



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА –
ДЕТСКИЙ САД № 69 «ЗОЛОТОЙ КЛЮЧИК»**

СОГЛАСОВАНО

Заместитель заведующего по
воспитательно – методической работе
МБДОУ № 69 «Золотой ключик»

Л.И. Самоилэ
« ____ » ____ 20 ____ г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ
№ 69 «Золотой ключик»

Ионова Н.П.
« ____ » ____ 20 ____ г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по образовательному направлению
«Физическое развитие»**

**«Физическая культура»
(бассейн)**

для детей 2-7 лет

(срок реализации 5 лет)

Принята на педагогическом совете
№ 3 от «25» декабря 2020г.

Автор программы: Лукина Т.А.
инструктор по ФИЗО (бассейн)
МБДОУ № 69 «Золотой ключик»

г.о Мытищи

Содержание

	Стр.
I. Целевой раздел:	
1.1. Пояснительная записка.....	2
1.2. Цель и задачи рабочей программы.....	3
1.3. Принципы обучения плаванию.....	4
1.4. Формы, методы, этапы и средства обучения плаванию.....	4
1.5. Возрастные особенности физического развития детей дошкольного возраста.....	7
1.6. Планируемые результаты.....	8
II. Содержательный раздел	
2.1. Планирование образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка в образовательной области «Физическое развитие»	9
2.1.1. Первый год обучения. Календарно-тематическое планирование ясельной группы.....	10
2.1.2. Второй год обучения. Календарно-тематическое планирование второй младшей группы.....	11
2.1.3. Третий год обучения. Календарно - тематическое планирование средней группы.....	12
2.1.4. Четвертый год обучения. Календарно-тематическое планирование старшей группы	13
2.1.5. Пятый год обучения. Календарно-тематическое планирование подготовительной группы	14
III. Организационный раздел	
3.1. Организация образовательной деятельности по плаванию.....	16
3.2. Материально-технические условия.....	17
3.3. Методическое обеспечение.....	18
3.4. Взаимодействие с родителями воспитанников.....	18
3.5. Взаимодействия со специалистами.....	19
3.6. Правила посещения бассейна.....	19
Список литературы.....	20
Приложения	
1. Игры для занятий в воде.....	21
2. Карты мониторинга	24

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

Здоровые дети – это основа жизни всего человеческого общества. Одним из важнейших средств воспитания здорового ребенка с самого раннего возраста, является физическая культура. Правильная организация деятельности по физической культуре способствует гармоничному развитию жизненно необходимых физических качеств детей: ловкости, гибкости, быстроты, силы, выносливости, а также выработке гигиенических навыков.

Плавание – одно из средств, способствующих разностороннему физическому развитию, которое стимулирует деятельность нервной и дыхательной систем, значительно расширяет возможности опорно-двигательного аппарата. Оно является одним из лучших средств закаливания и формирования правильной осанки ребенка.

Активные движения укрепляют мышечную и сердечно - сосудистую системы ребенка; более того развитие движений находится в прямой зависимости от внешней среды. Занятия в воде и выполнение различных движений, связанных с преодолением ее сопротивления - важнейший фактор гармоничного развития.

Во время плавания человек преодолевает значительное сопротивление воды, постоянно тренирует все мышечные группы, радикально способствуя устранению различных дефектов и ликвидации плоскостопия. Постоянное купание и плавание закаляет организм, формирует стойкий иммунитет не только к простудным, но и к некоторым инфекционным заболеваниям. И здесь решающим является температурный фактор.

Плавание является естественным средством массажа кожи и мышц (особенно мелких групп), очищает потовые железы, способствуя тем самым активизации кожного дыхания и обильному притоку крови к периферическим органам.

1.1. Пояснительная записка

Настоящая рабочая программа является компонентом основной общеобразовательной программы МБДОУ, формируемой участниками образовательного процесса, и разработана на основе программы Вороновой Е.К. «Программа обучения плаванию в детском саду», которая не противоречит задачам и принципам *Примерной общеобразовательной программы дошкольного образования "От рождения до школы" /под редакцией Т.С. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой*, а также в соответствии с основными нормативно-правовыми документами по дошкольному воспитанию:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155);
- «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования» (приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 года №1014 г. Москва);
- Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (Утверждены постановлением Главного государственного

санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20»)

- Устав МБДОУ № 69 «Золотой ключик»
- Программа развития МБДОУ № 69 «Золотой ключик»
- Основная образовательная программа МБДОУ № 69 «Золотой ключик»

Программа спроектирована с учетом ФГОС дошкольного образования, особенностей образовательного учреждения, региона, образовательных потребностей и запросов родителей (законных представителей) воспитанников. Определяет цель, задачи, планируемые результаты, содержание и организацию образовательного процесса физического воспитания по обучению плаванию детей 2-7 лет. Содержание деятельности распределено по месяцам и неделям, согласно календарно-тематическому планированию и представляет систему, рассчитанную на один учебный год - 37 недель.

Срок освоения программы: 5 лет

Рабочая программа является «открытой» и предусматривает вариативность, интеграцию, изменения и дополнения по мере профессиональной необходимости.

1.2. Цели и задачи реализации программы

Цель программы: закаливание, укрепление и оздоровление воспитанников для разностороннего физического развития, через обучение их плаванию.

Задачи:

1. Оздоровительные задачи:

- ☐ Укреплять здоровье ребенка.
- ☐ Повышать работоспособность организма, приобщать ребенка к здоровому образу жизни.

2. Образовательные задачи:

- ☐ Формировать двигательные умения и навыки.
- ☐ Формировать знание о видах и способах плавания и собственном теле.

3. Воспитательные задачи:

- ☐ Воспитывать двигательную культуру.
- ☐ Воспитывать нравственно-волевые качества: смелость, настойчивость, чувство собственного достоинства, уверенность в себе.
- ☐ Воспитывать заботу о своем здоровье.

4. Коррекционные задачи:

- ☐ Совершенствовать опорно – двигательный аппарат.
- ☐ Формировать правильную осанку.

1.3. Принципы обучения плаванию

1.СИСТЕМАТИЧНОСТЬ. Занятия плаванием должны проводиться регулярно, в определенной системе, что даёт больший эффект, чем эпизодические.

2.ДОСТУПНОСТЬ. Упражнения и задания в воде, а также физическая нагрузка должны быть доступны детям дошкольного возраста.

