

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
« Центр развития ребенка – детский сад № 86 «Электроник» города Набережные  
Челны Республики Татарстан.

Введено в действие  
Приказом заведующего МБДОУ  
Центр развития ребенка – детский сад  
№ 86 « Электроник»  
« 2 » сентября 2024г. № 139



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ  
Центр развития ребенка-детский  
сад № 86 « Электроник»  
Г.Р. Давлетшина

Рассмотрено и принято  
на заседании Педагогическо-  
го совета .Центр развития ребен-  
ка-детский сад № 86 « Электроник»  
« 29 » августа 2024 г  
протокол № 1

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ  
«ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» (плавание)  
ДЛЯ ДЕТЕЙ 3-7 ЛЕТ  
НА 2024-2025 учебный год.**

Составитель: Салахова Н.В. инструктор по физической культуре  
1 кв.категории.

## **СОДЕРЖАНИЕ**

### **1.ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

#### **1.1.Пояснительная записка**

#### **1.2.Результаты освоения основной образовательной Программы дошкольного образования**

### **2.СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

Вариативная часть

### **3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

#### **УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

**Психолого-педагогические условия реализации Программы**

**Развивающая предметно-пространственная среда**

**Программы.....**

**Методические материалы и пособия к Программе**

#### **ПРИЛОЖЕНИЯ**

**Приложение 1**

**Приложение 2**

**Приложение 3**

# **I. Целевой раздел.**

## **1.1 Пояснительная записка**

Программа обучения плаванию дошкольников возрастом от 3-7 лет является составляющей основной общеобразовательной программы дошкольного образовательного учреждения.

Основное внимание направлено на ознакомление ребенка с водой, ее свойствами (плотностью, вязкостью, прозрачностью), адаптация к водной среде, безбоязненное и уверенное передвижение в воде в различных исходных положениях, умение совершать простейшие действия в воде, играть.

Согласно требованиям ФГОС, воспитательно-образовательный процесс осуществляется (строится) на адекватных дошкольному возрасту формах работы и видах детской деятельности, которыми являются игры и игровые задания, экспериментирование, беседы, наблюдения, решение проблемных ситуаций, конкурсы, проектная деятельность и др.

Программа обеспечена учебно-методическим комплектом, системой мониторинга и апробирована широкой практикой.

Рабочая программа (далее - Программа) разработана в соответствии с основной образовательной программой (далее ООП) МБДОУ «Детский сад №75 «Электроник», в соответствии с введением в действие ФГОС ДО, отражает особенности содержания образовательной области «Физическое развитие». Программа разработана с учетом Программы «Мир открытий» под редакцией Н.Е Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

### **Цели и задачи реализации Программы:**

**Цель** – разностороннее развитие ребёнка в период дошкольного детства с учётом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций.

#### **Задачи:**

1. Приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям российского народа.
2. Создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей.
4. Создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учётом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей.
5. Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.
6. Обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма.

7. Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности.
8. Достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования.

## **Нормативно-правовая база общеобразовательной программы ДОУ**

### **На федеральном уровне:**

1. Федеральный закон от 24 сентября 2022 г. № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статью 1. Федерального закона «Об обязательных требованиях Российской Федерации».
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 25 ноября 2022 г. № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования»
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2022 г. N 874 «Об утверждении порядка разработки и утверждении Федеральных основных общеобразовательных программ».
4. Приказ министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального образовательного стандарта дошкольного образования».
5. СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
6. СанПин 2.1.3678-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к эксплуатации помещений, зданий, сооружений, оборудования и транспорта, а также условия деятельности хозяйствующих субъектов, осуществляющих продажу товаров, выполнения работ или оказания услуг».
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
8. Приказ Министерства просвещения РФ от 31.07.2020 г. № 373 «Об утверждении **Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования** (с изменениями на 1 декабря 2022 года)

### **На региональном уровне:**

1. Закон «Об образовании» Республики Татарстан № 68-ЗРТ от 22.07.2013 г.;
2. Закон Республики Татарстан «О государственных языках Республики Татарстан и других языках в Республике Татарстан» от 08.07.1992 г. № 1560-ХП (с изменениями от 06.04.2023 г. № 24-ЗРТ)

### **На уровне ДО:**

1. Устав муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №86 «Электроник» (утвержден от 11.05.2017 года, № 6167); с изменениями от 05.11.2018 №5911.от 25.12.2020 №7305
2. Лицензия Серия РО № 019054, регистрационный № 985 от 11 апреля 2011 года;
3. Свидетельство о государственной аккредитации (АА 140250 регистрационный № 6/248 от 28 апреля 2009 года);
4. ООП муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №86 «Электроник» в соответствии с ФГОС ДО (на переходный период).

### **Приоритетные направления Программы:**

- развитие потребности в движении, здоровом образе жизни;
- сохранение и укрепление психофизического здоровья дошкольника;
- развитие плавательных навыков с учетом индивидуальных и возрастных особенностей детей, обучение осознанному выполнению упражнений;
- создание условий для личностного роста ребенка, обогащение его двигательного опыта и осознанный перенос разученных движений в самостоятельную деятельность;
- ознакомление дошкольников с водными видами спорта, выдающимися спортсменами России, Татарстана, г. Набережные Челны;
- совместная работа семьи и ДОУ по адаптации детей к водной среде, приобщению к активному здоровому образу жизни.

### **Цели и задачи рабочей Программы:**

**ЦЕЛЬ:** разностороннее развитие ребёнка в период дошкольного детства с учётом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций. Формирование плавательных навыков дошкольников в условиях ДОУ.

## **ЗАДАЧИ:**

### **Оздоровительные:**

1. Совершенствование механизма терморегуляции, повышающего устойчивость организма к воздействиям внешней среды и, прежде всего, к температурным изменениям.
2. Разностороннее психофизическое развитие всех систем и функций организма.
3. Формирование правильной осанки, укрепление свода стопы.

### **Образовательные:**

1. Формирование плавательных умений и навыков, обогащение двигательного опыта.
2. Развитие физических качеств (силы, ловкости, выносливости, гибкости, быстроты); двигательных (функции равновесия, координации движений) и индивидуальных способностей детей.
3. Формирование системы знаний о видах и способах плавания, об оздоровительном воздействии плавания на организм, безопасном поведении на воде.

### **Воспитательные:**

1. Воспитание культурно-гигиенических навыков.
2. Воспитание нравственных (доброты, чувство взаимопомощи, сочувствия, справедливости, ответственности и т.д.) и морально-волевых качеств (смелость, настойчивость, решительность, самообладание и т.д.).
3. Формирование интереса и любви к спорту, физическим упражнениям, подвижным играм.

Реализация содержания всех образовательных областей основывается на следующих принципах:

### **Принципы и подходы к формированию Программы**

1. Построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
2. Содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей

младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников 3 (далее вместе - взрослые);

3. Признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

4. Поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

5. Взаимодействие с семьей в целях осуществления полноценного развития детей, создания равных условий их образования независимо от материального достатка семьи, места проживания, языковой и культурной среды, этнической принадлежности;

6. Приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;

7. Формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка в различных видах деятельности;

8. Возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);

9. Учёт этнокультурной ситуации развития детей.

Программа:

— направлена на охрану и укрепление здоровья детей, их разностороннее развитие (физическое, социально-коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое);

— соответствует принципу развивающего образования;

— сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости;

— отвечает критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяет решать поставленные цели и задачи только на необходимом и достаточном материале, максимально приближаться к разумному минимуму);

— обеспечивает единство воспитательных, развивающих, обучающих и оздоровительных целей и задач процесса образования дошкольников, при реализации которых формируются знания, умения и навыки, имеющие отношение к развитию детей дошкольного возраста;

— обеспечивает преемственность с основными общеобразовательными программами дошкольного образования, исключая дублирование программных областей знаний и реализующую единую линию общего развития детей на этапах дошкольного детства;

— строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников;

— основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;

— предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной

- деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного учреждения;
- предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми.

### 1.3. Целевые ориентиры, сформулированные в ФОП дошкольного образования

Направления воспитания	Ценности	Целевые ориентиры
Патриотическое	Родина, природа	Любящий свою малую родину и имеющий представление о своей стране - России, испытывающий чувство привязанности к родному дому, семье, близким людям.
Духовно-нравственное	Жизнь, милосердие, добро	Различающий основные проявления добра и зла, принимающий и уважающий традиционные ценности, ценности семьи и общества, правдивый, искренний, способный к сочувствию и заботе, к нравственному поступку. Способный не оставаться равнодушным к чужому горю, проявлять заботу; Самостоятельно различающий основные отрицательные и положительные человеческие качества, иногда прибегая к помощи взрослого в ситуациях морального выбора.
Социальное	Человек, семья, дружба, сотрудничество	Проявляющий ответственность за свои действия и поведение; принимающий и уважающий различия между людьми. Владеющий основами речевой культуры. Дружелюбный и доброжелательный, умеющий слушать и слышать собеседника, способный взаимодействовать со взрослыми и сверстниками на основе общих интересов и дел.
Познавательное	Познание	Любознательный, наблюдательный, испытывающий потребность в самовыражении, в том числе творческом. Проявляющий активность, самостоятельность, инициативу в познавательной, игровой, коммуникативной и продуктивных видах деятельности и в самообслуживании. Обладающий первичной картиной мира на основе традиционных ценностей.
Физическое и оздоровительное	Здоровье, жизнь	Понимающий ценность жизни, владеющий основными способами укрепления здоровья -



		занятия физической культурой, закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены и безопасного поведения и другое; стремящийся к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих. Проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества. Демонстрирующий потребность в двигательной деятельности. Имеющий представление о некоторых видах спорта и активного отдыха.
Трудовое	Труд	Понимающий ценность труда в семье и в обществе на основе уважения к людям труда, результатам их деятельности. Проявляющий трудолюбие при выполнении поручений и в самостоятельной деятельности.
Эстетическое	Культура и красота	Способный воспринимать и чувствовать прекрасное в быту, природе, поступках, искусстве. Стремящийся к отображению прекрасного в продуктивных видах деятельности.

#### **1.4. Мониторинг достижения детьми планируемых результатов освоения Программы**

Диагностическая функция – одна из важнейших функций педагога, поскольку грамотное руководство развитием каждого ребенка, группы в целом, невозможно без изучения различных его сторон, индивидуальности и своеобразия.

Выделенные показатели отражают основные моменты развития дошкольников, те характеристики, которые складываются и развиваются в дошкольном детстве и обуславливают успешность перехода ребенка на следующий возрастной этап. Поэтому данные мониторинга – особенности динамики становления основных (ключевых) характеристик развития личности ребенка в дошкольном образовании – окажут помощь и педагогу начального общего образования для построения более эффективного взаимодействия с ребенком в период адаптации к новым условиям развития на следующем уровне образования.

Программа диагностики предусматривает следующие этапы:

**I Этап** – изучение общих анамнестических сведений о ребенка (состояние здоровья, наличие функциональных нарушений, перенесенные заболевания, текущая заболеваемость), выявление того, что может оказать, главным образом, негативное влияние на развитие ребенка.

**II Этап** – определение уровня плавательной подготовленности в ходе обследования сформированности плавательных навыков. Оцениваются качественные и количественные показатели.

**III Этап** – составление протоколов обследования.

**IV Этап** – анализ данных обследования и заключение по его итогам.

**V Этап** – подготовка психолого-педагогических рекомендаций, индивидуальных программ обучения ребенка.

## **1.5. Планируемые результаты освоения Программы**

Планируемые результаты освоения Федеральной программы представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребёнка дошкольного возраста на разных возрастных этапах и к завершению ДО.

Планируемые результаты в дошкольном возрасте.

