы конечностей.</p> <p>3. Формировать «удовольствие».</p> <p>4. Формировать гигиенические навыки:</p> <ul style="list-style-type: none"> — самостоятельно мыть руки определенной последовательностью; — мыться под душем с мылом и губкой; — насухо вытираться полотенцем; — одеваться в соответствии с погодой; <p>5. Учить правилам поведения:</p> <ul style="list-style-type: none"> — осторожно ходить по дорожкам; — спускаться в воду с поддержкой инструктора и самостоятельно; — не толкаться и не выталкивать вперед и в будущее; — слушать и выполнять указания инструктора. 	

Средняя группа

<p><u>Раздел</u> «Плавания»</p>	<p><u>Задачи</u></p> <p>1. Продолжать погружаться в воду и ориентироваться в ней.</p> <p>2. Формировать горизонтально тело в воде.</p> <p>3. Продолжать облеженными с</p> <p>4. Учить плавать попеременных пряжы ногами способ груди, спине.</p>	<p><u>Упражнения и игры</u></p> <p>Разнообразные передвижения по д с дыханием, дви погружения в вод глаз</p> <p>под водой и доста выдохи в воду, ле на груди, спине, помощи движений кроль на груди, облеженными спос «Догони меня», «Т «Аквалангисты», « лодка», «Торпеда «Стрелка», «Попла «Рыбак и, ры Вяиге «Найди клад», «Веселые ребята», «Салки», «Уточка».</p>
<p><u>Раздел</u> «Здоровье»</p>	<p><u>Задачи</u></p> <p>1.Продолжать р совершенствована механизма терм</p> <p>2.Способствовать функциональных возможностей серд счю судистой дыхательной си</p> <p>3. Укреплять корсет ребенка</p> <p>4. Активизиро вестибулярного</p> <p>5.Формировать г навыки:</p> <p>— раздеваться определенной последовательн</p> <p>— аккуратно сн вешающежду;</p> <p>— самосто</p> <p>пользоваться п</p> <p>— последовательн части тела.</p>	

Старшая группа

<p><u>Раздел</u> «Плавания»</p>	<p><u>Задачи</u></p> <p>1. Продолжать учи груди, спине с ра</p>	<p><u>Упражнения и</u></p> <p>«Звездочка», «Винт», «П</p>
-------------------------------------	---	---

	<p>рук .</p> <p>2. Учить согласовывать дыхание.</p> <p>3. Изучать движение кроль на груди, сплыв дельфин.</p> <p>4. Учить плавать на спине в полной координации с дыханием.</p> <p>5. Изучать движение дельфин.</p>	<p>«Торпеда», «Стрелка», «Звезда» — «Стрелка». И помощи движениями способами дел на груди, согласовании с дыханием. И помощи движениями способами кроль на груди, сплыв дельфин, плавание на груди, комбинированными способами. И «волнуется», «Невод», «Салки» с мячом, «Поплавок», «Пушбол», «Караси и карасики», «ребята», «ракетка», «эстафеты».</p>
<p><u>Раздел</u> <u>«Здоровье»</u></p>	<p>Задачи</p> <p>1. Способствовать развитию организма.</p> <p>2. Повышать выносливость мышц.</p> <p>3. Увеличивать возможности дыхания легких.</p> <p>4. Активизировать работу центральной нервной системы.</p> <p>5. Формировать гигиенические навыки — научить бабксккуррораздеваться, одеваться — самостоятельно мыть мылом и губкой; — тщательно вытирать определенную после — осторожно сушить феном.</p>	

Подготовительная группа

<p><u>Раздел</u> <u>«Плавание»</u></p>	<p>Задачи</p> <p>1. Продолжать изучать движения ног в кроль на груди, сплыв дельфин.</p> <p>2. Изучать движение брасс.</p> <p>3. Обучать плавание</p>	<p><u>Упражнения и</u></p> <p>Скольжение с положением рук с различным движением рук, ныряние, движение в согласии</p>
--	--	---