3.АКТИВНОСТЬ. Разнообразие занятий, повышение активности детей за счет включения в образовательный процесс игровых элементов, что будет делать процесс обучения интересным.

4. НАГЛЯДНОСТЬ. Объяснение сопровождающееся показом упражнений, а также применение наглядных пособий – схем, плакатов и т. д

5.ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ и ПОСТЕПЕННОСТЬ. Простые и легкие упражнения должны предшествовать более сложным и трудным. Не следует форсировать разучивание большого количества новых движений. К ним приступать только после хорошего освоения, правильного и уверенного выполнения предыдущих.

1.4. Формы, методы, этапы и средства обучения плаванию

Формы обучения

Одной из форм двигательной активности и закаливания детей дошкольного возраста являются занятия по плаванию.

Наилучшей формой занятий является подгрупповая. Для занятий в бассейне, детей разделяют на две подгруппы, численностью по 8 - 10 человек (количество детей в подгруппе зависит от «зеркала» воды, т. е от размера самой ванны бассейна). Комплектуя их, обращаем внимание: на физическую подготовку детей и успешность освоения ими плавательных движений.

Методы обучения

К основным методам обучения технике плавания относятся:

- ☐ словесные методы;
- ☐ наглядные методы;
- ☐ метод раздельного и целостного изучения техники плавания (показ упражнения и отдельных его элементов);
- ☐ практические методы.

Словесные методы

Словесные методы — рассказ, беседа, описание, объяснение, разбор, указания, оценка действий, команды и распоряжения, подсчет - содержат разнообразные способы и приемы изложения, которые помогают детям понять и осознать отдельные движения или их согласование и тем самым лучше их воспроизвести.

Наглядные методы.

Наглядные методы (показ отдельного упражнения и техники плавания, жестикуляция, применение дополнительных ориентиров) используются для развития наблюдательности, повышения внимания. Использование их помогает создать у детей конкретные представления об изучаемом

движении, что особенно важно при обучении технике плавания.

В структуре занятия по плаванию демонстрация новых упражнений проводится на суше, так как здесь лучше слышна речь инструктора и дети не замерзают без движений.

Занятия в бассейне проходят в условиях повышенного шума, возникающего при выполнении движений в воде, затрудняется восприятие команд и указаний во время выполнения упражнений, в связи с чем применяется большое количество условных сигналов и жестов. Они могут не только заменить команды инструктора, но и внести уточнения в технику выполнения отдельных движений, дополнить объяснение, предупредить и исправлять ошибки.

Практические методы

Основным практическим методом является метод упражнения. Метод упражнения характеризуется многократным повторением упражнений, способствующих освоению, закреплению и дальнейшему совершенствованию техники изучаемого способа спортивного плавания, а также развитию и совершенствованию двигательных качеств (быстроты, силы, выносливости, гибкости и ловкости).

Этапы обучения (условные):

Первый этап начинается с ознакомления ребенка с водой, её свойствами. Он продолжается до того момента, как ребенок освоится с водой, сможет безбоязненно и уверенно с помощью взрослого и самостоятельно передвигаться по дну, совершать простейшие действия, играть.

Второй этап связан с приобретением детьми умений и навыков, которые помогут им чувствовать себя в воде достаточно надежно. На занятиях дети учатся держаться на поверхности воды (всплывать, лежать, скользить) хотя бы короткое время, а также самостоятельно, произвольно выполняют упражнение вдох-выдох в воду несколько раз подряд.

В результате третьего этапа дети должны уметь проплыть с доской в руках, с выдохом в воду. Так же свободно плавать, стиль кроль.

На последнем, четвертом этапе начального обучения продолжается усвоение и совершенствование техники способа плавания, простых поворотов.

Каждый элемент техники плавания изучается в следующем порядке:— ознакомление с движением на суше. Проводится в общих чертах без совершенствования деталей, поскольку условия выполнения движения на суше и в воде различны;

— изучение движений в воде с, неподвижной опорой (на месте),

— изучение движений в воде с подвижной опорой - при изучении движений ногами в качестве опоры используют плавательные доски; движения руками изучаются во время медленной ходьбы по дну или лежа на воде в горизонтальном положении (с поддержкой партнера);

— изучение движений в воде без опоры - все упражнения выполняются в

скольжении и плавании.

Средства

В качестве основных средств при обучении плаванию используются физические упражнения.

Физические упражнения — двигательные действия, с помощью которых решаются образовательные, воспитательные задачи и задачи физического развития.

Существует несколько классификаций средств обучения плаванию, но наиболее распространенными являются следующие:

- ☐ общеразвивающие и специальные физические упражнения;
- ☐ подготовительные упражнения по освоению с водой;
- ☐ игры и развлечения на воде;
- ☐ упражнения для изучения и совершенствования техники спортивных способов плавания.

Общеразвивающие и специальные упражнения.

Группа упражнений выполняется на суше и содействует общему развитию занимающихся, развитию необходимых для успешного обучения плаванию физических качеств, более быстрому освоению техники плавания. Комплекс общеразвивающих и специальных упражнений выполняется в подготовительной части занятия по плаванию и его содержание зависит от поставленных задач. Комплекс упражнений готовит детей к дальнейшему освоению материала в условиях водной среды и включает в себя:

- упражнения (бег, ходьба, упражнения стоя на месте — наклоны, приседания, повороты, упражнения на гибкость);
- специально-подготовительные упражнения (движения, сходные по координационной структуре и характеру нервно-мышечных напряжений плавательным движениям — упражнения для развития подвижности в голеностопных, коленных, тазобедренных, плечевых суставах, межпозвоночных сочленениях; упражнения для развития мышц, участвующих в гребке; упражнения для изучения чередования напряжения и расслабления мышц).

Подготовительные упражнения для знакомства с водой.

Эта группа упражнений применяется в целях формирования основных ощущений, соответствующих свойствам и условиям водной среды; психологической подготовки и устранения страха перед водой; освоения рабочих поз пловца и навыка дыхания в воде.

Игры.

Игры на занятиях плаванием делают обучение более эмоциональным, помогают полюбить плавание, стимулируют заниматься им систематически. Игры в воде способствуют физическому развитию, укреплению здоровья, закаливанию, а также воспитанию самостоятельности, инициативы, решительности взаимодействовать в коллективе.