К четырем годам:

ребёнок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям и подвижным играм;

ребёнок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;

ребёнок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;

ребёнок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и тому подобное, соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье;

ребёнок владеет элементарными нормами и правилами поведения, связанными с определенными разрешениями и запретами ("можно", "нельзя"), демонстрирует стремление к положительным поступкам;

ребёнок проявляет интерес к правилам безопасного поведения; осваивает безопасные способы обращения со знакомыми предметами ближайшего окружения;

ребёнок охотно включается в совместную деятельность со взрослым, подражает его действиям, отвечает на вопросы взрослого и комментирует его действия в процессе совместной деятельности;

ребёнок проявляет потребность в познавательном общении со взрослыми; демонстрирует стремление к наблюдению, сравнению, обследованию свойств и качеств предметов, к простейшему экспериментированию с предметами и материалами: проявляет элементарные представления о величине, форме и

количестве предметов и умения сравнивать предметы по этим характеристикам;

ребёнок знает об объектах ближайшего окружения: о родном населенном пункте, его названии, достопримечательностях и традициях;

ребёнок имеет представление о разнообразных объектах живой и неживой природы ближайшего окружения, выделяет их отличительные особенности и свойства, различает времена года и характерные для них явления природы, имеет представление о сезонных изменениях в жизни животных, растений и человека, интересуется природой, положительно относится ко всем живым существам, знает о правилах поведения в природе, заботится о животных и растениях, не причиняет им вред.

Плавательные навыки:

- приседание в воду до уровня подбородка;
- передвижение по дну бассейна шагом, бегом;
- игры в воде, хороводы;
- самостоятельные игры с игрушками.

К пяти годам:

ребёнок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности;

ребёнок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;

ребёнок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;

ребёнок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации;

ребёнок познает правила безопасного поведения и стремится их выполнять в повседневной жизни;

ребёнок самостоятелен в самообслуживании;

ребёнок проявляет словотворчество, интерес к языку, с интересом слушает литературные тексты, воспроизводит текст;

ребёнок имеет представление о разнообразных представителях живой природы родного края, их особенностях, свойствах объектов неживой природы, сезонных изменениях в жизни природы, явлениях природы, интересуется природой, экспериментирует, положительно относится ко всем живым существам, знает правила поведения в природе, стремится самостоятельно ухаживать за растениями и животными, беречь их.

Плавательные навыки:

- погружение в воду до уровня подбородка, глаз, с головой;
- свободное передвижение по дну бассейна шагом, бегом;
- движения ногами вверх-вниз, сидя в воде;
- опускание в воду лица;
- самостоятельные игры с игрушками;
- попытки плавать произвольным способом.

К шести годам:

ребёнок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;

ребёнок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявить творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;

ребёнок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;

ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов;

ребёнок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих;

в оценке поступков опирается на нравственные представления;

самостоятелен, инициативен в самообслуживании,

ребёнок владеет представлениями о безопасном поведении, соблюдает правила безопасного поведения в разных видах деятельности, демонстрирует умения правильно и безопасно пользоваться под присмотром взрослого бытовыми предметами и приборами, безопасного общения с незнакомыми животными, владеет основными правилами безопасного поведения на улице;

ребёнок проявляет познавательный интерес к населенному пункту, в котором живет, знает некоторые сведения о его достопримечательностях, событиях городской и сельской жизни; знает название своей страны, её государственные символы;

ребёнок проявляет интерес к игровому экспериментированию, развивающим и познавательным играм, в играх с готовым содержанием и правилами действует в точном соответствии с игровой задачей и правилами.

Плавательные навыки:

- погружение в воду с головой;
- движения ногами вверх-вниз, сидя в воде и лежа, опираясь руками;

- выполнение разнообразных движений руками в воде;
- всплытие и лежание на воде на груди и на спине;
- скольжение на груди и на спине;
- выдох в воду;
- плавание произвольным способом.

Планируемые результаты на этапе завершения освоения Федеральной программы (к концу дошкольного возраста):

у ребёнка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества;

ребёнок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;

ребёнок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;

ребёнок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пеших прогулках, осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;

ребёнок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;

ребёнок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;

ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;

ребёнок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;

ребёнок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям;

ребёнок соблюдает элементарные социальные нормы и правила поведения в различных видах деятельности, взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками;

ребёнок владеет средствами общения и способами взаимодействия со взрослыми и сверстниками; способен понимать и учитывать интересы и чувства других; договариваться и дружить со сверстниками; старается разрешать возникающие конфликты конструктивными способами;

ребёнок способен к осуществлению социальной навигации как ориентации в социуме и соблюдению правил безопасности в реальном и цифровом взаимодействии;

ребёнок имеет представление о жизни людей в России, имеет некоторые представления о важных исторических событиях Отечества; имеет представление о многообразии стран и народов мира;

ребёнок способен применять в жизненных и игровых ситуациях знания о количестве, форме, величине предметов, пространстве и времени, умения считать, измерять, сравнивать, вычислять и тому подобное;

ребёнок имеет представление о некоторых наиболее ярких представителях живой природы России и планеты, их отличительных признаках, среде обитания, потребностях живой природы, росте и развитии живых существ; свойствах неживой природы, сезонных изменениях в природе, наблюдает за погодой, живыми объектами, имеет сформированный познавательный интерес к природе, осознанно соблюдает правила поведения в природе, знает способы охраны природы, демонстрирует заботливое отношение к ней;

ребёнок выражает интерес к культурным традициям народа в процессе знакомства с различными видами и жанрами искусства; обладает начальными знаниями об искусстве;

ребёнок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, предлагает и объясняет замысел игры, комбинирует сюжеты на основе реальных, вымышленных событий, выполняет несколько ролей в одной игре, подбирает разные средства для создания игровых образов, согласовывает свои интересы с интересами партнеров по игре, управляет персонажами в режиссерской игре;

ребёнок проявляет интерес к игровому экспериментированию с предметами, к развивающим и познавательным играм, в играх с готовым содержанием и правилами может объяснить содержание и правила игры другим детям, в совместной игре следит за точным выполнением правил всеми участниками;

ребёнок способен планировать свои действия, направленные на достижение конкретной цели; демонстрирует сформированные предпосылки к учебной деятельности и элементы готовности к школьному обучению.

**Плавательные навыки:**

- погружение в воду с головой с открытыми глазами;
- движения ногами вверх-вниз, лежа на воде;
- скольжение на груди и на спине с движениями ног вверх-вниз;
- выполнение вдоха-выдоха сериями (3-10 раз подряд);
- плавание с надувной игрушкой или кругом в руках;
- гребковые движения руками;
- плавание произвольным способом длину бассейна.

### **Диагностика плавательных навыков**

Педагогическая диагностика достижений планируемых результатов направлена на изучение деятельностных умений ребёнка, его интересов, предпочтений, склонностей, личностных особенностей, способов взаимодействия со взрослыми и сверстниками. Она позволяет выявлять особенности и динамику развития ребёнка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности.

Планируемые результаты освоения основной образовательной программы ДО заданы как целевые ориентиры ДО и представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка на разных этапах дошкольного детства. Целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе и в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей и основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей. Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточной и итоговой диагностики.

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

- 1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребёнка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- 2) оптимизации работы с группой детей.

### **Методика обследования плавательных навыков Т.Казаковцевой, к.п.н.**

**Цель** – определение уровня плавательных способностей детей, степени сформированности плавательных умений и навыков.

**Задачи:**

1. Выявление плавательных способностей, умений и навыков детей.
2. Определение стратегических задач, форм, средств и методов обучения плаванию детей на учебный год.
3. Планирование индивидуальной работы с детьми по освоению и развитию плавательных умений и навыков.

#### **Опускание лица в воду с задержкой дыхания.**

Глубина воды: на уровне колен.

И.п.: стоя, держась одной рукой за поручень (бортик).

Выполнение: сделать вдох, задержать дыхание, опустить лицо в воду.

Длительность погружения на задержке дыхания фиксируется с момента опускания лица в воду и заканчивается в момент начала вдоха.

Группа					
Младшая			Средняя		
IX	I	V	IX	I	V
-	-	1,5-2,5	1,5-2,0	2,0-2,5	2,5-3,0

#### **Погружение в воду с головой с задержкой дыхания**

Глубина воды: на уровне пояса.

И.п.: стоя, держась рукой за поручень (бортик).

Выполнение: сделать вдох, задержать дыхание, присесть в воду с головой.

Длительность погружения на задержке дыхания фиксируется с момента погружения в воду с головой и заканчивается в момент начала вдоха.

Средняя			Старшая		
IX	I	V	IX	I	V
1,5-2,0-	2,0-2,5	2,5-3,0	3,0-4,0	5,0-7,0	8,0-10,0

### **Передвижение по дну бассейна на руках («Крокодил»), лицо в воде.**

Глубина воды: на уровне колен.

И.п.: лежа на воде, руки опираются на дно бассейна, лицо в воде.

Выполнение: передвижение в любом направлении. Регистрация времени начинается в момент опускания лица в воду, заканчивается в момент начала вдоха.

Средняя		
IX	I	V
-	3,0-4,0	4,0-5,0

### **1. Погружение в воду с головой с задержкой дыхания.**

Глубина воды: на уровне пояса.

И.п.: стоя, держась рукой за поручень (бортик).

Выполнение: сделать вдох, задержать дыхание, присесть в воду с головой.

Длительность погружения на задержке дыхания фиксируется с момента погружения в воду с головой и заканчивается в момент начала вдоха.

Группа								
Средняя			Старшая			Подготовительная		
IX	I	V	IX	I	V	IX	I	V
1,5-2,0-	2,0-2,5	2,5-3,0	3,0-4,0	5,0-7,0	8,0-10,0	8,0-10,0	10,0-12,0	12,0-15,0

### **2. Выдох в воду.**

Глубина воды: на уровне пояса.

И.п.: стоя, держась рукой за поручень (бортик).

Выполнение: сделать вдох, присесть в воду, выполнить выдох в воду.

Длительность выдоха фиксируется с момента появления первых пузырьков в воде до полного их исчезновения.

Группа
--------



Старшая			Подготовительная		
IX	I	V	IX	I	V
-	2,5-3,5	3,0-4,0	3,0-4,0	3,5-4,0	4,0-4,5

### 3. Выдох в воду сериями.

Глубина воды: на уровне пояса.

И.п.: стоя, держась одной рукой за поручень (бортик).

Выполнение: сделать вдох, присесть в воду, выполнить выдох. Встать, выполнить вдох, присесть, выполнить выдох в воду и т.д. Выдох должен быть полным, мощным.

Подготовительная группа		
IX	I	V
-	3-5 раз подряд	8-12 раз подряд

### 4. Лежание на воде на груди и на спине («Звезда»).

Глубина воды: на уровне пояса.

И.п.: стоя, ноги врозь, руки в стороны-вверх.

Выполнение: сделать вдох, лечь на груди (спину), лицо опустить в воду.

Фиксируется качество выполнения задания:

- упражнение выполнено качественно,
- упражнение выполнено с небольшими ошибками,
- упражнение не выполнено.

### 5. Всплывание («Поплавок»).

Глубина воды: на уровне пояса.

И.п.: о.с.

Выполнение: сделать вдох, присесть в воду, обхватить колени руками, прижать голову к груди, всплыть. Фиксируется качество выполнения задания:

- упражнение выполнено качественно,
- упражнение выполнено с небольшими ошибками,
- упражнение не выполнено.

### 6. Скольжение на груди и на спине («Стрела»).

Глубина воды: на уровне пояса.

И.п.: стоя, руки вверх, голова находится между руками.

Выполнение: сделать вдох, наклониться вперед, выполнить толчок ногами от бортика. Выполнить скольжение. Фиксируется качество выполнения задания:

- упражнение выполнено качественно,
- упражнение выполнено с небольшими ошибками,
- упражнение не выполнено.

### 7. Скольжение на груди и на спине с работой ног («Торпеда»).

Глубина воды: на уровне пояса.

И.п.: стоя, руки вверх, голова находится между руками.