	<p>дельфин в полной координации к</p> <p>4. Закреплять и навыки плавания при движениях рунки ем способами.</p> <p>5. Закреплять и навыки плавания к спине, комбинированн</p> <p>в полной координации</p> <p>6. Учить плавать положением на</p> <p>7. Поддерживать обучать правильной</p> <p>8. Учить слаблятьс</p> <p>обучать способам о</p> <p>9. Поддерживать способа плавания индивидуальны пре</p>	<p>дыханием, в</p> <p>координации к</p> <p>в комбинированн</p> <p>способами. Иг</p> <p>больше</p> <p>пузырей?», «</p> <p>предметами,</p> <p>фиксированным</p> <p>положением на</p> <p>воде, «Охотни</p> <p>«Белые медвед</p> <p>«Веселые</p> <p>«Пушбол»,</p> <p>«Переправа»,</p> <p>«Разноцветные</p> <p>разнообразные</p> <p>«Водное поло»</p>
<p><u>Раздел</u></p> <p><u>«Здоровье»</u></p>	<p>Задачи</p> <p>1. Способствовать здоровью ребенка, психофизическому р</p> <p>2. Совершенствов двигателный аппа</p> <p>правильную осанку.</p> <p>3. Повышать раб</p> <p>организма.</p> <p>4. Приобщать к з</p> <p>жизни.</p> <p>5. Формировать гиг</p> <p>—быстро раздеваться</p> <p>— правильно мытьс</p> <p>оказывая пдрущу, др</p> <p>пользуясь индивиду</p> <p>—насухо вытираться</p> <p>—сушить волосы по</p> <p>— следить за</p> <p>принадлежностей дл</p>	

Перспективный план досугов по физической культуре

Месяц	Группа			
	2-я млад	Средняя	Старшая	Подготовите
Сентяб	«В гост	«Я-рыбач	«Морское приключени	
	Водяног	тырыбак		
Октябр	«Золота	«Кто	«В гостях у Морячки	
	рыбка»	статья Ю		
Ноябрь	«Быть здоровым		«Таинственный остро	
Декабр	«Морска	«Спорти	«Болотин приглашает	
	прогулк	рыбалка		
Январь	«День веселых		«В поисках Жемчужни	

Февраль	« Волшебное озеро »	« Мой любимый звонкий »	« Мы brave ребята »
Март	« Путешествия с рыбками »	« Поможем русалочке »	« Цирк »
Апрель	« Космическое путешествие »	« Космонавт »	« Веселые старты » на
Май	« Путешествия в странах мыльных пузырей »	« Безопасность на воде »	

2.4 Взаимодействие с семьей

Перспективный план проведения консультаций с родителями

Месяц	младшая, средняя группы	Форма проведения
Сентябрь	« Роль родителей в воспитании ребенка »	Общее родительское собрание
Октябрь	« Наши любимые сказки для детей »	Открытие выставки
Ноябрь	« Организация учебного процесса в детском саду »	Индивидуальная консультация
Декабрь	« Физическая культура в детском саду, как средство профилактики заболеваний »	Индивидуальная консультация
Январь	« Физическое воспитание »	Индивидуальная консультация
Февраль	« В здоровом теле здоровый дух »	Индивидуальная консультация
Март	« Плавание в детском саду »	Открытие выставки
Апрель	« Комплексная работа по формированию навыков самостоятельного поведения в общественных местах »	Индивидуальная консультация
Май	« Технические работы в детском саду »	Общее родительское собрание

Месяц	Старшая группа	Форма проведения
сентябрь	« Учитель детства в детском саду »	Групповое родительское собрание
Октябрь	« Роль родителей в воспитании ребенка »	Индивидуальная консультация