1.5. Возрастные особенности физического развития детей дошкольного возраста

Мышечная система ребенка дошкольного возраста развита еще довольно слабо. Мышцы ребенка сокращаются медленнее мышц взрослого, а сами сокращения происходят через меньшие промежутки времени. Поскольку мышцы ребенка более эластичны, при сокращении они более укорачиваются, а при растяжении больше удлиняются.

Этими особенностями мышечной системы объясняется, почему дети быстро утомляются, но их физическое утомление быстро проходит. Поэтому для ребенка нежелательны длительные мышечные напряжения и однообразные статические нагрузки.

Плавание является адекватной для детского организма физической нагрузкой, поскольку в цикле плавательных движений напряжение и расслабление мышечных групп последовательно чередуются.

Занятия плаванием благотворно влияют на важнейшие системы жизнеобеспечения ребенка.

2-3 года	<input type="checkbox"/> Передвижения в воде шагом, бегом, прыжками, держась за поручень и без поддержки, на носках, спиной вперед, приставным шагом; <input type="checkbox"/> Передвижения по бассейну вдоль границ, по кругу в прямом направлении; <input type="checkbox"/> Действия с предметами: плавательной доской, мячом (бросить, догнать, принести, прокатить по воде). <input type="checkbox"/> Погружения в воду до плеч, шеи, подбородка, глаз. <input type="checkbox"/> Погружения в воду с головой, задерживая дыхания, с выдохом в воду, дуть на воду.
3-4 года	<input type="checkbox"/> Передвижения в воде шагом, бегом, прыжками, держась за поручень и без поддержки, на носках, спиной вперед, приставным шагом; мелким и широким шагом; с высоким подниманием колен; спиной вперед; с заданиями (руки к плечам, вперед, вверх, с остановкой по сигналу и т.п). <input type="checkbox"/> Передвижения по бассейну вдоль границ, по кругу в прямом направлении; <input type="checkbox"/> Действия с предметами: плавательной доской, мячом (бросить, догнать, принести, прокатить по воде). <input type="checkbox"/> Погружения в воду до плеч, шеи, подбородка, глаз. <input type="checkbox"/> Погружения в воду с головой, задерживая дыхания, с выдохом в воду, дуть на воду. <input type="checkbox"/> Скольжения на животе – держась за руки преподавателя, держась за плавательную доску.
4-5 лет	Передвижения в воде шагом: на носках; приставными шагами; мелким и широким шагом; с высоким подниманием колен; спиной вперед; с заданиями (руки к плечам, вперед, вверх, с остановкой по сигналу и т.п). <input type="checkbox"/> Передвижения в воде бегом: в колонне по одному; парами; на носках. <input type="checkbox"/> Передвижения прыжками: на обеих ногах; со сменой ног; с поворотом кругом. Погружения в воду до уровня шеи, подбородка, глаз; с головой; задерживая дыхание на вдохе, делать выдох в воду. <input type="checkbox"/> Скольжения на животе – держась руками за поручень; за плавательную доску; лежать на воде свободно: принять положения «звездочка», «медуза». Совершенствовать технику плавания кролем на груди при помощи работы ног, с выдохом в воду

5-6 лет	<input type="checkbox"/> Передвижение в воде шагом, бегом, прыжками с движениями рук постепенным усложнением условий. <input type="checkbox"/> Погружения в воду с опорой, держась за бортик. Полное погружение без опоры с закрытыми глазами и попытками открывать глаза. <input type="checkbox"/> Скольжение на груди без и с работой ног; с опорой о поручень, плавательную доску. <input type="checkbox"/> Скольжение на спине – с опорой о плавательную доску; лежать на спине; скользить на спине отталкиваясь от бортика.
6-7 лет	<input type="checkbox"/> Передвижения в воде шагом: гимнастический шаг; приставной шаг; шаг продольной и поперечной «змейкой». <input type="checkbox"/> Передвижения в воде бегом: в медленном темпе без помощи рук и помогая себе руками, выполняя гребковые движения; спиной вперед. <input type="checkbox"/> Прыжки с ноги на ногу, выбрасывая ноги вперед. <input type="checkbox"/> Погружения в воду: с головой; собирать предметы, разбросанные по дну бассейна; нырять. <input type="checkbox"/> Скольжение на животе с поворотом головы для вдоха и с задержкой дыхания. <input type="checkbox"/> Скольжение на спине с работой ног, сочетать движение рук и ног и дыхания <input type="checkbox"/> Совершенствовать технику плавания кролем на груди при помощи работы ног, с выдохом в воду (с плавательной доской)

1.6. Планируемые результаты.

Программа подразумевает:

- ☐ Умение осознанно использовать различные виды движений на воде
- ☐ Плавать разными способами
- ☐ Интерес к данному виду деятельности

Ожидаемые результаты:

- ☐ Преодоление водобоязни
- ☐ Освоение различных видов движений в воде
- ☐ Повышение эмоционально-положительного тонуса в течении длительного времени

Реализация рабочей программы предполагает оценку индивидуального развития детей, которая проводится в рамках педагогического мониторинга в ходе наблюдений за активностью детей при выполнении упражнений в бассейне. Мониторинг индивидуального развития детей проводится два раза в год – в сентябре и мае.

Инструментарием для мониторинга являются *карты наблюдений детского развития* (Приложение 2), позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка в ходе физического развития.

Результаты педагогической диагностики используются для :

- 1) индивидуализации образования, т.е. поддержки ребенка, построения его образовательной траектории, коррекции особенностей его развития;
- 2) оптимизации работы с группой детей.

В ходе образовательной деятельности создаются педагогические ситуации, чтобы оценить индивидуальную динамику детей и скорректировать свои действия

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Планирование образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка в образовательной области «Физическое развитие»

Цель: приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость, которые способствуют правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

2.1.1. Первый год обучения.
Календарно тематическое планирование в ясельной группе.
возраст 2- 3 года

