

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад пристра и оздоровления №38 «Аленький цветочек»  
города Набережные Челны Республики Татарстан

СОГЛАСОВАНО  
Старший воспитатель

МБДОУ №38 «Аленький цветочек»  
Набу Е.В.Набок

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий



МБДОУ №38 «Аленький цветочек»  
Ю.В.Иванова

ГODOVOЙ ПЛАН  
ЕЛЛЫК ПЛАН

ИНСТРУКТОР ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ  
(ПО ОБУЧЕНИЮ ДЕТЕЙ ПЛАВАНИЮ)  
НА 2025 – 2026 учебный план  
Галиуллиной Нурии Локмановны

г. Набережные Челны



**Цель:** создание условий для охраны и укрепления физического здоровья детей.

**Задачи:**

- ✓ способствовать получению элементарных знаний о своем организме, способах укрепления собственного здоровья;
- ✓ приобщать детей к здоровому образу жизни;
- ✓ формировать интерес к занятиям плаванию.

| №п/п | Мероприятия                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Срок                                                                                    |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| I.   | <p><b><u>Работа с детьми:</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Обследование уровня физического развития, физической подготовленности по плаванию</li> <li>2. Индивидуально- коррекционная работа с детьми</li> <li>3. Учебное занятие по обучению плаванию в соответствии с программой</li> <li>4.Разработка учебного материала всех групп.</li> <li>5. Использование упражнений на дыхание: выдохи сериями, медленный выдох, выдох через нос, задержка дыхания в воде в игровых упражнениях.</li> </ol>                                                                                                                                                   | <p>Октябрь, январь, май</p> <p>В течение года.</p> <p>В течение года.</p>               |
| II.  | <p><b><u>Физкультурно-оздоровительная работа:</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Использование упражнений на дыхание: выдохи сериями, медленный выдох, выдох через нос, задержка дыхания в воде (в играх и игровых упражнениях);</li> <li>2.Профилактика плоскостопия и нарушения осанки средствами специальных упражнений на суше (хождение по специальной дорожке) и в воде у детей старших и подготовительных групп ( руки- брасс, волна);</li> <li>3.Использование плавания в ластах, аэробики, комбинированного плавания.</li> <li>4. Закаливающие процедуры, дыхательные гимнастика, пальчиковая гимнастика, самомассаж.</li> </ol>                 | <p>В течение года.</p> <p>Январь - май.</p> <p>Февраль - май.</p> <p>В течение года</p> |
| III. | <p><b><u>Организация мероприятий на воде:</u></b></p> <p><b><u>Развлечения:</u></b></p> <p>«К нам гости пришли» для младших групп</p> <p>«Любим плавать и нырять» развлечение для средних и старших групп</p> <p>«Веселые старты» подготовительные группы</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <p>Октябрь</p> <p>Декабрь</p> <p>Апрель</p>                                             |
| IV.  | <p><b><u>Работа с родителями:</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Проведение экскурсии по бассейну. Ознакомление с задачами обучения. Что нужно для посещения бассейна в детском саду.</li> <li>2.Индивидуальные беседы, консультации для родителей, нуждающихся в укреплении здоровья своих детей</li> <li>3Консультации: <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Как выбрать вид спорта»</li> <li>- «Босохождение»;</li> <li>- «Правильная осанка – гарант здоровья ваших детей».</li> </ul> </li> <li>4. Дни открытых дверей: <ul style="list-style-type: none"> <li>«Значение плавания в детском саду в жизни вашего ребенка»</li> </ul> </li> </ol> | <p>Сентябрь</p> <p>По запросу род.</p> <p>Декабрь</p> <p>Март</p>                       |