Н о я б р	« Ф и з и ч е с к у ю о б р а ж е н и ю к а к с р е д с т в о п р о ф и л а к т и к и у д е т е й »	И н д о н с у л ь
Д е к а б р	« П л а в а н и е д в о в п и д а ш к о л ь н и к о в »	О т к р ы т а я
Я н в а р	« В л и я н и е д в и г а т е л ь н о й и в н о с т и ф и з и ч е с к о г о р а з в и т и я з д о р о в ь е т е й р о д и т е л ь с о б р а н и я д о ш к о л ь н о г о в о з р а с т а »	Г р у п п о в
Ф е в р а	« Ф и з и ч е с к о ю о б р а з о в а н и ю »	И н д о н с у л ь
М а р т	« З а д а ч а о б у ч е н и я л а в а н и е о з у л ь ш а т д о с т и ж е н и я »	И н д . к о н с
А п р е л	« К о м п л е к с а к а л и в а ю щ и х о ц е д у р и с п о л ь з о в а н и я ф а к т о р о в о з д о р о в ь я д е т е й »	И н д . к о н с
М а й	« Т е х н о л о г и я о б р а з о в а н и я в с о в р е м е н н ы х у с л о в и я х »	О б щ е е р о д и т е л ь с о б р а н и е
Месяц	Подготовительная группа	Форма проведения
С е н т я	« В л и я н и е д в и г а т е л ь н о й и в н о с т и ф и з и ч е с к о г о р а з в и т и я з д о р о в ь е т е й р о д и т е л ь с о б р а н и я д о ш к о л ь н о г о в о з р а с т а »	о б щ е р о д и т е л ь с о б р а н и е
О к т я б	« П л а в а н и е с р е д с т в о п о в ы ш а ю щ и х а т л е т е л ь н о й и в н о с т и »	Г р у п п о в р о д и т е л ь с о б р а н и е
Н о я б р	« Р о л ь р о д и т е л ь в о с п и т а в а н и я р о в н о с т и р е б е н к а »	И н д о н с у л ь
Д е к а б р	« П л а в а н и е д в о в п и д а ш к о л ь н и к о в »	О т к р ы т а я
Я н в а р	« Ф и з и ч е с к у ю о б р а ж е н и ю к а к с р е д с т в о п р о ф и л а к т и к и у д е т е й о с а н к и »	И н д о н с у л ь
Ф е в р а	« З а д о р о - ю н о м ! »	И н д о н с у л ь
М а р т	« З а д а ч а о б у ч е н и я л а в а н и е о з у л ь ш а т д о с т и ж е н и я »	И н д о н с у л ь
А п р е л	« В д о р о ж е н и е о р о д у б ь и »	И н д о н с у л ь
М а й	« Т е х н о л о г и я о б р а з о в а н и я в с о в р е м е н н ы х у с л о в и я х »	О б щ е е р о д и т е л ь с о б р а н и е

3. Организационный раздел

3.1 Перспективное планирование (3-4 года)

№ п/п	Содержание занятий	№ занятия																
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	

1	Вводная	+															
2	ОРУ	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
3	Специальные упражнения	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
4	Развитие физических качеств	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
5	Подготовительные упражнения освоения в водой:																
	- вхождение в воду, передвижение в воде, ознакомление со свойствами воды – плотностью, прозрачностью, вязкостью	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
	- погружение в воду до уровня подбородка, глотание	+	+	+	+	+											
	- опускание лица в воду		+	+	+												
	- обучение выдоху в воде	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
	- подныряние в воду с помощью преподавателя		+	+	+	+											
	- ныряние с опорой						+	+	+								
	- погружение в воду с открытыми глазами в воде;					+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
	- лежание на надувном круге;																
	- лежание в воде держась за опору;								+	+	+						
	- лежание в воде без опоры;										+	+	+	+	+	+	+
	- скольжение на надувном круге на руках в воде;											+	+				

	- сколько ж без кру														+	+	+	+	
6	Изучение движений способом на груди						+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
7	Плавание надувным кругом двумя д при по движений способом										+	+	+	+	+	+	+	+	
8	Изучение движений способом																+	+	+
9	Тестиров																		+
10	Игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
11	Индивиду а работа	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+

Перспективное планирование (4-5 лет)