№	Сроки	Задачи	Кол. часов	Мероприятия
1.	Сентябрь	1.Провести экскурсию в бассейне, познакомить с новым помещением, дать представление о том, чем занимаются в бассейне.	1	Игры на суше: «Карусели» «Найди свой домик» «Кораблики» «Найди себе пару»
		2. Рассказать о работе инструктора и медсестры бассейна.		
		3. Показать инвентарь и игрушки, рассказать о том, как их используют на занятиях.	1	
		4. Провести экскурсию на занятие старших детей.		
		5. Показать, как можно играть, плавать в бассейне.	1	
		6.Рассказать о технике безопасности на занятиях и в помещении бассейна.	1	
		7. Показать, как плавают или тонут игрушки.	1	
2.	Октябрь	1.Обучить опусканию лица в воду.	2	Игры в воде: «Догоните меня» «Солнышко и дождик»
		2.Обучить различным видам передвижений в воде.	2	
3.	Ноябрь	1.Обучить передвижению по дну бассейна, опустив лицо в воду.	2	Игры в воде: «Карусели» «Кораблики» «Рыбки резвятся»
		2.Совершенствовать передвижения по дну бассейна прыжками.	2	
		3. Совершенствовать приседания в воде.		
4.	Декабрь	1. Обучить погружению под воду с головой, с опорой, с задержкой дыхания.	3	Игры в воде: «Хоровод» «Найди свой домик»
		2. Обучить однократному выдоху в воду.		
		3.Совершенствовать передвижение в воде по дну бассейна изученными ранее способами в сочетании с движениями рук, опустив лицо в воду.	1	
5.	Январь	1. Обучать погружению под воду с головой, с опорой и без с задержкой дыхания .	2	«жучок паучок»
		2.Совершенствовать различные виды передвижений.	2	
6.	Февраль	1. Обучать детей принимать горизонтальное положение на груди и на спине с помощью взрослого.	2	«Качели» «Пузырь»
		2.Дыхательные упражнения.	2	
7.	Март	1. Обучить многократным выдохам в воду.	2	
		2.Обучать принимать горизонтальное положение на груди и на спине.	2	

8.	Апрель	1.Совершенствовать самостоятельное погружение под воду с головой. 2.Совершенствовать выполнение выдохов в воду. 3.Совершенствовать различные виды передвижений в воде.	4	Игра по итогам года «Что мы умеем».
9.	Май	1.Совершенствовать технику выполнения упражнений на освоение с водой. 2. Совершенствовать выполнение выдохов в воду.	4	«Найди свой домик» «Кораблики» «Рыбки резвятся»
		Итого	37	

2.1.2. Второй год обучения.

Календарно тематическое планирование во второй младшей группе. возраст 3-4 года

№	Сроки	Задачи	Кол. часов	Мероприятия
1.	Сентябрь	1.Провести экскурсию в бассейне, познакомить с новым помещением, дать представление о том, чем занимаются в бассейне. 2. Рассказать о работе инструктора и медсестры бассейна.	1	Игры на суше: «Карусели» «Найди свой домик» «Кораблики» «Найди себе пару»
		3. Показать инвентарь и игрушки, рассказать о том, как их используют на занятиях. 4. Провести экскурсию на занятие старших детей.	1	
		5. Показать, как можно играть, плавать в бассейне.	1	
		6.Рассказать о технике безопасности на занятиях и в помещении бассейна.	1	
		7. Показать, как плавают или тонут игрушки.	1	
2.	Октябрь	1.Обучить опусканию лица в воду.	2	Игры в воде: «Догоните меня» «Солнышко и дождик»
		2.Обучить различным видам передвижений в воде.	2	
3.	Ноябрь	1.Обучить передвижению по дну бассейна, опустив лицо в воду.	2	Игры в воде: «Карусели» «Кораблики» «Рыбки резвятся»
		2.Совершенствовать передвижения по дну бассейна прыжками.	2	
		3. Совершенствовать приседания в воде.		
4.	Декабрь	1. Обучить погружению под воду с головой, без опоры, с задержкой дыхания. 2. Обучить однократному выдоху в воду.	3	Игры в воде: «Хоровод» «Найди свой домик»
		3.Совершенствовать передвижение в воде по дну бассейна изученными ранее способами в сочетании с движениями рук, опустив лицо в воду.	1	
5.	Январь	1.Обучать технике выполнения упражнений на освоение с водой («поплавок», «звездочка», «медуза»).	2	«жучок паучок»
		2.Совершенствовать различные виды передвижений.	2	
6.	Февраль	1. Обучать детей принимать горизонтальное положение на груди и на спине.	2	«Качели» «Пузырь»
		2.Дыхательные упражнения.	2	
7.	Март	1. Обучить многократным выдохам в воду.	2	
		2.Обучить принимать горизонтальное положение на груди и на спине.	2	

8.	Апрель	1.Совершенствовать самостоятельное погружение под воду с головой. 2.Совершенствовать выполнение выдохов в воду. 3.Совершенствовать различные виды передвижений в воде.	4	Спортивная эстафета по итогам года «Что мы умеем».
9.	Май	1.Совершенствовать технику выполнения упражнений на освоение с водой. 2. Совершенствовать выполнение выдохов в воду.	4	«Нырни в обруч» ¹⁰
		Итого	37	

2.1.3. Третий год обучения.

Календарно тематическое планирование в средней группе. возраст 4-5 лет

№	Сроки	Задачи	Кол. часов	Мероприятия
1.	Сентябрь	1.Провести экскурсию в бассейне, познакомить с новым помещением, дать представление о том, чем занимаются в бассейне. 2.Рассказать о работе инструктора и медсестры бассейна.	1	Игры на суше: «Карусели» «Сердитая рыбка» «Пузырь»
		3. Показать инвентарь и игрушки, рассказать о том, как их используют на занятиях. 4. Провести экскурсию на занятие старших детей.	1	
		5. Показать, как можно играть, плавать в бассейне.	1	
		6. Рассказать о технике безопасности на занятиях и в помещении бассейна. 7.Показать, как плавают или тонут игрушки.	2	
2	Октябрь	1. Обучить различным видам передвижений в воде. 2. Обучить погружению под воду с головой, без опоры, с задержкой дыхания.	2	Досуг соревнование на воде «Путешествие лягушонка Кваки» «Водолаз»
		3.Дыхательные упражнения.	1	
3	Ноябрь	1. Обучать самостоятельному лежанию на груди в воде.	2	«Мячики»
		2. Совершенствовать передвижения по дну бассейна прыжками. 3. Способствовать развитию подвижности плечевых суставов.	2	
4	Декабрь	1. Обучить скольжению в воде на груди и на спине.	1	Игровые упражнения: «Ледокол» «Островки»
		2. Обучить работать ногами, как при плавании способом кроль на груди у неподвижной опоры.	1	
		3. Совершенствовать навык погружения под воду с головой.	2	
5	Январь	1. Совершенствовать работу ног, как при плаванию способом кроль на груди и на спине у неподвижной опоры. 2. Совершенствовать скольжение на груди и на спине.	3	Эстафета «Кто быстрее». «Ворона», «Водолаз»
		3. Дыхательные упражнения.	1	