Выполнение: сделать вдох, наклониться вперед, выполнить толчок ногами от бортика. Выполнить скольжение с работой ног способом «кроль». Фиксируется качество выполнения задания:

- упражнение выполнено качественно,
- упражнение выполнено с небольшими ошибками,
- упражнение не выполнено.

### **8. Скольжение на груди и на спине с работой рук.**

Глубина воды: на уровне пояса.

И.п.: стоя, одна рука вверх, другая - внизу.

Выполнение: сделать вдох, наклониться вперед, выполнить толчок ногами от бортика. Выполнить скольжение с работой рук способом «кроль». Фиксируется качество выполнения задания:

- упражнение выполнено качественно,
- упражнение выполнено с небольшими ошибками,
- упражнение не выполнено.

### **9. Плавание произвольным способом на груди и на спине.**

Глубина воды: на уровне пояса.

И.п.: стоя, одна рука сверху, другая - внизу.

Выполнение: сделать вдох, наклониться вперед, выполнить толчок ногами от бортика. Плыть произвольным способом, выполняя движения руками и ногами. Фиксируется расстояние и качество выполнения задания:

- упражнение выполнено качественно,
- упражнение выполнено с небольшими ошибками,
- упражнение не выполнено.

### **Методические рекомендации:**

1. Сроки проведения:
  - начальная – сентябрь;
  - промежуточная – январь;
  - заключительная – май.
2. Для выполнения каждого упражнения дается 1 попытка. Вторую попытку можно давать только в случае явно неудачной первой.
3. На основании результатов диагностики определяются «Группы готовности»:
  - «готов» - ребенок выполнил все нормативы или не выполнил 1;
  - «условно готов» - ребенок не выполнил 2-3 норматива;
  - «готов» - ребенок не выполнил 4 и более нормативов.

Диагностика должна обеспечить получение действительно объективных, достоверных данных, на основе которых будет строиться дальнейшая работа

педагога по обучению детей плаванию. В противном случае деятельность педагога не принесет положительных результатов и снизит интерес детей к двигательной деятельности.

## Календарь проведения диагностики плавательной подготовленности

Группа	Начальная диагностика	Промежуточная диагностика	Заключительная диагностика
<b>Младшая</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- отношение к воде;</li> <li>- передвижение в воде.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- поливание водой из лейки;</li> <li>- погружение в воду до уровня подбородка.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- опускание лица в воду;</li> <li>- ходьба и бег в различных направлениях;</li> <li>- самостоятельные игры с игрушками.</li> </ul>
<b>Средняя</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- передвижение в воде;</li> <li>- опускание лица в воду</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- передвижение в и.п. «Крокодил»;</li> <li>- опускание лица в воду;</li> <li>- движения ногами вверх-вниз, сидя на дне бассейна.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- погружение с головой;</li> <li>- передвижение различными способами;</li> <li>- попытки плавать произвольным способом;</li> <li>В и.п. «Крокодил»:</li> <li>- передвижение;</li> <li>- опускание лица в воду;</li> <li>- движения ногами вверх-вниз.</li> </ul>
<b>Старшая</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- погружение в воду с головой;</li> <li>В и.п. «Крокодил»:</li> <li>- передвижение;</li> <li>- опускание лица в воду;</li> <li>- движения ногами вверх-вниз.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- пассивное плавание на груди («Звезда», «Поплавок»);</li> <li>- скольжение на груди («Стрела»);</li> <li>- погружение в воду с головой;</li> <li>- выдох в воду.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- пассивное плавание на груди («Звезда», «Поплавок), на спине («Звезда»);</li> <li>- скольжение на груди, на спине («Стрела»);</li> <li>- скольжение на груди и на спине с движениями ног («Торпеда»);</li> <li>- плавание произвольным способом;</li> <li>- погружение в воду с головой;</li> <li>- выдох в воду.</li> </ul>

<b>Подготовительная</b>	- погружение с головой;	- погружение с головой	- погружение с головой
	- пассивное плавание на груди и на спине («Звезда», «Поплавок»);	открытыми глазами;	открытыми глазами;
	- скольжение на груди и на спине («Стрела»);	- скольжение на груди и на спине с движениями ног («Торпеда»);	- скольжение на груди и на спине с движениями ног («Торпеда»);
- выдох в воду.	- движения рук в скольжении на груди;	- движения рук в скольжении на груди и на спине;	- движения рук в скольжении на груди и на спине;
	- проплывание произвольным способом с опорой (длину бассейна);	- проплывание произвольным способом (длину бассейна);	- проплывание произвольным способом (длину бассейна);
	- выдох в воду сериями (3-5 раз подряд).	- выдох в воду сериями (3-5 раз подряд).	- выдох в воду сериями (8-12 раз подряд).

### Протокол обследования плавательных способностей младшая группа

№ п/п	Фамилия, имя ребенка	Отношение к воде (сентябрь)	Передвижение в воде		Поливание из лейки (январь)	Погружение до подбородка (январь)	Опускание лица (май)	Свободные игры с игрушками (май)
			(сентябрь)	(май)				

### Протокол обследования плавательных навыков средняя группа

№ п/п	Фамилия, имя ребенка	Передвижение в воде		Опускание лица в воду			Передвижение в и.п. «Крокодил»		Движения ногами вверх-вниз		Попытки плавать (май)
		(сентябрь)	(май)	(сентябрь)	(январь)	(май)	(январь)	(май)	(январь)	(май)	

**Протокол обследования плавательных навыков  
Старшая группа**

№ п/п	Фамилия, имя ребенка	Погружение в воду с головой			В и.п. «Крокодил» (сентябрь)			«Поплавок»		«Звезда» на груди		«Звезда» на спине (май)	«Стрела» на груди		«Стрела» на спине (май)	«Торпеда» (май)		Выдох в воду		Плавание произвольным способом (май)
		Сентябрь	Январь	май	Передвижение	Опускание лица	Движения ногами	Январь	май	январь	май		январь	май		На груди	На спине	Январь	май	

**Протокол обследования плавательных навыков  
Подготовительная к школе группа**

№ п/п	Фамилия, имя ребенка	Погружение в воду с головой			«Звезда» (сентябрь)		«Поплавок» (сентябрь)	«Стрела» (сентябрь)		Выдох в воду			«Торпеда» на груди		«Торпед а» на спине		«Мельница» на груди		«Мельница» на спине (Май)	Плавание произвольным способом	
		Сентябрь	Январь	Май	На груди	На спине		На груди	На спине	Сентябрь	Январь	Май	Январь	Май	На груди	На спине	Январь	Май		С опорой (январь)	Без опоры (май)

## II. Содержательный раздел

От 3 лет до 4 лет

**Основные задачи** образовательной деятельности в области физического развития:

обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;

развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал; формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность; укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;

закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.

**Содержание образовательной деятельности.**

Выполнять общеразвивающие, музыкально-ритмические упражнения по показу; создает условия для активной двигательной деятельности и положительного эмоционального состояния детей. Педагог воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания сообща, действуя в общем для всех темпе. Организует подвижные игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре.

Педагог продумывает и организует активный отдых, приобщает детей к здоровому образу жизни, к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки.

**1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения).**

Основные движения:

ходьба: ходьба в заданном направлении, небольшими группами, друг за другом по ориентирам (по прямой, по кругу, обходя предметы, враспынную, "змейкой", с поворотом и сменой направления); на носках; высоко поднимая колени, перешагивая предметы, с остановкой по сигналу; парами друг за другом, в разных направлениях; с выполнением заданий

бег: бег группами и по одному за направляющим, враспынную, со сменой темпа; по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; со сменой направления, с остановками, мелким шагом, на носках; в чередовании с ходьбой; убежание от ловящего, ловля убегающего;

прыжки: прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса: поднимание и опускание прямых рук вперед, отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно); переключивание предмета из одной руки в другую; хлопки над головой и перед собой; махи руками; упражнения для кистей рук;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: потягивание, приседание, обхватив руками колени; наклоны вперед и в стороны; сгибание и разгибание ног из положения сидя; поднимание и опускание ног из положения лежа; повороты со спины на живот и обратно;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: поднимание и опускание ног, согнутых в коленях; приседание с предметами, поднимание на носки; выставление ноги вперед, в сторону, назад;

музыкально-ритмические упражнения,

2) **Подвижные игры:** педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры. Воспитывает умение действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает).

3) Плавание: погружение в воду, ходьба и бег в воде прямо и по кругу, игры с плавающими игрушками в воде.

4) **Формирование основ здорового образа жизни:** педагог поддерживает стремление ребёнка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками; формирует первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).

5) **Активный отдых.**

Проведение мероприятий согласно годовому плану.

От 4 лет до 5 лет.

**Основные задачи** образовательной деятельности в области физического развития:

обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;

формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;

воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;

продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;



укреплять здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;

формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.

### **Содержание образовательной деятельности.**

Педагог формирует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр. Помогает точно принимать исходное положение, поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, помогает укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.

Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности, закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.

#### **1) Основная гимнастика** (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика).

Основные движения:

ходьба: ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа и направления);

бег: бег в колонне по одному, бег со сменой направления;

прыжки: прыжки на двух ногах на месте;

#### **2) Общеразвивающие упражнения:**

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью); сгибание и разгибание рук, махи руками; сжатие и разжимание кистей рук, вращение кистями; повороты головы вправо и влево, наклоны головы;

Повышаются требования к детям при выполнении общеразвивающих упражнений. Педагог предлагает выполнять общеразвивающие упражнения из разных исходных положений, в разном темпе (медленном, среднем, быстром) с предметами и без них.

Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения.

**3) Подвижные игры:** педагог продолжает закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх, поощряет желание выполнять роль водящего, развивает пространственную ориентировку, самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников; приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре).

Плавание: погружение в воду с головой, попеременные движения ног в воде, держась за бортик, доску, палку, игры с предметами в воде, доставание их со дна, ходьба за предметом в воде.

4) Формирование основ здорового образа жизни: педагог уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища), способствует пониманию детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения гигиены, закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Формирует первичные представления об отдельных видах спорта.

5) Активный отдых.

Физкультурные праздники и досуги: педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1-1,5 часов.

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и танцевальные упражнения.

**Досуги и праздники** могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, включать подвижные игры народов России.

Проведение мероприятий согласно годовому плану.

### 5 лет до 6 лет

**Основные задачи** образовательной деятельности в области физического развития:

обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр;

развивать психофизические качества, координацию, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;

воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;

продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;

укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;

расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений;

воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

**Содержание образовательной деятельности.**

Педагог совершенствует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, поддерживает детскую инициативу. Закрепляет умение осуществлять самоконтроль и оценку качества выполнения упражнений другими детьми; создает условия для освоения элементов спортивных игр, использует игры-эстафеты;

поощряет осознанное выполнение упражнений и соблюдение правил в подвижных играх; поддерживает предложенные детьми варианты их усложнения; поощряет проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками.

Организует для детей и родителей (законных представителей) физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.

**1) Основная гимнастика** (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика).

Основные движения:

ходьба: ходьба обычным шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе;

Педагог продолжает обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно); махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя;

Педагог поддерживает инициативу, самостоятельность и поощряет комбинирование и придумывание детьми новых общеразвивающих упражнений.

Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий.

**2) Подвижные игры:** педагог продолжает закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах, оценивает качество движений и поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность.

Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.

**Плавание:** с движениями прямыми ногами вверх и вниз, сидя на бортике и лежа в воде, держась за опору; ходьба по дну вперед и назад, приседая, погружаясь в воду до подбородка, до глаз, опуская лицо в воду, приседание под водой, доставая предметы, идя за предметами по прямой в спокойном темпе и на скорость; скольжение на груди, плавание произвольным способом.

**3) Формирование основ здорового образа жизни:** педагог продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Формировать представления о разных видах спорта и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности.

Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).

#### **4) Активный отдых.**

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры. Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, олимпиаде и другим спортивным событиям, включать подвижные игры народов России.

Проведение мероприятий согласно годовому плану.

### **6 лет до 7 лет.**

**Основные задачи** образовательной деятельности в области физического развития:

обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений;

поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде;

воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;

формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;

сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях;

воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.

**Содержание образовательной деятельности.**

Педагог создает условия для дальнейшего совершенствования основных движений, развития психофизических качеств и способностей, закрепления общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений и их комбинаций, спортивных упражнений, освоения элементов спортивных игр, игр-эстафет.

В процессе организации разных форм физкультурно-оздоровительной работы педагог обучает детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и давать оценку качества выполнения упражнений.

Поддерживает стремление творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности, самостоятельно организовывать и придумывать подвижные игры, общеразвивающие упражнения, комбинировать их элементы, импровизировать.

Педагог продолжает приобщать детей к здоровому образу жизни: расширяет и уточняет представления о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, оздоровительных мероприятиях, поддерживает интерес к физической культуре, спорту, активному отдыху, воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.

**1) Основная гимнастика** (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика).

Основные движения:

ходьба: ходьба обычная, с различными движениями рук, в различных построениях;

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднятие и опускание рук (одновременное, поочередное и последовательное) вперед, в сторону, вверх, сгибание и разгибание рук; сжатие пальцев в кулак и разжимание; махи и рывки руками; круговые движения вперед и назад.

Педагог проводит с детьми разнообразные упражнения с акцентом на качестве выполнения движений, в том числе, в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с разным мышечным напряжением и амплитудой, с музыкальным сопровождением.

Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, в физкультминутки.

**2) Подвижные игры:** педагог продолжает знакомить детей подвижным играм, поощряет использование детьми в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию подвижных игр (в том числе, игр с элементами соревнования, игр-эстафет), способствующих развитию психофизических и личностных качеств, координации движений, умению ориентироваться в пространстве.

Педагог поддерживает стремление детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей; побуждает проявлять смелость, находчивость, волевые качества, честность, целеустремленность. Поощряет творчество детей, желание детей придумывать варианты игр, комбинировать движения, импровизировать. Продолжает воспитывать сплоченность, взаимопомощь, чувство ответственности за успехи и достижения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать трудности. Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности.

**3) Спортивные игры:** педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

**4) Спортивные упражнения:** педагог продолжает обучать детей спортивным упражнениям.

Плавание: погружение в воду с головой с открытыми глазами, скольжение на груди и спине, двигая ногами (вверх - вниз); проплывание в воротца, с надувной игрушкой или кругом в руках и без; произвольным стилем (от 10-15 м); упражнения комплексов гидроаэробики в воде у бортика и без опоры.

**5) Формирование основ здорового образа жизни:** педагог расширяет, уточняет и закрепляет представления о факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья; разных видах спорта, спортивных событиях и

достижениях отечественных спортсменов. Дает доступные по возрасту представления о профилактике и охране здоровья, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, предметами, пользовании спортивным инвентарем, оборудованием). Приучает детей следить за своей осанкой, формирует представление о том, как оказывать элементарную первую помощь, оценивать свое самочувствие; воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье и самочувствии других людей.

#### **б) Активный отдых.**

Проведение мероприятий согласно годовому плану.

Досуги и праздники направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, должны иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, ярким спортивным событиям и достижениям выдающихся спортсменов.

НРК (младшая группа): -проявляют интерес к потешкам, пальчиковым играм, считалкам, загадкам - используют в повседневной жизни.

УМК (средняя группа):

— проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, обсуждают пользу закаливания и занятий физической культурой;

Слова: исэнмесез, сау бул, куян, песи, малай, кыз, керегез, утырыгыз, син кэм?, кил монда, бу нэрсэ?

Пассивный словарь: утырыгыз, син кем?, басыгыз, ал, ничэ?, нинди?

*(Старшая группа):*

Слова: : исэнмесез, сау бул, куян, песи, малай, кыз, керегез, утырыгыз, син кэм?, басыгыз, ал, ничэ?, нинди?, Бер, ике, оч, дурт, биш, алты, жиде, сигез, тугыз, ун, зур, кечкенэ (бэлэкэй), бу нэрсэ?, кызыл, зэнгэр, ары, яшел, ки, сал, рэхмэт, сау бул.

Пассивный словарь: утырыгыз, син кем?, басыгыз, ал, ничэ?, нинди?, бу нэрсэ?, хэерле кон?, куп.

*(Подготовительная группа):*

Слова: исэнмесез, сау бул, куян, песи, малай, кыз, керегез, утырыгыз, син кэм?, басыгыз, ал, ничэ?, нинди?, Бер, ике, оч, дурт, биш, алты, жиде, сигез, тугыз, ун, зур, кечкенэ (бэлэкэй), бу нэрсэ?, кызыл, зэнгэр, ары, яшел, ки, сал, рэхмэт, сау бул.

Пассивный словарь: утырыгыз, син кем?, басыгыз, ал, ничэ?, нинди?, бу нэрсэ?, хэерле кон, куп.

## **2.2.Содержание образовательной деятельности в соответствии с образовательными областями**

### **Младший возраст (3-4 года)**

#### **Задачи:**

#### 1. Социально-коммуникативное развитие:

- формирование основ гражданственности и патриотизма: обогащение представления детей о малой родине;
- формирование основ безопасного поведения: развитие интереса к правилам безопасного поведения.

#### 2. Формирование навыков плавания:

- адаптация к водной среде, ознакомление со свойствами воды;
- обучение передвижению в воде шагом, бегом со сменой направления, преодолевая сопротивление и сохраняя равновесие;
- обучение владению своим телом в непривычной среде, ориентировке в ней;
- обучение погружению в воду до уровня груди, подбородка;

#### 3. Развитие санитарно-гигиенических навыков:

- учить принимать душ, пользуясь мылом; вытираться полотенцем после посещения бассейна;
- Приучать, аккуратно складывать вещи в шкафчик, самостоятельно одеваться.

### **Средний возраст (4-5 лет)**

#### **Задачи:**

#### 1. Социально-коммуникативное развитие:

— формирование основ гражданственности и патриотизма: воспитание уважительного отношение к Родине, символам страны, памятным датам; воспитание гордости за достижения страны в области спорта, науки, искусства и других областях; развитие интереса детей к основным достопримечательностями населенного пункта, в котором они живут.

— формирование основ безопасного поведения: обогащение представления детей об основных источниках и видах опасности в быту, на улице, в природе, в общении с незнакомыми людьми.

#### 2. Формирование навыков плавания:

- ознакомление со свойствами воды, преодоление водобоязни;

- обучение передвижению в воде различными способами на разной глубине;
- обучение передвижению в и.п. «Крокодил»;
- обучение погружению в воду с головой на задержке дыхания, умению владеть своим телом в непривычной среде, ориентировке в ней;
- ознакомление со скольжением в воде на груди и на спине;
- обучение попеременной работе ног по типу кроля сидя на дне бассейна;
- ознакомление с техникой выдоха в воду.

### 3. Развитие санитарно-гигиенических навыков:

- учить принимать душ, пользуясь мылом; насухо последовательно вытираться полотенцем после посещения бассейна;
- приучать аккуратно складывать вещи в шкафчик, самостоятельно одеваться.

## **Старший возраст (5-6 лет)**

### 1. Социально-коммуникативное развитие:

- формирование основ гражданственности и патриотизма: воспитание уважительного отношения к Родине, к людям разных национальностей, проживающим на территории России, их культурному наследию; ознакомление детей с содержанием государственных праздников и традициями празднования, развитие патриотических чувств, уважения и гордость за поступки героев Отечества, достижения страны;
- формирование основ безопасного поведения: формирование осмотрительного отношения к потенциально опасным для человека ситуациям.

### 2. Формирование навыков плавания:

- развитие умения взаимодействовать с водной средой;
- развитие свободного передвижения в воде различными способами на разной глубине;
- развитие навыка погружения в воду с головой;
- обучение пассивному плаванию (всплывание, лежание) на груди и на спине;
- обучение скольжению на груди и на спине:
  - а) с различным положением рук;
  - б) в сочетании с выдохом в воду;
- формирование навыка ритмичной работы ног:
  - а) сидя на дне бассейна;
  - б) лежа на воде с опорой руками;



- обучение энергичному полному выдоху в воду;
- ознакомление с различными стилями плавания.

### 3. Развитие санитарно-гигиенических навыков:

- развивать осознанное отношение к выполнению санитарно-гигиенических требований;
- воспитывать аккуратность, чистоплотность.

Закрепление правил безопасного поведения в бассейне, воспитание

## **Подготовительная к школе группа (6-7 лет)**

### **Задачи:**

#### 1. Социально-коммуникативное развитие:

- формирование основ гражданственности и патриотизма: воспитание патриотических и интернациональных чувств, уважительного отношения к Родине, к представителям разных национальностей, интереса к их культуре и обычаям; расширение представлений детей о государственных праздниках и поддержание интереса детей к событиям, происходящим в стране, развитие чувства гордости за достижения страны в области спорта, науки и искусства, служения и верности интересам страны; развитие интереса детей к населенному пункту, в котором живет, переживания чувства удивления, восхищения достопримечательностями, событиями прошлого и настоящего; поощрение активного участие в праздновании событий, связанных с его местом проживания;
- формирование основ безопасного поведения: формирование осмотрительного отношения к потенциально опасным для человека ситуациям.

#### 2. Формирование навыков плавания:

- совершенствование навыка передвижения в воде на разной глубине различными способами;
- совершенствование навыка погружения в воду с открытыми глазами;
- совершенствование навыка пассивного плавания (всплывания, лежания) на груди и на спине;
- совершенствование навыка скольжения на груди и на спине:
  - а) с различным положением рук;
  - б) в сочетании с дыханием;
- совершенствование координационного навыка при работе ног:
  - а) в скольжении на груди;
  - б) в скольжении на спине;
  - в) с различным положением рук;

- формирование координационного навыка при работе рук:
    - а) в скольжении на груди;
    - б) в скольжении на спине;
  - обучение сочетанию движений рук и ног в скольжении на груди и на спине:
    - а) с поддерживающими средствами;
    - б) без поддерживающих средств;
  - обучение произвольному способу плавания (по выбору ребенка), в т.ч. и комбинированному;
  - формирование навыка ритмичного дыхания (3-10 раз подряд).
3. Развитие санитарно-гигиенических навыков:
- формирование осознанного отношения к выполнению санитарно-гигиенических требований до и после посещения бассейна;
  - воспитание аккуратности, чистоплотности, потребности в чистоте.

### **Самостоятельная деятельность детей**

#### **Физическое развитие:**

- свободное плавание выбранным способом;
- самостоятельная организация подвижных игр, плавательных движений.

#### **Социально-коммуникативное развитие:**

- самостоятельная исследовательская деятельность;
- проведение совместных спортивных праздников и развлечений.

#### **Познавательное развитие:**

- самостоятельные игры-опыты с водой;
- проектная деятельность.

#### **Речевое развитие:**

- разучивание считалок, потешек, песенок;

#### **Художественно-эстетическое развитие:**

- рисование на заданную тему («Спорт», «Спортивные сооружения», «Наш бассейн» и т.д.);
- рассматривание иллюстраций, картинок, фотографий о спорте, Олимпиаде и т.д.

## **Предметно-развивающая образовательная среда**

Среда является важным фактором воспитания и развития ребенка. Оборудование бассейна и вспомогательных помещений должно быть безопасным, здоровьесберегающим, эстетически привлекательным и развивающим. Игрушки должны обеспечивать максимальный для данного возраста развивающий эффект.

### **Формы работы с детьми**

Воспитательно-образовательный процесс условно подразделен на:

- организованную образовательную деятельность;
- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных моментов;
- самостоятельную деятельность;
- взаимодействие с семьей.