№ п/п	Содержание занятий	№ занятия																	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16		
1	Вводная	+																	
2	ОРУ	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
3	Специаль упражнения	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
4	Обучение поперемен круговым движения прямых переда	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
5	Разнообр способы передвиж в воде согласов дыханием	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
6	Погружен воду открыва глаз под	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
7	Выдохи	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
8	Дальнейш разучива совершенство ание дв ног, ка плавание	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+

	способом на груди																	
	- в согласованном дыхании								+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
9	Лежание в воде, без за опоры	+																
10	Лежание в воде без -на груди		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
	-на спин			+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
11	Скольжение грудь;								+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
	-на спин								+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
12	Обучение скольжению грудь согласованно попеременно и круговые движения прямые вперед												+	+	+	+	+	+
13	Обучение скольжению грудь, согласованно ритмично работой способом												+	+	+	+	+	+
14	Дальнейшее обучение движения рук, как плавание способом								+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
15	Обучение плавание произвольным способом задержке дыхания													+	+	+	+	+
16	Развитие физических качеств	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
17	Игры в	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
18	Индивидуальная работа	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
19	Тестирование																	+

Перспективное планирование (дети 5-6 лет)

№ п/п	Содержание занятий	№ занятия															
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1	Вводная	+															
2	ОРУ	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
3	Специальные упражнения	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
4	Подготовительные упражнения освоения вводом (погружение, лежание, скольжение, дыхание)	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
5	Плавание кролем груди помощи движений - ног ды произвол	+	+	+	+	+	+	+	+		+						
	- ног согласованное дыхание		+	+	+	+	+	+	+				+	+	+	+	+
	- рук задержания дыхания;		+	+	+	+											
	- рук согласованное дыхание						+	+	+	+		+		+			
6	Плавание кролем на груди; - при помощи движений рук задержания дыхания;		+	+	+	+	+										
	- в положении координация							+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
7	Плавание кролем спине: - при помощи движений	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
	- при помощи движений			+	+	+	+	+	+	+	+		+	+			
	- в положении координация							+	+		+	+	+	+	+	+	+

8	Изучение движений способом	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
	- брасс согласованно с дыханием			+	+	+						+	+			+	
9	Развитие физических качеств	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
10	Игры, эс		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
11	Индивидуальная работа	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
12	Тестирование																+

Перспективное планирование (дети 6-7 лет)

№ п/п	Содержание занятий	№ занятия															
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1	Вводная	+															
2	ОРУ	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
3	Специальные упражнения	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
4	Подготовительные упражнения освоения вводом (погружение, лежание, скольжение с дыханием)	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
5	Плавание кролем груди помощи движений - ног ды произвол	+	+	+	+	+	+	+	+		+						
	- ног согласованно с дыханием		+	+	+	+	+	+	+				+	+	+	+	+
	- рук задержания дыхания;		+	+	+	+											
	- рук согласованно с дыханием						+	+	+	+			+		+		
6	Плавание кролем груди; - при помощи движений рук		+	+	+	+	+										

	задержан дыхании;																
	- в пол координат						+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
7	Плавание кролем спине: - при помо движений	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
	- при по движений			+	+	+	+	+	+	+	+		+	+			
	- в пол координат						+	+		+	+	+	+	+	+	+	+
8	Изучение движений способом	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
	- брасс согласов дыханием			+	+	+						+	+		+		
9	Развитие физическ качеств	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
10	Игры, эс		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
11	Индивиду я работа	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
12	Тестиров																+

3.2 Условия реализации программы

Для детей младше семи лет температура в бассейне должна быть не выше 28°C, температура воздуха в раздевалке – 18-20°C. К каждому занятию ребенку необходимы следующие:

- Халат с капюшоном;
- Полотенце;
- Плавки;
- Шапочка.

Между занятиями групп шаг должен быть не менее 10 минут. Два раза в день проветривать бассейн.

Оборудование и инвентарь для бассейна:

- Обходные резиновые дорожки.
- Термометр комнатный.
- Термометр для воды.
- Судейский свисток.
- Корзины для швабры и игрушки.
- Поплавок для плавания «Коломба».
- Нудлс.
- Плавательные доски.
- Резиновые надувные круги.
- Нарукавники.
- Очки для плавания.
- Плавающие резиновые игрушки.