6	Февраль	1. Обучить скольжению на груди с выдохом в воду.	2	«Я плаваю»
		2. Совершенствовать навык самостоятельного скольжения на груди и на спине.	2	
7	Март	1. Обучить скольжению на груди и на спине с работой ног, как при плавании кролем.	2	Физкультурно-оздоровительный праздник «Я здоровым быть хочу».
		2. Совершенствовать скольжение с выдохом в воду. 3. Совершенствовать работу ног, как при плавании способом кроль, на груди и на спине.	2	
8	Апрель	1. Обучить плаванию кролем на груди при помощи одних ног, с выдохом в воду (с поддержкой).	1	Спортивная эстафета по итогам года.
		2. Совершенствовать навык выполнения скольжений на груди и на спине с работой ног кролем.	1	
		3. Дыхательные упражнения.	2	
9	Май	1. Совершенствовать технику плавания кролем на груди при помощи работы ног, с выдохом в воду (с плавательной доской).	2	«Смелые ребята» «Нырни в обруч»
		2. Воспитывать организованность и самостоятельность.	2	
		Итого	37	

2.1.4. Четвёртый год обучения.
Календарно тематическое планирование в старшей группе.
возраст 5-6 лет

№	Сроки	Задачи	Кол. часов	Мероприятия
1.	Сентябрь	1. Провести экскурсию в бассейн.	1	
		2. Рассказать о технике безопасности на занятиях и в бассейне.	1	
		3. Учить самостоятельно готовиться к занятиям.	3	
2.	Октябрь	1. Обучить погружению в воду.	1	«Морской бой» «Я плаваю»
		2. Обучить технике выполнения упражнений «поплавок», «звезда», «медуза».	1	
		3. Совершенствовать передвижение по дну бассейна разными способами.	2	
3	Ноябрь	1. Обучить скольжению на груди и на спине при помощи работы ног, как при плавании способом кроль.	1	Досуг - соревнования на воде «Путешествие лягушонка Кваки».
		2. Дыхательные упражнения.	1	
		3. Совершенствовать навык самостоятельного горизонтального лежания в воде на груди и на спине.	2	
4		1. Обучить скольжению на груди и на спине в сочетании с выдохом в воду.	1	Спортивный праздник на воде

	Декабрь	2. Обучить скольжению на груди с доской в руках с движением ног как при плавании кролем. 3. Совершенствовать навык погружения под воду без опоры.	1	«Приключения Водяного под Новый год».
5	Январь	1. Дыхательные упражнения:	4	«Одуванчик», «Льдинка», «Дудочка», «Насос», «Киты»,
6	Февраль	1. Обучить плаванию кролем на груди при помощи одних ног, с выдохом в воду.	2	«Качели» «Пловцы»
		2. Обучить движениям руками в плавании на груди.	1	
		3. Совершенствовать навык выполнения скольжений на груди и на спине с работой ног кролем.	1	
7	Март	1. Обучить технике плавания кролем на груди и на спине без выноса рук из воды.	2	«Поезд в туннель» «Я плыву»
		2. Совершенствовать технику плавания способом кроль на груди при помощи одних ног, с выдохом в воду, опираясь о плавательную доску.	2	
8	Апрель	1. Обучить работе рук, как при плавании способом кроль на груди и на спине.	2	Физкультурно-оздоровительный праздник «Я здоровым быть хочу».
		2. Совершенствовать технику плавания кролем на груди и на спине без выноса рук из воды. 3. Совершенствовать технику плавания кролем на груди и на спине при помощи работы ног.	2	
9	Май	1. Обучить согласованию работы рук и ног при плавании способом кроль на груди и на спине у неподвижной опоры.	2	Праздник Нептуна. Спортивная эстафета по итогам года.
		2. Совершенствовать технику плавания кролем на спине при помощи работы рук. 3. Совершенствовать технику плавания облегченным кролем на груди и на спине.	2	
		Итого	37	

2.1.5. Пятый год обучения.

Календарно тематическое планирование в подготовительной группе. возраст 6-7 лет

№	Сроки	Задачи	Кол. часов	Мероприятия
1.	Сентябрь	1. Провести экскурсию в бассейн. Рассказать о правилах поведения в бассейне.	5	Игровые упражнения на суше: «Сорока», «Дать-дать», «Солнышко», «Домик
2.	Октябрь	1. Совершенствовать горизонтальное лежание в воде на груди и на спине. 2. Совершенствовать работу ног, как при плавании способом кроль на груди и на спине у неподвижной опоры.	4	«Поплавок» «Звезда» «Катера»

3.	Ноябрь	1. Обучить скольжению на груди и на спине.	2	«Поезд в туннель»
		2. Обучить технике выполнения упражнений «поплавок», «звезда», «медуза».	1	
		3. Способствовать привитию навыков личной гигиены.	1	
3	Декабрь	1. Обучить технике плавания облегченным кролем на груди, с выдохом в воду.	1	«Пловцы» Спортивный праздник «Приключения Водяного под Новый год»
		2. Обучить технике плавания облегченным кролем на спине.	1	
		3. Способствовать развитию гибкости. 4. Воспитывать смелость и решительности.	2	
4	Январь	1. Обучить скольжению на груди с доской в руках с движением ног как при плавании кролем.	2	«На буксире» «Катера» «Морской бой»
		2. Обучить плаванию облегченным кролем на груди (с выносом рук из воды на задержке дыхания).	1	
		3. Способствовать воспитанию скоростно - силовых способностей. 4. Воспитывать самостоятельность и активность	1	
5	Февраль	1 Совершенствовать плавания облегченным кролем на груди, с выдохом в воду. 2. Совершенствовать скольжения кролем на груди и на спине при помощи работы ног.	2	«Карасик и щука» «Невод» «Карусели»
		3. Способствовать повышению сопротивляемости организма пониженным температурам внешней среды.	2	
6	Март	1. Обучить плаванию облегченным кролем на спине.	2	«Пятнашки с поплавком» Физкультурно-оздоровительный праздник «Я хочу быть здоровым»
		2. Способствовать развитию гибкости. 3. Способствовать формированию правильной осанки. 4. Воспитывать смелость и решительность.	2	
7	Апрель	1. Совершенствовать согласование работы рук, ног и дыхания при плавании облегченным кролем на груди.	2	Спортивная эстафета по итогам года. «Рыбка в сетке»
		2. Совершенствовать технику плавания кролем на спине без выноса рук из воды.	1	
		3. Способствовать формированию мышечного корсета. 4. Воспитывать доброжелательность и чувство товарищества в группе.	1	
8	Май	1. Совершенствовать согласование работы рук и ног при плавании способом кроль на груди и на спине.	2	«Нептун в гостях у дошколят» «Морской бой»
		2. Способствовать закаливанию детского организма. 3. Способствовать развитию координационных возможностей.	2	
		Итого	37	

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Организация образовательной деятельности по плаванию

Цикл занятий по обучению дошкольников плаванию включает в себя: для детей 2-3 лет 37 занятия (1 раз в неделю), для детей 3-4 лет 37 занятия (1 раз в неделю), 4-7 лет 37 занятий в год (1 раз в неделю). Вторник - санитарный день.