Образовательный процесс должен основываться на адекватных возрасту формах работы с детьми. Выбор формы зависит от контингента и возраста воспитанников, опыта и творческого подхода педагога.

### **Взаимодействие с семьей**

#### **Основные формы взаимодействия с семьей:**

**Взаимодействие с семьей** – анкетирование, индивидуальные беседы.

**Информирование родителей о ходе образовательного процесса** – индивидуальные и групповые консультации, родительские собрания, оформление информационных стендов (папок-передвижек, информационных папок, фоторепортажей, фотоальбомов и т.д.), приглашение на открытые мероприятия (занятия, развлечения, праздники).

**Образование родителей** – создание памяток, консультации, семинары-практикумы.

**Совместная деятельность** – привлечение родителей к организации развлечений, праздников, созданию семейных спортивных альбомов, участию в детской исследовательской и проектной деятельности.

## **II. Организационный раздел**

### **Особенности развития детей при осуществлении воспитательно-образовательного процесса на занятиях по плаванию**

Непосредственно образовательная деятельность по обучению плаванию включена в режим дня детского сада. Продолжительность занятий (СанПиН» 1.2.3685-21) по плаванию:

- II младшая группа – 15 минут
- средняя группа – 20 минут
- старшая группа – 20-25 минут
- подготовительная группа – 25 – 30 минут

Занятие проводится 1 раз в неделю по подгруппам. Дети могут посещать бассейн только при наличии разрешения врача-педиатра. Непосредственно перед посещением бассейна детей осматривает медицинская сестра бассейна. В холодный период года плавание в бассейне предпочтительно проводить после прогулки. При проведении занятий перед прогулкой для предупреждения переохлаждения детей необходимо предусмотреть промежуток времени между ними не менее 50 минут.

### **Организованная образовательная деятельность**

- игры, игровые упражнения;
- создание педагогических ситуаций, ситуаций морального выбора;
- беседы социально-нравственного содержания, ситуативные разговоры с детьми;
- изготовление предметов для игр, украшений для бассейна к развлечениям и праздникам;
- проектная деятельность, познавательно-исследовательская деятельность, экспериментирование;
- оформление выставок рисунков, фотовыставки;
- музыкально-ритмические движения, танцевальные композиции;
- занятия игровые, сюжетные, тематические, контрольно-диагностические, учебно-тренирующие;
- игры-опыты с водой;
- игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, народных песенок, считалок;
- аквааэробика;
- занятия «сухого» плавания;
- развлечения, спортивные праздники;
- соревнования;
- конкурсы, викторины.

## Оборудование бассейна:

### 1. Вспомогательные средства:

#### 1.1. Поддерживающие устройства:

- нарукавники - 10 шт.
- надувные круги - 10 шт.
- надувные игрушки - 20 шт.

#### 1.2. Игровой материал:

- игрушки и предметы плавающие различных форм и размеров - 20 шт.
- игрушки и предметы тонущие различных форм и размеров - 20 шт.
- игрушки и предметы с изменяющейся плавучестью - 10 шт.
- емкости для игр и опытов с водой, обливания - 20 шт.
- мячи резиновые различных размеров - 20 шт.
- мячи надувные различных размеров - 10 шт.

### 2. Специальное оборудование и инвентарь:

- доски пенопластовые - 12 шт.
- ласты - 10 пар
- лопатки - 10 пар
- нудлс - 9 шт.
- разделительная дорожка, 8 м - 1 шт.
- обручи - 2 шт.
- поручень стационарный, 5 м - 1 шт.
- судейский свисток - 1 шт.
- секундомер - 1 шт.
- термометр комнатный - 3 шт.
- термометр для воды - 2 шт.

### 3. Оборудование и инвентарь для массажа БАТ:

— резиновые массажные коврики	- 15 шт.
— пластмассовые массажные коврики	- 10 шт.
— массажные мячи	- 10 шт.
— шарики и массажеры Су-джок	- 20 шт.

### 3.2. Комплексно-тематическое планирование по плаванию

Тема праздника, события	Задачи	Вид деятельности в соответствии с интеграцией образовательных областей	Формы, методы и приемы работы
До свидания, лето, здравствуй, осень (20 августа – 10 сентября)	1. Вызвать радость у детей от начала занятий в бассейне, поделиться новостями как ты провел лето, где был, как отдыхал. 2. Формировать дружеские доброжелательные отношения между детьми.	- Коммуникативный. -Познавательно-исследовательский. - Двигательный. - Трудовой. - Музыкально-художественный. -Чтение художественной литературы.	1. Беседы перед началом занятия. 2. Игровые упражнения. 3. Обсуждение ситуаций. 4. Решение проблемных ситуаций. 5. Подвижные игры.
Осень (11 сентября – 30 сентября) «День пожилых людей»	1. Воспитывать уважительные отношения к старшему поколению, желание помогать им. 2. Формировать качества	- Коммуникативный. - «Социализация»	1. Беседа вначале занятия или в конце. 2. Приглашение бабушек и дедушек на открытые занятия по плаванию.

	(отзывчивость, сочувствие...).		
Декада матери (с 1 по 20 ноября)	1. Продолжать формировать бережное, теплое отношение к близким, своей маме.	-«Художественное творчество» - «Социализация» - «Коммуникация» - «Труд»	1. Домашние рисунки на тему «Я и моя семья» 2. День открытых дверей.
«Интеграция в занятиях по плаванию» (22 ноября) Средняя группа № 6	1. Донести до слушателей положительные стороны интеграции. 2. Продемонстрировать плавательные умения и навыки детей. 3. Поделиться опытом с другими инструкторами.	1.Здоровье – сберегающие – технологии, самомассаж. 2. Познание. 3. Безопасность.	Открытое занятие для инструкторов КМО г. Набережные Челны.
Сюжетно-тематическое занятие в 4 группе (декабрь) «Живая вода»	1. Развивать сенсорные, тактильно-мышечные ощущения. 2. Продолжать формировать навыки экологически правильного поведения в природе. 3. Воспитывать морально-волевые качества, выдержку.	1. Коммуникативный. 2. Двигательный. 3. Познание. 4. Музыкальный. 5. Экологический.	Открытое занятие для иногородизма Новогодние праздники (дних).
«Эти забавные животные»	1. Развивать плавательные навыки. 2. Воспитывать безбоязненное отношение к воде.	1. Безопасность. 2. коммуникативный. 3. Двигательный. 4.Здоровьесберегающие технологии.	Развлечения на воде.

	3. Закреплять знания детей в спорте.		
Зима - Новогодние праздники (1-30 декабря)	1. Создание на занятии благоприятной атмосферы. 2. Формировать двигательную культуру дошкольника.	1. Коммуникация. 2. Социализация. 3. Двигательный. 4. Познание.	Тематическое занятие, беседы, диалоги, посвященные началу зимы. Эстафеты, подвижные игры.
- «Озорные рыбки» Январь 2, 4 группы	1. Совершенствовать скольжение на груди и на спине с работой ног. 2. Закреплять умение нырять за предметами, открывать глаза. 3. Создавать теплую, дружескую атмосферу, коллективный дух.	1. Двигательный. 2. Коммуникативный. 3. Музыкально-художественный.	Праздник на воде.
День защитника Отечества (15-23 февраля)	1. Воспитание патриотического духа. 2. Гармонизация детско-родительских отношений. 3. Совершенствовать плавательные навыки, направленные на развитие силы, ловкости.	1. Социализация. 2. Коммуникативный. 3. Чтение художественной литературы. 4. Двигательный.	Тематическое занятие. Подвижные игры, игровые упражнения.
8 марта	1. Донести до детей информацию об истории праздника. 2. Развивать бережное отношение к маме, бабушкам, сестрам.	1. Коммуникативный. 2. Чтение художественной литературы. 3. Двигательный.	Беседа на занятиях. Рисунки «Моя любимая мамочка»



<p>«Вместе весело играть» 1, 12 группы (10-15 марта)</p>	<p>1. Развивать интерес к занятиям. 2. Формировать привычку к здоровому образу жизни. 3. Развивать ловкость координации движения.</p>	<p>1.Здоровьесберегающие технологии. 2. Двигательный. 3. Безопасность. 4. Коммуникация.</p>	<p>Развлечения на воде.</p>
<p>«Путешествие в Спортландию» 5 группа (конец апреля)</p>	<p>1. Создать условия для положительных эмоций и праздничного настроения. 2. Воспитание самостоятельности, чувство взаимопомощи, умение действовать сообща.</p>	<p>1. Социализация. 2.Чтение художественной литературы. 3.Музыкально-художественный. 4. Сенсорный.</p>	<p>Праздник на воде. Танцы, игры, стихи.</p>
<p>«Здравствуй лето» (1-15 июня)</p>	<p>1. Воспитывать соревновательный дух. 2. Формировать дружеские, доброжелательные отношения между детьми. 3. Вызывать радость у детей от двигательной активности.</p>	<p>1. Коммуникативный. 2. Безопасность. 3. Двигательный. 4. Познавательный. 5.Чтение художественной литературы.</p>	<p>1. Беседа о лете. 2. Эстафеты на воде. 3. Игровые упражнения. 4. Подвижные игры. 5. Обсуждение сказочных героев.</p>

**Календарное планирование ОД по плаванию**  
**Календарное планирование ОД по плаванию на октябрь месяц в средней группе**

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы (УМК)	ЭРС
1 неделя 1 заняти е	Передвижение в воде.	<p>1. Напомнить детям правила поведения в воде и в бассейне.</p> <p>2. Продолжать учить передвижению в воде в игровых упражнениях: «цапля», «киски», «уточки», «крокодильчики», «раки», «бегом по воде».</p> <p>3. Учить работать ногами, как при плавании кролем. (Глубина воды – по колено).</p>	<p>1. «Зарядка зверят» - 2 мин.</p> <p>2. «Маленькие и большие ножки» - 1 мин.</p> <p>3. «Пройди в тоннель» - 2 раза.</p> <p>4. «Ползи крокодильчиком в обруч» -2 раза.</p> <p>5. «Фонтан» - сидя в кругу, дети выполняют работу ног кролем, затем перевернуться на живот - 2-3 мин.</p> <p>5. Игра «Солнышко и дождик» чередуется с игрой «Веселые брызги» - 3 мин.</p> <p>6. Игра «Наша Таня громко плачет» - 2 мин.</p>	<p>«Солнышко и дождик»-дети сидят на бортике. Инструктор говорит солнышко, дети двигаются к нему,а на слово дождик бегут на место.</p> <p>Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры помощь педагога.</p> <p>Словесный: указания, распоряжения.</p>	<p>Тема: «Давайте, знакомиться» закрепление слов: Мин, исэнмесез,сау булыгыз.</p>	

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы (УМК)	ЭРС
2 неделя 2 занятия	Диагностика	1. Проводится диагностика в воде (см. таблицу № 3). (Глубина воды – по пояс).	1. Передвижение в воде (в игровых упражнениях) – 2 мин. 2. Опускание лица в воду («Помой носик», «Толкаем мяч носиком, лбом») – 1-2 мин. 3. Погружение под воду («Хоровод», «Мы ребята смелые», «Водолазы») – 2-3 мин. 4. Упражнения на дыхание: «Веселые пузыри» - 1 мин. 5. Скольжение на груди с доской: «Быстрые торпеды» - 4 раза. 6. Скольжение на груди: «Спаси мячик», «Стрелочка» - 4 раза.	«Хоровод»-дети идут по кругу, со словами: «Мы идем, идем, хоровод ведем, сосчитаем до 5, и попробуй нас найти». На 1,2,3,4-дети подпрыгивают вверх, а на счет 5- опускают лицо в воду или ныряют. Наглядный: показ, имитация, помощь педагога.  Практический: повторение упражнений, игровой метод	Тема: «Давайте, знакомиться» закрепление слов: исэнме, сау бул, син кем?  С/и: «Я мальчик- Мин малай», «я девочка- мин- кыз».	