|      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                          |
|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|      | <p>5. Посещение групповых родительских собраний:<br/> - «Задачи обучения плаванию в возрастных группах»;<br/> 6. Подготовка и размещение информации в родительские уголки.<br/> 7. Буклет «Здоровыми быть хотим или совет доктора Неболейкина»<br/> 8. Оформление памятки «В здоровом теле – здоровый дух»</p>                                                                                                                                                                                                      | <p>В течение года.</p> <p>Сентябрь-октябрь.</p>                                                                          |
| V.   | <p><b><u>Работа с педагогами:</u></b><br/> - Консультация «Взаимодействие инструктора по плаванию с педагогами ДОУ в процессе реализации задач образовательных областей «Плавания» и «Здоровье»;<br/> Буклет «Сундучок бабушкиных игр»<br/> - Индивидуальные консультации с молодыми педагогами.<br/> Консультация «Здоровья, и мы! Как научить дошкольников вести ЗОЖ»<br/> «Гигиена и воспитание детей»<br/> Участие в массовых соревнованиях города: кросс нации, лыжня России, настольный теннис, волейбол.</p> | <p>Февраль</p> <p>В течение года.</p> <p>В течение года</p>                                                              |
| VI.  | <p><b><u>Повышение уровня квалификации:</u></b><br/> - Выступления на семинарах и конференциях города и региона.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <p>В течение года.</p>                                                                                                   |
| VII. | <p><b><u>Информационно-методическая работа:</u></b><br/> 1. Пополнение библиотеки методической литературой<br/> 2. Составление плана индивидуальной коррекционной работы<br/> 3. Участие в работе МО, семинарах, конференциях.<br/> 4. Приобрести новое спортивное оборудование (тонущие игрушки, надувные игрушки, кораблики, мячики большие и маленькие);<br/> 5. Провести анкетирование с родителями: «Значение плавания в детском саду в жизни вашего ребенка».<br/> 6. Оформление информационных стендов</p>   | <p>В течение года<br/>Октябрь</p> <p>В течение года<br/>Сентябрь- октябрь</p> <p>В течение года</p> <p>Раз в квартал</p> |

|       |                                                   |            |    |
|-------|---------------------------------------------------|------------|----|
| 4.1.  | Оформление выключателя для работы в режиме «Пуск» | Канмуулуна | LA |
| 4.2.  | Оформление выключателя для работы в режиме «Стоп» | Канмуулуна | LA |
| 4.3.  | Оформление выключателя для работы в режиме «Пуск» | Канмуулуна | LA |
| 4.4.  | Оформление выключателя для работы в режиме «Стоп» | Канмуулуна | LA |
| 4.5.  | Оформление выключателя для работы в режиме «Пуск» | Канмуулуна | LA |
| 4.6.  | Оформление выключателя для работы в режиме «Стоп» | Канмуулуна | LA |
| 4.7.  | Оформление выключателя для работы в режиме «Пуск» | Канмуулуна | LA |
| 4.8.  | Оформление выключателя для работы в режиме «Стоп» | Канмуулуна | LA |
| 4.9.  | Оформление выключателя для работы в режиме «Пуск» | Канмуулуна | LA |
| 4.10. | Оформление выключателя для работы в режиме «Стоп» | Канмуулуна | LA |
| 4.11. | Оформление выключателя для работы в режиме «Пуск» | Канмуулуна | LA |
| 4.12. | Оформление выключателя для работы в режиме «Стоп» | Канмуулуна | LA |
| 4.13. | Оформление выключателя для работы в режиме «Пуск» | Канмуулуна | LA |
| 4.14. | Оформление выключателя для работы в режиме «Стоп» | Канмуулуна | LA |
| 4.15. | Оформление выключателя для работы в режиме «Пуск» | Канмуулуна | LA |
| 4.16. | Оформление выключателя для работы в режиме «Стоп» | Канмуулуна | LA |
| 4.17. | Оформление выключателя для работы в режиме «Пуск» | Канмуулуна | LA |
| 4.18. | Оформление выключателя для работы в режиме «Стоп» | Канмуулуна | LA |
| 4.19. | Оформление выключателя для работы в режиме «Пуск» | Канмуулуна | LA |
| 4.20. | Оформление выключателя для работы в режиме «Стоп» | Канмуулуна | LA |

Прошнуровано  
 Пронумеровано, скреплено  
 печатью  
 3 (три) листов  
 Заведующий МБДОУ №38  
 Ю.В. Иванова