Образовательная нагрузка в группе распределяется следующим образом (СанПиН 2.4.1.3049-13):

Возрастная группа	Продолжительность непрерывной образовательной деятельности	Максимально допустимый объем образовательной деятельности
Ясельная группа 2-3 года	Не более 15 минут	в первую половину дня не превышает 25 минут
2 младшие группы 3- 4 года	не более 15 минут	в первую половину дня не превышает 30 минут
Средние группы 4-5 лет	не более 20 минут	в первую половину дня не превышает 40 минут
Старшие группы 5-6 лет	не более 25 минут	в первой половине дня не превышает 45 мин и во вторую половину дня не более 25 минут
Подготовительные группы 6 – 7 лет	не более 30 минут	в первой половине дня не превышает 1,5 часа и во вторую половину дня не более 30 минут

Учебный план образовательной деятельности по обучению плаванию

№ п/п	Возрастная группа	Кол-во занятий в нед/мес	Кол-во занятий в год
1	Ясельная группа	1/4	37
2	Вторые младшие группы	1/4	37
3	Средние группы	1/4	37
4	Старшие группы	1/4	37
5	Подготовительные группы	1/4	37

Норма загрузки плавательного бассейна, согласно СанПиН 2.1.2.1188-03

«Плавательные бассейны. Гигиенические требования к устройству, эксплуатации и качеству воды. Контроль качества»:

- ❖ 25-метровый бассейн — 8 — 10 чел. на 1 дорожку;
- ❖ площадь зеркала воды на одного ребенка не менее 3 м²

Площадь зеркала воды бассейна ДООУ составляет 30 м², следовательно бассейн могут посещать дети подгруппой из 8-10 человек. Температура воды в бассейне 30-32 градуса.

3.2. Материально-технические условия.

Бассейн расположен в основном здании учреждения и расположен на первом этаже. Внутренние помещения бассейна спроектированы в соответствии с принципом поточности: раздевалка — душ — зал с чашей бассейна. Имеется туалет. Детям предоставляются трусы для плавания, полотенца, мочалки, которые проходят соответствующую сан - гигиеническую обработку в прачечной МБДООУ.

Чаша бассейна - общая площадь бассейна 62,9 м.; глубина - 0,8 метров.

Оборудование для детей: плавательные доски, круги, нарукавники, мячи, обручи, плавательные игрушки, коврики для занятий на суше, свисток, секундомер, спасательный шест (длина 2,5 м.). К помещениям бассейна относится **кабинет инструктора**, в котором имеется рабочий стол, стулья, шкаф.

3.3. Методическое обеспечение.

1. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Богина Т.Л. Обучение плаванию в детском саду. — М.: Просвещение, 1991 г.
2. Воронова Е.К. «Программа обучения плаванию в детском саду». — СПб.: Детство - Пресс, 2010 г.
3. Еремеева Л.Ф. «Научите ребенка плавать» — СПб.: Детство - Пресс, 2005 г.

3.4. Взаимодействие с родителями воспитанников.

Не всегда и не все родители поддерживают и одобряют закаливание детей, обучение их плаванию. Некоторые боятся, что их дети могут простудиться и заболеть, другие — что с ними произойдет несчастный случай. Причины этого явления неосведомленность родителей, недооценка ими значения плавания для укрепления здоровья детей, незнание условий организации и методики проведения занятий по плаванию, а также самих родителей плавать, боязнь воды. Поэтому одной из важных задач инструктора по обучению плаванию является широкая пропаганда плавания среди родителей.

Формы работы с родителями.

Название мероприятия	Цель мероприятия	Сроки проведения
<ul style="list-style-type: none"> Родительское собрание «Роль и значение плавания в развитие детей дошкольного возраста» Фотовыставка «Учимся плавать» 	Объяснить значение плавания на развитие, оздоровление детей; помочь научить детей правилам гигиены и поведения в бассейне; объяснить о важности регулярного посещения занятий по плаванию.	Сентябрь Октябрь
<ul style="list-style-type: none"> Рекомендации по режиму дня, литературе по закаливанию. Дать комплекс упражнений на освоение с водой и комплекс специальных упражнений пловца для приобретения 	Объяснить роль родителей в помощи по оздоровлению и закаливанию ребёнка; Помочь детям преодолеть страх перед водой.	Ноябрь
<ul style="list-style-type: none"> Буклеты «Я здоровым быть хочу». 	Формирование сознательного и активного отношения к физическому воспитанию, оздоровлению и закаливанию детей, а также к правилам здорового образа жизни.	Декабрь Январь.
<ul style="list-style-type: none"> Соревнования, посвященные Дню Защитника отечества «Быстрые, сильные, ловкие». 	Привлечь к активному участию в решении организационных задач и определить единые подходы в воспитании дошкольников.	Февраль Март.
<ul style="list-style-type: none"> День открытых дверей: спортивная эстафета и фотовыставка по итогам года «Что мы умеем». Итоговое родительское собрание. 	Повысить знания родителей о физическом воспитании - в частности о плавании; привлечь к активному участию в решении организационных задач и определить единые подходы в воспитании дошкольников.	Апрель Май

3.5. Взаимодействие со специалистами ДОУ.

Взаимодействие с воспитателями:

- изучение индивидуальных психофизических особенностей в развитии воспитанников групп.
- подготовка, организация и проведение спортивных праздников, развлечений и досугов.

- помощь в подборке и размещении информационного материала для родителей.

Взаимодействие с музыкальным руководителем:

- музыкальное сопровождение на спортивных мероприятиях.