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы (УМК)	ЭРС
3 неделя 3 заняти е	Опускание лица в воду с открытым и глазами.	1. Побуждать опускать лицо в воду с открытыми глазами. 2. Учить лежать на воде без опоры, совершенствовать передвижения в воде прыжками. (Глубина воды – по колону).	1. «Островки» - погружение в воду по шею – 3-4 раза. 2. «Веселые пузыри» - 3 по 10 сек. 3. «Хоровод» - 2 мин. 4. «В гости к утке» - 2 раза. 5. «Морские звезды» - 5 раз. 6. «Крокодилы на охоте» - 4 раза. 7. Игровое упражнение «лягушата» чередуется с упражнением «кенгуру» - 2-3 мин.	<u>«Морские звезды»</u> - дети стоят на руках у бортика, ноги вытянуты назад, по команде набирают воздух, опускают лицо в воду, вытягивают руки вперед – 5 раз. Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога.  Практический: игровой метод.	Тема: «Мои друзья» закрепление слов: эт, песи, кил монда.	

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы (УМК)	ЭРС
4 неделя 4 занятия е	Упражнение на дыхание.	1. Продолжать побуждать опускать лицо в воду с открытыми глазами. 2. Совершенствовать упражнения на дыхание. 3. Учить выполнять «Звездочку» на груди, передвигаться в различных положениях. (Глубина воды – по пояс).	1. «Цапля», «Раки» – 4 раза. 2. Игра «Наша Таня громко плачет» - 4 раза. 3. «Резвый мячик» в движении. 4. Игра «Спаси мячик» - 4 раза. 6. Игра «Ловцы жемчуга» – 4 раза.	«Цапля», «Раки» - играющие принимают положение упор сзади, сгибают ноги в коленях и передвигаются к другому бортику, стараясь, живот держать у поверхности воды – 4 раза. «Ловцы жемчуга» - на дне бассейна наклеены разноцветные кружочки. Дети убирают руки за спину, задержав дыхание и опустив лицо в воду, рассматривают их. Затем говорят какого цвета и сколько «жемчужин» увидели. Игра проводится в движении от одного бортика к другому.	Тема: «Пришли гости» закрепление слов: эби, бабай, эти, эни, кыз, малай.  Пальчиковая игра: «Здравствуй, дедушка...- Исэнме, бабай...»	«Кошка и мыши»- татарская народная игра.

### Календарное планирование ОД по плаванию на ноябрь месяц в средней группе

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы (УМК)	ЭРС
1 неделя 1 заняти е	Обучение работе ногами.	<p>1. Продолжать учить работать ногами как при плавании «кролем».</p> <p>2. Побуждать опускать лицо в воду с открытыми глазами.</p> <p>3. Учить скольжению на груди. (Глубина воды – по поясу)</p>	<p>1. «Моторные лодки у пристани»- дети работают ногами у бортика, стоя на руках – 3 раза по 15 сек..</p> <p>2. «Крокодилы на охоте» - 4 раза.</p> <p>3. «Моторные лодки» - дети ложатся на грудь, руки - вдоль туловища, плывут с работой ног - 2-3 мин.</p> <p>4. Игра «Ловцы жемчуга» - 2 мин.</p> <p>5. Игра «Водолазы» - 2 мин.</p> <p>6. «Звезда » на груди - 2 раза.</p> <p>7.«Стрелочка» - 4 раза.</p>	<p>«Стрелочка»- скольжение на груди.</p> <p>Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога</p> <p>Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений</p> <p>Практический: игровой метод</p>	<p>Тема: «Гостинцы от бабушки».</p> <p>Закрепление слов: ипи, рэхмэт, мэ.</p> <p>П/и: «Найди».</p>	

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы (УМК)	ЭРС
2 неделя 2 занятия	Погружение в воду.	<p>1. Учить смело погружаться в воду.</p> <p>2. Обучать выдоху в воду.</p> <p>3. Совершенствовать работу ног кролем в движении. (Глубина воды – по грудь).</p>	<p>1. Игра «Гудок» – 3 раза по 10 сек.</p> <p>2. Игра «Щука» - 2 мин.</p> <p>3. «Моторные лодки» - 4 раза.</p> <p>4. Скольжение на груди доской, плыть с попеременной работой ног кролем, лицо в воде – 4 раза.</p> <p>5. Игра «Спрячься от мяча» - 1 мин.</p> <p>6. Игра «Усатый сом» - 3-4 раза».</p>	<p>«Гудок» - играющие располагаются в бассейне лицом к взрослому. По сигналу дети погружаются в воду до носа и выполняют сильный выдох - «У-У-У», как гудок парохода.</p> <p>Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений.</p> <p>Практический: игровой метод.</p>	<p>Тема: «Молоко, хлеб».</p> <p>Закрепление слов: сот, чэй, ипи.</p> <p>С/и «Бу нэрсэ?»</p>	<p>«Кошка и мыши»- татарская народная игра.</p>

Дата		Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы (УМК)	
3 неделя 3 заняти е	Движение ногами при плавании «кроль».	1. Продолжать учить выполнять движения ногами как при плавании «кролем». 2. Знакомить с сопротивлением воды. (Глубина воды – по грудь).	1. «Зарядка лягушат» - 2 мин. 2. «Стрелочка в обруч» - 4 раза, сидя на лестнице. 3. «Спаси мячик» - 4 раза. 4. «Кенгуру» - 4 раза. 5. Игра «Ловцы жемчуга» - 4 раза. 6. «Стрелочка с работой ног» - 4 раза. 7. Игра «Усатый сом»- 2 мин.	«Ловцы жемчуга»-на дне разноцветные предметы. По сигналу дети убирают руки за спину, задерживают дыхание, опускают лицо в воду. Рассматривают предметы на дне. Затем дети должны сказать какого цвета и сколько они увидели.	Тема: «Угости гостей». Закрепление слов: кил монда, утыр, тэмле, алма  П/и: «Найди яблоко»	
4 неделя 4 заняти е	Погружение в воду с головой.	1.Продолжать учить погружаться в воду с головой. 2. Упражнять в выдохе в воду в играх «Хоровод», «Насос». (Глубина воды – по грудь).	1. «Веселые пузыри» - 3 раза. 2.Игра «Хоровод» - 2 раза. 3.Игра «Насос» в парах - 2 мин. 4.Игра «Утки- нырки» - 2 мин. 5.Игра «В гости к утке» - 2 мин. 6.Свободное плавание.	«Веселые пузыри» - дети опускают губы в воду и пускают пузыри.  Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога. Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений.	Тема: «За столом». Закрепление слов: аша, эч.	«Карусель» -татарская народная игра.



**Календарное планирование ОД по плаванию на декабрь месяц в средней группе**

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы (УМК)	ЭРС
1 неделя 1 заняти е	Выдох в воду.	<p>1. Продолжать учить делать выдох в воду, передвигаться по дну бассейна в различных положениях.</p> <p>2. Побуждать принимать безопорное положение в воде.</p> <p>3. Учить работать руками как при плавании кролем. (Глубина воды – выше колен).</p>	<p>1. «Крокодилы на охоте» - 4 раза.</p> <p>2. «Крокодилы» - 8 раз.</p> <p>3. «Звездочка» на груди – 4 раза.</p> <p>4. «Моторные лодки у пристани» – 3 раза по 20 сек.</p> <p>5. «Стрелочка» - 4 раза.</p> <p>6. «Стрелочка с работой ног» - 4 раза.</p> <p>7. «Веселые пузыри» - 3 раза по 15 сек.</p> <p>8. Новая игра «Буксир» в парах – 2 мин.</p>	<p>«Крокодилы» - во время движения руки попеременно проносятся над поверхностью воды.</p> <p>«Моторные лодки у пристани» - в положении лежа, упор спереди и в положении сидя, упор сзади.</p>	<p>Тема: «Игрушки».</p> <p>Закрепление слов: бир, сикер, туп, бу нэрсэ?</p>	<p>«Лисичка и курочка»- русская народная игра.</p>

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы (УМК)	ЭРС
2 неделя 2 занятия	Скольжение на груди.	1. Дальнейшее обучение скольжению на груди в играх: «Проскользи в обруч», «Сомбреро». 2. Закреплять навыки передвижения в воде в парах. (Глубина воды – по пояс).	1. «Проскользи в обруч» - 4 раза. 2. «Веселые пузыри», «У кого больше» - 4 раза. 3. «Стрела», «Звездочка» - по 2 раза. 4. Игра «Сомбреро» - 2 мин. 5. Игра «Буксир» - 2 мин. 6. «Догони мяч» - дети по команде бросают мячики вперед и скользят на груди – 3-4 раза. 7. Свободное плавание.	«Догони мяч» - дети по команде бросают мячики вперед и скользят на груди. «Сомбреро»-при скольжении на груди, дети должны одеть надувной круг на голову. «Проскользи в обруч»-инструктор держит обруч дети должны на животе проскользнуть в обруч. Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога. Словесный: объяснения, указания, распоряжения.	Тема: «Зур, кечкенэ». Закрепление слов: зур, кечкенэ. П/и: «Большой мяч- зур туп, маленький мяч- кечкенэ туп».	

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы (УМК)	ЭРС
3 неделя 3 заняти е	Скольжен ие на груди с доской.	1. Совершенствовать скольжение на груди с доской, без доски. 2. Совершенствовать ныряние на дно с задержкой дыхания, открывая глаза под водой. (Глубина воды – до груди).	1. «Быстрые катера» - 4 раза. 2. Скольжение с доской с работой ног – 4 раза. 3. «Проскользни в обруч» - 4 раза. 4. Игра «Водолазы» - 3 раза. 5. «Моторные лодки на пристани» - 2 мин. 6. Новая игра: «Спящий крокодил» — 2-3 раза. 7. Игры «Спрячься от мяча», «Волейбол» с большим мячом – 2 мин. 8. Игра «Море волнуется» - 1 мин.	«Спящий крокодил» - один ребенок-водящий –«крокодил»- он спит. Дети должны проплыть под «крокодилом», не задев его. Если ребенок задел его «крокодил» просыпается и этот ребенок становится водящим-«крокодилом». Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога Словесный: объяснения, указания.	Тема: «День рождения». Закрепление слов: туп бир, зур эт, кечкенэ песи, мэ ипи аша, мэ сот эч.	

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы (УМК)	ЭРС
4 неделя 4 заняти е	Проверка навыков.	1. Проверить плавательные навыки: передвижение в и.п. «Крокодил»; - опускание лица в воду; - движения ногами вверх- вниз, сидя на дне бассейна.	1. Используя игровые упрожнения и игры: -«Хоровод», «Мы ребята смелые», «Водолазы» проверить погружение в воду с головой. 2. «Крокодилы на охоте»- 4 раза. 3. «Фонтанчики»-2 мин.	<u>«Водолазы»:</u> инструктор разбрасывает игрушки по бассейну. По сигналу дети должны собрать со дна бассейна все игрушки.  Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога Словесный: объяснения, указания, распоряжения.	Тема: «Играем». Закрепление слов: матур, аю, курчак, туп, зур, кечкенэ, бир, нинди?	«Лисичка и курочка»- русская народная игра.