- Надувные резиновые мячи.
- Обручи.
- Ракетки
- Оборудование для игры «Кидай»

Продолжительность занятий в разных возрастных группах, мин.

Составные части занятия	Вторая младшая группа	Средняя группа	Старшая и подготовительная группы
Раздевание к занятию	5-6	4-5	3-4
Душ (до и после)	8-10	6-8	5-6
Плавание	10-15	15-20	20-30
Одевание и просушивание	8-10	6-8	5-7
Общее время	31-41	31-41	33-47

3.3 Обеспечение безопасности

До начала организации плавания в бассейне поведения в помещении бассейна и на воде. оказанию помощи на воде и в любую минуту бы Обеспечение безопасности при организации п включает следующие правила:

- Непосредственно образовательную деятельность полностью отвечающих всем требованиям безопасности.
- Не допускать неорганизованного плавания ныряния.
- Не разрешать детям толкать друг друга и друг на друга, жвагаиь вврятужинав встречу др звать на помощь, когда она не требуется.
- Не проводить непосредственно образовате подгруппами, пбе ввшаюицими 5
- Допускать детей к непоориедстветнлюнообтра разрешения врача.
- Приучать детей выходить из воды по не разрешения преподавателя.
- Проводить поименно перекличку детей до в
- Научить детей полымиварвдвтвямателн
- Во время непосредственно образовательной за детьми, видеть всю группу, каждого восп необходимости быстро оказать помощь ребенку
- Обеспечить обязтавгиеельнеодесепсртисьуткпри провед образовательной деятельности по плаванию.
- Не проводить непосредственно образовате 40 минут после еды.
- При появлении признаков переохлаждниияуб вывести ребенка из воды и дать ему согретьс
- Соблюдать методическую последовательност
- Знать индивидуальные данные физического плавательную подготовку каждого ребенка.

- Прыжки в воду разрешаются уверенно держась на поверхности воды.
 - Не злоупотреблять возможностью релаксировать у плавательной дистанции.
 - Добиваться выполнения правил безопасности непосредственно от плавательной команды.
- Каждый воспитанник должен знать и соблюдать в бассейне:
- внимательно слушать задание и выполнять;
 - входить в воду по команде преподавателя;
 - спускаться по лестнице спиной к воде;
 - не совершать движений в воде;
 - не мешать друг другу, окунаться;
 - не наталкиваться друг на друга;
 - не кричать;
 - не звать нарочно на помощь;
 - не топить друг друга;
 - не бегать в помещении бассейна;
 - проситься выйти по необходимости;
 - выходить по команде инструктора.
- Соблюдение правил поведения в бассейне дошкольного возраста способствует обеспечению непрерывной образовательной деятельности.

3.4 Используемая литература

1. Большаков М. И. Активный дельфин. Нетрадиционная детская дошкольного возраста: Пособие для дошкольных учреждений. М., 2005.
2. Волошин А. А., Кулибаба Н. Б. Игры на воде дошкольного и младшего школьного возраста. М., 1982.
3. Динейка К. В. Движения и физкультура в воде. М., 1982.
4. Дубровский В. И. Лечебная физкультура в воде. М., 1999.
5. Меньшуткина Т. Г. Учет возрастных особенностей дошкольников. СПб.: АФК, 2009.
6. Пищикова Н. Г. Обучение плаванию детей дошкольного возраста. М.: Изд. «Скрипторий 2003», 2008.
7. Солодков А. С., Сологуб Е. С. Физическая культура дошкольников. СПб.: ВФ, 2009.
8. Столмакова Т. В., Чеменева А. Ю. Движения в воде дошкольного возраста. М.: Издательство «Детство», 2005.
9. Шанина Л. Сухое плавание [разминка перед заплывом]. М.: АФК, 2005. - №6.
10. Яблонская С. В., Циклис С. А. Физкультура дошкольников. М.: «Сфера», 2008.