Взаимодействие с медицинскими работниками:

- определение физкультурной группы, группы здоровья

- пропаганда здорового образа жизни.

- профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата и сердечно-сосудистой системы.

- профилактика травматизма.

- соблюдение санитарного состояния помещений бассейна (уборка, проветривание)

3.6. Правила посещения бассейна

➤ **КТО МОЖЕТ ПОСЕЩАТЬ ЗАНЯТИЯ В БАССЕЙНЕ:**

Для допуска к занятиям плаванием требуется:

1. Письменное разрешение родителей

2. Справка от врача-педиатра

Противопоказаниями для посещения могут стать:

- ◆ Наличие у ребенка открытых ран или кожных заболеваний
- ◆ Заболевания глаз и ЛОР - органов
- ◆ Инфекционные заболевания
- ◆ Туберкулез легких в активной форме
- ◆ Ревматические поражения сердца в стадии обострения
- ◆ Язвенная болезнь желудка или 12-перстной кишки

➤ **ЧТО НУЖНО ДЛЯ ПОСЕЩЕНИЯ БАССЕЙНА В ДЕТСКОМ САДУ:**

Длинный махровый халат с капюшоном (с карманом желательно)

Резиновая обувь

Резиновая шапочка

Купальный костюм (по желанию)

Очки для плавания (по желанию)

Все купальные принадлежности дети приносят с собой в день занятий. После занятия все вещи кладут в отдельные пакеты. Вещи уносятся домой.

➤ **ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ БАССЕЙНА В ДЕТСКОМ САДУ:**

Перед заходом воду принимается душ с мылом.

Родители следят за гигиеной детей, длиной ногтей на руках и ногах, чистотой волос.

Ребенок не идет на занятие, если плохо себя чувствует.

Перерыв между занятиями в бассейне составляет 20 мин, для проведения уборки.

Перерыв между бассейном и прогулкой на улице (или уходом домой) составляет 40- 50 минут. В тёплое время года сроки могут изменяться.

Список литературы

1. Александрова В.А., Рябчук Ф.Н., Красновская М.А. «Закаливание, массаж, гимнастика». –М., «ЭКСМО», Санкт Петербург «СОВА», 2003.
2. Аквааэробика/ Е.А. Яных В.А. Захаркина. –М. :АСТ; Донецк: Сталкер, 2006.-127с.
3. Большакова И.А. «Маленький дельфин. Нетрадиционная методика обучения плаванию детей дошкольного возраста». –М., «АРКТИ», 2005.
4. Бутин И.М. Викулов А.Д. Развитие физических способностей детей. –М.: Изд-во ВЛАДОС- ПРЕСС, 2002.
5. Булгакова Н.Ж. Плавание. –М. : ФиС, 1999.
6. Васильев В.С. «Обучение детей плаванию» –М., «Ф и С», 1989.
7. Велитченко В.К «Физкультура для ослабленных детей». –М., «ТЕРРАА Спорт», 2000.
8. Воронова Е.К. «Обучение плаванию в детском саду» .СПб, Детство-пресс, 2010, 80с.
9. Дорошенко И В. «Учись плавать». –М., «Советский спорт», 1989.
10. Еремеева Л.Ф. «Научите ребенка плавать». - Санкт Петербург «Детство-пресс», 2005.
11. Журнал «Инструктор по физической культуре» №1, 2009г. «Обучение плаванию способом брасс» с.55.
12. Журнал «Инструктор по физической культуре» №1, 2009г. «Организация оздоровительной работы с детьми в условиях ДОУ», с. 69.
13. Занятия с малышами в детском саду (Модель воспитания детей раннего возраста). – М, ЛИНКА – ПРЕСС, 2004. -216с.
14. Лоуренс Д. Аквааэробика. Упражнения в воде / Пер. с англ. Н. Озерова. – М. ФАИР- ПРЕСС, 2000.- 256с.
15. Лечебная физкультура и врачебный контроль: Учебник под ред. В.А. Епифанов, Г.Л. Апанасенко. –М., Медицина, 1990.
16. Милюкова И.В., Евдокимова Т.А. «Лечебная гимнастика при нарушениях осанки у детей». –М., «ЭКСМО», Санкт Петербург «СОВА», 2004.

17. Осокина Т.И. «Как научить детей плавать» – М., «Просвещение», 1985.
18. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Богина Т.Л. «Обучение плаванию в детском саду» под ред., –М., «Просвещение», 1991.
19. "От рождения до школы" - примерная общеобразовательная программа дошкольного образования /под редакцией Т.С. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

Приложение №1

Игры для освоения с водой

Цапли. Дети, войдя в воду по колени, ходят, высоко поднимая ноги.

Дровосек в воде. Дети (6—7 чел.), стоя в кругу в воде по колени, расставляют ноги шире плеч, складывают руки «в замок», поднимают их над головой, затем резко наклоняются вперед — «разрубают воду».

Покажи пятки. На мелком месте дети опираются руками о дно, выпрямляются и вытягивают ноги назад так, чтобы на поверхности воды были видны пятки.

Катание на круге. Ребенок надевает на себя надувной резиновый круг или садится на него и катается, подгребая руками как веслами.

Буря в море. Участники игры располагаются в колонну по одному в определенном месте бассейна. По команде «Начинается буря! - все разбегаются в разные стороны (убегают от волн), а по команде «Буря утихла!» занимают исходное положение.

Насос. Играющие встают парами и берутся за руки. По сигналу они начинают попеременные приседания, погружаясь в воду с головой и делая выдох. Запрещается сходить со своего места, мешать друг другу. Продолжительность игры не более 2 мин.

Ныряние за игрушками. На дне лежат игрушки. Ныряльщики имеют задание достать их со дна. Когда все игрушки найдены, ведется подсчет. Побеждает тот, кто поднял со дна большее количество игрушек.

Игры для освоения передвижений в воде.

Водолазы. Дети встают у бортика с одной стороны бассейна. Преподаватель разбрасывает по дну бассейна тонущие игрушки. По сигналу водолазы погружаются в воду и стараются собрать как можно больше предметов.

Морской бой. Играющие делятся на две команды и выстраиваются двумя шеренгами в воде напротив друг друга. По сигналу преподавателя участники начинают брызгать водой в противника, стараясь заставить его отступить. Кто повернется спиной к противнику, выбывает из дальнейшей борьбы.

Выигрывает шеренга, в которой игроки окажутся более стойкими и сохранят до конца определенный строй.