## Календарное планирование ОД по плаванию на январь месяц в средней группе

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы (УМК)	ЭРС
2 неделя 2 занятия	Всплывание	1. Учить упражнения на всплытие «Поплавок». 2. Продолжать учить делать выдох в воду; упражнять в работе ног с помощью неподвижной и подвижной опор. (Глубина воды – по пояс).	1. «Поплавок»- 3 раза. 2. «Спящий крокодил» в усложненном варианте (с последующим выполнением «Поплавка») – 3-4 раза. 3. «У кого больше пузырей?» - 1 мин. 4. «Моторные лодки у пристани» - 3 по 20 сек. 5. «Буксир» с работой ног - 4 раза.	<u>«Поплавок»</u> - стоя на суше, сделать вдох, присесть, сгруппироваться, обхватить голени руками, наклонить голову к коленям. Затем разучить упражнение с детьми в воде на мелком месте, плавно переходя на более глубокое. <u>«Моторные лодки у пристани»</u> - работа ногами кролем у бортика, лежа на груди.	Тема: «Подарки для Мияю». Закрепление слов: матур, курчак, туп, зур, кечкенэ, бир, куян, ю. П/и: «Командир» (бит ю, кул ю)	
3 неделя 3 занятия	Всплывание и лежание на воде.	1. Учить всплыванию и лежанию на воде, на спине. 2. Продолжать учить делать плавный, продолжительный выдох в воду. (Глубина воды – до груди).	1. Игра «Резвый мячик» - 4 раза. 2. «Поплавок» - 5-6 раз. 3. Из положения «Поплавок», всплыв к поверхности воды, развести в стороны руки и ноги, сделать «Звезду» - 4 раза. 4. Познакомить детей с лежанием на спине – 2-3	<u>«Ракеты»</u> - по очереди дети садятся на мелком месте бассейна на дно, принимают упор сидя. Упираясь согнутыми ногами в колени о стенку бортика, а прямыми руками опираясь на дно. Затем нужно сильно оттолкнуться,	Тема: «Играй». Закрепление слов: уйна, хэллер ничек?, матур, курчак, туп, зур, кечкенэ, бир, куян, аю. П/и: «Командир» (бит ю, кул ю)	

			мин. в упр. «Звездочка » на спине. 5. «Ракеты» - 5 мин.	прижимая руки к туловищу. В момент отталкивания голова лежит на воде.		
--	--	--	--	---	--	--

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы (УМК)	ЭРС
4 неделя 4 занятия	Знакомство со скольжением на груди.	1. Продолжать знакомить со скольжением на спине. 2. Продолжать учить делать выдох в воду, совершенствовать работу ног, как при плавании «кролем». (Глубина воды – до груди).	1. «Крокодилы на охоте» - 4 раза. 2. «Торпеды» - 4 раза. 3. «Ракеты» - 4 раза. 4. «Веселый мяч» - 2 мин. 5. Игра «Спящий крокодил» - 2 раза. 6. Игра «Путешествие по озеру, где живет крокодил» - 2 раза.	«Спящий крокодил»- один ребенок-водящий –«крокодил»- он спит. Дети должны проплыть под «крокодилом», не задев его. Если ребенок задел его «крокодил» просыпается и этот ребенок становится водящим-«крокодилом». <u>«Путешествие по озеру, где живет крокодил»</u> (усложненный вариант спящего крокодила).	Тема: «Веселые игры». Закрепление слов: уйна, хэллер ничек?, матур, курчак, туп, зур, кечкенэ, бир, куян, аю.  П/и: «Командир» (бит ю, кул ю)	«Кошка и мыши»- татарская народная игра.

**Календарное планирование ОД по плаванию на февраль месяц в средней группе**

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы (УМК)	ЭРС
1 неделя 1 занятие	Скольжение на спине.	1. Продолжать учить принимать безопорное положение в воде; работать руками и ногами как при плавании кролем. 2. Учить выполнять скольжение на спине; ориентироваться под водой. (Глубина воды – по грудь).	1. «Веселые пузыри» - 3 раза. 2. Игра «Путешествие по озеру, где живет крокодил» - 4 раза. 3. «Ракеты» - 6 раз 4. Игра «Буксир» - по 2 раза. 5. Игра «Водолазы» - 2 раза. 6. Игра «Ловцы жемчуга» - 2 раза. 7. Игра «Подари утке мяч»	«Буксир»-детям дают специальное спорт. оборудование (палочки). Первый ребенок ложится на грудь, держит палку, а другой его тянет. Затем они меняются. «Подари утке мяч»-на воде лежит обруч, внутри игрушка утка. Каждый ребенок приходит «к утке в гости», (выполняет упр. "погружение») и дарит ей «мяч» (выполняет упр. «Поплавок»)	Тема: «Моем игрушек». Закрепление слов: пычрак, чиста, ю. П/и: нинди? Игра: «Командир».	
2 неделя 2 занятие	Упражнение «Звезда», «Поплавок»	1. Закреплять упражнения на всплывание «Звезда», «Поплавок». 2. Учить скольжению на спине. (Глубина воды – выше пояса).	1. «Звезда» - «Поплавок» - 4 раза. 2. «Стрелочка на груди» - 4 раза. 3. Игра «Мы ребята смелые» - 2 раза. 4. «Солдатики» - скольжение на спине, руки вдоль туловища - 4 раза. 5. Игра «Перевозим арбузы» - 4-6 раз. 6. Свободное плавание в ластах.	«Мы ребята смелые»-дети идут по кругу со словами: «Мы ребята смелые, смелые-умелые, если только захотим, через воду поглядим. 1,2,3,4 – подпрыгивают, на счет 5- ныряют под воду.  «Перевозим арбузы»- каждый ребенок корабль, который перевозит арбуз с одного берега на другой.	Тема: «Мой игрушку». Закрепление слов: пычрак, чиста, ю. П/и: «эйе, юк.».	«Стая уток»- русская народная игра.

				«Арбуз»-это живот ребенка( можно положить какой-нибудь предмет или игрушку). Важно чтобы при скольжении на спине, живот находился у поверхности воды, а не погружался в воду		
--	--	--	--	--	--	--

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы (УМК)	ЭРС
3 неделя 3 занятия	Погружение в воду с открытыми глазами.	1. Продолжать учить делать длительный выдох в воду; принимать безопасное положение на груди с подвижной опорой. 2. Учить погружаться под воду с открытыми глазами. (Глубина воды – выше пояса).	1. «Быстрые торпеды» на груди с работой ног - 4 раза. 2. «Веселые пузыри» в круг – 2-3 раза. 3. Игра «Перевозим арбузы» - 4 раза. 4. Игра «Баю-бай» - 2 раза. 5. Игра «Спрячься от мяча» - 2 раза. 6. Игра «Охотники и утки» - 3 раза.	«Охотники и утки»-выбираются 2 охотника, остальные дети-утки. Охотники становятся по обе стороны бассейна, у каждого из них по мячу. Утки плавают в разных направлениях по бассейну. По сигналу «Охотники!» утки должны нырнуть в воду, чтобы охотники не смогли попасть в них мячами. Кто проиграл на время выходит из игры. Словесный: объяснения,	Тема: «Цифры». Закрепление слов: бер, ике, оч, дурт, биш, ничэ? П/и: «Угадай и сосчитай»	



				указания, распоряжения, название упражнений. Практический: игровой метод.		
4 неделя 4 занятия е	Скольжение на груди с работой ног.	1. Совершенствовать скольжение на груди с работой ног, как при плавании кролем. 2. Учить принимать безопорное положение на спине с подвижной опорой. (Глубина воды – выше пояса).	1. «Стрелочка» - «Звезда» - 4 раза. 2. «Проскользи в обруч» обруч (располагается на глубине) – 4 раза. 3. Игра «Сомбреро» - 2 раза. 4. Игра «Баю-бай» - 4 раза. 5. «Стрелочка» на спине - 3 раза. 6. «Торпеды» - 4 раза. 7. Свободное плавание.	«Баю-бай»- дети обхватывают руками на груди доску плавательную и плывут на спине. Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога. Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений. Практический: игровой метод.	Тема: «Сколько игрушек?». Закрепление слов: бер, ике, оч, дурт, биш, ничэ? П/и: «Угадай и сосчитай»	«Стая уток»- русская народная игра.

**Календарное планирование ООД по плаванию на март месяц в средней группе.**

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы (УМК)	ЭРС
1 неделя 1 заняти е	Плавание кролем на груди.	1. Учить плавать кролем на груди при помощи движений ног, с доской в руках; учить согласовывать движения с дыханием. 2. Продолжать учить скольжению на спине. (Глубина воды – выше пояса)	1. «Стрелочка» на груди - 4 раза. 2. Игра «Перевозим арбузы» - 2 раза. 3. «Стрелочка на спине» - 4 раза. 4. «Быстрые торпеды», скольжение с доской - 4 раза. 5. «Моторные лодки» - 3 раза. 6. Игра «Баю-бай» без подвижной опоры – 2 раза.	«Моторные лодки»- дети выполняют скольжение на груди, во время движения ногами делать выдох в воду. «Перевозим арбузы»- каждый ребенок «корабль», который перевозит арбуз (живот) с одного берега на другой. Можно положить какой-нибудь предмет или игрушку). Важно чтобы при скольжении на спине, живот находился у поверхности воды, а не погружался в воду.	Тема: «Цифры». Закрепление слов: бер, ике, оч, дурт, биш, ничэ?  С/и «Ничэ?- сколько?»	«Карусель» - татарская народная игра.
2 неделя	Работа ногами как при	1. Закрепить умение передвигаться	1. «Крокодилы на охоте», с выдохом в воду - 4 раза. 2. Игра «В гости к утке» - 2	«В гости к утке»- на воде лежит обруч, внутри игрушка	Тема: «Цифры». Закрепление слов: бер, ике,	

2 занятие	плавании кролем.	по дну бассейна на руках, делая выдох в воду. 2. Продолжать учить работать ногами как при плавании кролем, с продвижением на руках по дну бассейна.	мин. 3. «Крокодилы» - 4 раза. 4. Игра «Буксир» на груди - 4 раза. 5. Игра «Водолазы» - 2 раза. 6. Игра «Спрячься от мяча»– 2 раза.	(уточка). Дети по очереди подныривают внутри обруча, «заходят в гости к утке». Здороваются, делают вдох и выныривают из обруча. «Спрячься от мяча»– педагог бросает в бассейн мяч, который прикреплен на резинке к потолку. По сигналу дети должны спрятаться под воду, чтобы он их не задел.	оч, дурт, биш, ничэ?  С/и «сосчитай сколько игрушек?»	
--------------	---------------------	--	--	--	--	--

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы (УМК)	ЭРС
3 неделя 3 занятия е	Упражнения на дыхание.	1. Совершенствовать упражнения на дыхание; продолжать учить принимать безопорное положение на груди. 2. Учить переворачиваться с груди на спину. (Глубина воды – по пояс).	1. Игра «Насос» - 2 раза. 2. Игра «Буксир» - 2 раза. 3.«Проскользи в обруч», упражнение выполняется на глубоком месте – 4 раза. 4. «Винт» - 6-8 раз. 5. Игра «Зеркальце» - 2 раза. 6. «Стрелочка на спине в обруч» - 2-3 раза.	«Насос»: дети встают парами, лицом друг другу, взявшись за руки-поочередно приседают в воду. «Зеркальце»: дети встают парами друг к другу-один выполняет второй ребенок повторяет. Затем меняются. Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений. Практический: игровой метод.	Тема: «Играем и считаем». Закрепление слов: бабай, эби, эти, эни, кыз, малай. Пальчиковая игра: «Исэнме, бабай...»	
4 неделя 4 занятия е	Скольжение на груди и на спине.	1. Учить детей скользить на груди и на спине. 2. Развивать умение лежать на воде с задержкой дыхания. (Глубина воды – выше пояса).	1.Игра «Спящий крокодил» - 2 раза. 2. Игра «Спящий крокодил № 2» – 2 раза. 3. «Стрелочка» на груди и на спине – по 2 раза. 4. «Веселые пузыри», «У кого больше» - 3 раза по 15 сек. 5. Игра «Дельфины», ныряние в обруч – 3 раза. 6. «Винт» - 4 раза.	«Дельфины»: инструктор держит обруч, дети должны на животе проскользнуть в обруч. Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога. Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений Практический: игровой метод.	Тема: «Игрушки». Закрепление слов: туп, курчак, аю, машина. П/и «Угадай и сосчитай».	«Карусель»- татарская народная игра.