Поплавок. Находясь в воде, участник игры, сделав вдох, приседает на дно. Затем, обхватив руками колени, прижимает подбородок к груди, изображая поплавок. Если вдох был глубоким, то тело поднимается на поверхность. Не изменяя положение, игрок считает, например, до десяти, после чего становится ногами на дно.

Приложение №1

Игры для овладения навыком скольжения.

Звездочка. Дети делают глубокий вдох, ложатся спиной на воду (руки в стороны, ноги врозь).

Стрелка. Дети делают глубокий вдох, ложатся спиной на воду (руки вверх, ноги вместе, носки оттянуты).

Буксир. Выполняется парами (и на груди и на спине): один делает «стрелку», другой буксирует его, взяв за руки.

Катера. Дети, держась за плавательную доску, ложатся на воду и скользят на груди, работая ногами

Скольжение на дальность. После прыжка со старта соревнующийся старается проскользить по воде как можно дальше. Запрещается любая помощь в продвижении вперед. Лицо остается в воде. Измеряют расстояние от стартовой стенки до кончиков пальцев при выныривании лица. При равном расстоянии решает время.

Торпеда. В воде двое детей берутся за руки, стоя лицом друг к другу (ноги согнуты в коленях, с опорой на ступни). По сигналу оба опекают руки и, одновременно оттолкнувшись ногами, скользят по поверхности воды на спинах.

1.6. Особенности физического развития детей с нарушением зрения.

Детям с нарушением зрения посещать занятия плаванием можно. Плавание способствует улучшению функциональных возможностей нервной системы, ее вегетативной функции, повышению нервных процессов.

У детей с нарушением зрения отмечается существенное снижение кровотока в сосудах глаза и ослабление аккомодационной способности (способность глаза приспособляться или устанавливаться к предметам, находящимся от него на различных расстояниях). Систематическое применение физических нагрузок (упражнений): бег, плавание в комплексе со специальной тренировкой способствуют значительному повышению уровня выносливости и оказывают благоприятное влияние на все аккомодационные способности глаз.

Еще недавно при миопии врачи строго ограничивали физическую активность, но в последнее время стали давать прямо противоположные рекомендации. Выяснилось, что занятия физкультурой повышают работоспособность цилиарной мышцы, укрепляют склеру глаз и приостанавливают прогрессирование близорукости. Правда, в зависимости от её степени физическую нагрузку приходится дозировать и периодически посещать окулиста.

Однако, имеются некоторые запрещающие двигательные элементы, для детей с нарушением зрения, которые нужно иметь ввиду, при проведении занятий по плаванию.

Запрещено! Любые упражнения с отягощениями, прыжки и прыжки в воду (кроме близорукости слабой степени), резкие наклоны туловища, т.к. во время тренировок возможны сильные сотрясения туловища и натуживание, что может вызвать дальнейшее прогрессирование заболевания и различные осложнения.

Противопоказанием к занятиям плаванием является осложненная близорукость.

Полезно! Детям с близорукостью до -6 диоптрий полезны все типы циклических упражнений – бег в медленном темпе, ходьба, плавание и особенно спортивные игры.

Важно! Физическая нагрузка должна быть небольшой – сильное утомление может вызвать нарушение кровообращения в глазах.

Приложение 2

Карты мониторинга овладения навыками плавания по программе обучения плаванию в детском саду Е.К. Вороновой

Вторая младшая группа №

№ п/п	Ф.И. ребенка	Вход в воду с помощью взрослого		Упражнен ия на дыхание		Игровое упражнен ие		Скольжен ия на животе		Работа ногами		Ходьба		Прыжки		Бег		Погружен ие лица в воду		Общий балл		Средняя оценка	
		с	и	с	и	с	и	с	и	с	и	с	и	с	и	с	и	с	и	с	и	с	и
1.																							
2.																							

17.																							
	Итого:																						

Средняя группа №

№ п/п	Ф.И. ребенка	Вход в воду самостоят ельно		Ходьба		Игровое упражнен ие		Упражнен ие на дыхание		Работа ногами		Скольжен ие на животе		Прыжки		Бег		Погружен ие лица в воду		Общий балл		Средняя оценка	
		с	и	с	и	с	и	с	и	С	и	с	и	с	и	с	и	с	и	с	и	с	и
1.																							
2.																							
..																							
17																							
	Итого:																						

Приложение 2

Старшая группа №

№ п/п	Ф.И. ребенка	Вход в воду самостоятельно		Упражнение на дыхание		Работа ногами в стиле «кроль»		Скольжение на груди		Скольжение на спине		Игра		Свободное плавание		Бег		Погружение в воду с головой		Общий балл		Средняя оценка	
		с	и	с	и	с	и	с	и	с	и	с	и	с	и	с	и	с	и	с	и	с	и
1.																							
2.																							
...																							
17.																							
	Итого:																						

Подготовительная группа №

№ п/п	Ф.И. ребенка	Вход в воду самостоятельно		Упражнение на дыхание		Работа ногами в стиле «кроль»		Скольжение на груди		Скольжение на спине		Игра		Свободное плавание		Бег		Погружение в воду с головой		Общий балл		Средняя оценка	
		с	и	с	и	с	и	с	и	с	и	с	и	с	и	с	и	с	и	с	и	С	и
1.																							
2.																							
...																							
17.																							
	Итого:																						

Приложение 2

	Сентябрь 2019		Май 2020		Уровни оценки:	Критерии оценки:
Высокий		%		%	Высокий 3	высокий 2,6-3 балла
Средний		%		%	Средний 2	средний 2-2,5 балла
Ниже среднего		%		%		ниже среднего 1,6-1,9 балла
Низкий		%		%	Низкий 1	низкий 1-1,5 балла

Инструктор по ФИЗО (бассейн) _____

Сводная диагностическая таблица итоговых показателей по обучению плаванию детей

Возрастные группы	Кол-во детей		Высокий уровень		Средний уровень		Ниже среднего уровень		Низкий уровень	
	старт	итог	старт	итог	старт	итог	старт	итог	старт	итог
Вторая младшая группа №										
Вторая младшая группа №										
Вторая младшая группа №										
Средняя группа № 1										
Средняя группа №										
Средняя группа №										
Старшая группа №										
Старшая группа №										
Старшая группа										
Подготовительная группа №										
Подготовительная группа №										
Подготовительная группа №										
Итого:										