**Календарное планирование ОД по плаванию на апрель месяц в средней группе.**

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы (УМК)	ЭРС
1 неделя 1 занятие	Скольжение на груди и на спине.	1.Закреплять умение согласовывать движения с дыханием. 2.Совершенствовать умение скользить на груди и на спине	1. Игра «Спящий крокодил», 2. «Стрелочка» на груди и на спине, 3. «Веселые пузыри», «У кого больше», 4. Игра «Дельфины», ныряние в обруч, 5. Свободное плавание.	« <u>Спящий крокодил</u> »- один ребенок-водящий –«крокодил»- он спит. Дети должны проплыть под «крокодилом», не задев его. Если ребенок задел его «крокодил» просыпается и этот ребенок становится водящим- «крокодилом». Наглядный: имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога. Словесный: объяснения, указания, распоряжения.	Тема: «Вежливые слова». Закрепление слов: исэнме, исэнмесез, сау бул, сау булыгыз, кем анда? Кил монда.	
2 неделя 2 занятие	Совершенствование выдохов в воду.	1.Повторять упражнения на дыхание. 2.Продолжать учить принимать безопасное положение на груди.	1. Игра «Спящий крокодил». 2. «Стрелочка» на груди и на спине. 3. «У кого больше». 4. Игра «Дельфины», ныряние в обруч. 5. «Веселые пузыри».	« <u>Дельфины</u> »- инструктор держит обруч, дети должны на животе проскользнуть в обруч.  Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога.	Тема: «Это кто? Это что?». Закрепление слов:Бу кем? - бабай, эби, эти, эни, кыз, малай. Бу нэрсэ? -Эт, песи, курчак, аю, куян, туп. С/и «Бу кем? Бу нэрсэ?».	«У медведя во бору»- татарская народная игра.

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы (УМК)	ЭРС
3 неделя 3 заняти е	Задержка дыхания в движении.	1.Совершенствовать умение согласовывать движения с дыханием. 2.Закреплять умение лежать на воде с задержкой дыхания.	1. Игра «Насос», 2. «Проскользни в обруч», упражнение выполняется на глубоком месте, 3. Игра «Веселые пузыри», 4. Игра «Зеркальце», 5. Свободное плавание.	«Зеркальце»: дети встают парами друг к другу. Один выполняет второй ребенок повторяет. Затем меняются. Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога Словесный: объяснения, указания, распоряжения. Практический: игровой метод.	Тема: «Угощаем гостей». Закрепление слов:Бу нэрсэ?- ипи, сот, чэй, алма, аша, эч. П/и: «Положи в корзину»	
4 неделя 4 заняти е	Скольжение на груди и на спине.	1.Совершенствовать умение согласовывать движения с дыханием. 2.Закреплять умение лежать на воде с задержкой дыхания.	1.Игра «Спящий крокодил», 2. «Стрелочка» на груди и на спине, 3. «Веселые пузыри», «У кого больше», 4. Свободное плавание.	«Спящий крокодил»- один ребенок-водящий – «крокодил»- он спит. Дети должны проплыть под «крокодилом», не задев его. Если ребенок задел его «крокодил» просыпается и этот ребенок становится водящим-«крокодилом». Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога	Тема: «Диагностика». Закрепление слов: эйе, юк, син кем? С/и : «Бу нэрсэ?- Что это?», «Нинди?-Какой?» (туп, зур, кечкенэ, матур, чиста, ю, уйна, пычрак).	«Лисичка и курочка»- русская народная игра.

**Календарное планирование ОД по плаванию на май месяц в средней группе**

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы (УМК)	ЭРС
1 неделя 1 занятия е	Совершенство вание скольжени я на воде.	1.Закрепление и совершенствова ние пройденного материала на основе знакомых игр и игровых упражнений. 2.Создавать радостное настроение на занятиях.	1. Стрелочка » на груди, 2. Игра «Перевозим арбузы», 3. «Быстрые торпеды», скольжение с доской, 4. «Моторные лодки», во время движения делать выдохи в воду, 5. Игра «Баю-бай» без подвижной опоры.	«Баю-бай»-дети обхватывают руками на груди доску плавательную и плывут на спине. Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений Практический: игровой метод.	Тема: «Продукты». Закрепление слов:ипи, сот, чэй, алма.  П/и: «Положи в корзину» или «Собери части»	«Карусель» -татарская народная игра.
2 неделя 2 занятия е	Ныряние в воду.	1.Закрепление и совершенствова ние пройденного материала на основе знакомых игр и игровых упражнений. 2.Создавать радостное настроение на занятиях.	1. «Крокодилы на охоте», с выдохом в воду. 2. Игра «В гости к утке» 3. Игра «Буксир». 4. Игра «Водолазы». 5. Игра «Волейбол» с большим мячом.	«Водолазы»-инструктор разбрасывает игрушки по бассейну. По сигналу дети должны собрать со дна бассейна все игрушки. Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога Словесный: объяснения, указания, распоряжения. Практический: игровой метод.	Тема: «Нинди- какой?». Закрепление слов: зур, кечкенэ, чиста, пычрак, эйбэт, матур.  С/и «Нинди?- Какой?»	

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы (УМК)	ЭРС
3 неделя 3 заняти е	Диагности ка.	1.Проводится диагностика плавательной подготовленности детей (.	1. Погружение с головой; - передвижение различными способами; - попытки плавать произвольным способом; 2. В и.п. «Крокодил»: - передвижение; - опускание лица в воду; - движения ногами вверх-вниз.	Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений.  Практический: игровой метод.	Тема: «Кто живет в этом доме?». Закрепление слов: син кем?-мин... кыз, малай, бабай, эби, эти, эни.  С/и «Син кем?-Ты кто?»	«Кошка и мыши»- татарская народная игра.
4 неделя 4 заняти е	Диагности ка.	1. Закрепление и совершенствование пройденного материала на основе знакомых игр и игровых упражнений. 2. Создавать радостное настроение на занятиях.	1. Передвижение в воде 2. Опускание лица в воду	Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений.  Практический: игровой метод.	Тема: «Мы играем». Закрепление слов:туп, курчак, куян, аю, машина, зур, кечкенэ, матур, пычрак, чиста, ю, уйна.  Д/И «Бу нэрсэ?- Это что?»	



**Календарное планирование ОД по плаванию на октябрь месяц в старшей группе.**

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
1 неделя 1 занятие	Диагностика	<p>1. Напомнить правила поведения в воде.</p> <p>2. Проверить плавательные способности: погружение в воду с головой;</p> <p>В и.п. «Крокодил»: - передвижение; - опускание лица в воду; - движения ногами вверх-вниз.</p>	<p>1. Ходьба с высоким подниманием колен: «Цапля», руки на пояс – 30 сек.</p> <p>2. Ходьба в приседе с продвижением вперед «Воробушки» - 30 сек.</p> <p>3. Ходьба на руках, ноги вытянуты назад: «Крокодилы»-2раза.</p> <p>4. «Фонтаны» - 2 мин.</p> <p>5. Игра «Веселые брызги» - 3 раза.</p> <p>6. Игра «Кто смелый?», опускаем голову в воду 3 раза.</p> <p>7. «Крокодилы в тоннель» - 4 раза.</p> <p>8. «Скольжение в обруч» 4 раза.</p> <p>9. «Пусти пузыри» - 3 раза.</p> <p>10. Игра «Бегом за мячом» - 2 раза</p>	<p>«Веселые брызги» - дети делятся на две команды. По свистку инструктора, каждая команда брызгает на другую водой, кто первый отвернулся, тот и проиграл.</p> <p>«Бегом за мячом» - по свистку дети бросают мячик (у каждого свой цвет) и бегут за ним, соревнуясь – кто быстрее.</p> <p>Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога.</p> <p>Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений.</p>	<p>Тема: «Выращиваем морковь» закрепление слов: морковь-кишер, какой?-нинди?</p>	

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
2 недел я 2 занят ие	Выдох ртом, опуская лицо в воду.	1. Учить длительному выдоху ртом, опуская лицо в воду. 2. Осваивать скольжение на груди с последующим длительным лежанием. 3. Воспитывать дисциплину на занятиях.	1. Ходьба по дну бассейна в упражнениях: «Цапля», «Рак» - 1 мин. 2. Упражнение у бортика: «Пузыри», «Кто больше выпустит пузырей?» - 2-3 мин. 3. «Учимся лежать» - лечь на грудь, вытянуть руки, опустив лицо в воду, задержка дыхания – 3 раза по 10 сек. Упражнение выполняется у бортика, дети держатся руками за поручень. 4. «Кто дольше пробудет под водой?» - попробовать погрузится под воду – 3 раза по 10 сек. 5. «Скольжение на груди с мелкого места» - 3 раза. 6. «Скольжение в обруч» - 4 раза. 7. Игра «Охотники и утки» - 2 мин. 8. Свободное плавание.	«Поливаем цветочки»- дети берут леечки и поливают на маленькие игрушки, на себя .  «Веселые брызги» - дети делятся на две команды. По свистку инструктора, каждая команда брызгает на другую водой, кто первый отвернулся, тот и проиграл. Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений.  Практический: игровой метод.	Тема: «Гостинцы зайца» закрепление слов: сладкий – баллы, большой- зур, морковь- кишер, вкусное яблоко-тэмле алма.  П/и: «Собери овощи и фрукты».	«У медведя во бору»- русская народная игра.

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
3 неделя 3 заняти е	Задержка дыхания.	1. Формировать умение сохранять вытянутое положение тела в скольжении на груди (в парах – один тянет другого). 2. Учить задерживать дыхание. 3. Развивать внимание.	«Учимся летать» - держась руками за поручень, лечь на грудь, полежать несколько секунд, затем опустить руки, лежать без опоры. «Разведчики» - дети стоя в воде выстраиваются в шеренгу. На расстоянии 12м от них ставится веха. Задача игроков добежать до вехи, по пути к вехе поднырнуть под протянутой над уровнем воды веревкой, не задев ее. Выигрывает тот, кто вернется первым, не задев веревку. Задевший получает штрафное очко.	Тема: «волшебная корзина» закрепление слов: сколько?-ничэ?, считай-сана. П/и: «Собери корзину (доплыви и принеси овощи и фрукты)		

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
4 недел я 4 заняти е	Соверше нствован ие длительн ого дыхания под водой.	1. Совершенствовать длительное лежание под водой с задержкой дыхания. 2. Учить работе ногами «кролем». 3. Прививать детям навыки личной гигиены.	1. Ходьба на руках: «Крокодилы на прогулке» - 4 раза. 2. Переход из и.п. «крокодил» в лежание на груди – 4 раза. 3. Обрызгивание лица водой – 3 раза. 4. Держась руками за поручень: «Учимся летать» - 3 раза. 5. Тоже, но опуская руки с опоры – 3 раза. 6. «Фонтаны» - 3 раза по 1 мин. 7. Игры: «Пусти пузыри», «У кого больше пузырей?» - 2 раза. 8. «У кого больше пузырей» - 3 раза. 9. Скольжение на груди с последующим лежанием - 4 раза. 10. «Стрела» в парах «Кто дальше проскользит?» - 4 раза. 11. Игра «Рыбка в сетке» - 2 мин. 12.Свободное плавание.	«Крокодилы на прогулке» - дети передвигаются по дну бассейна от одного бортика к другому на руках. Лицо опущено в воду, ноги вытянуты. «Фонтаны»-игра соревнование между командами. Выигрывает команда, все участники которой выполняют продолжительные и непрерывные выдохи в воду, то есть «фонтан» бьет лучше.	Тема: «Угощаем» закрепление слов: морковь-кишер,яблоко-алма, кошка-песи, корзина-кэрзин,заяц-куян . П/и: «Угости животных».	«Кошка и мыши»- татарская народная игра.

### Календарное планирование ОД по плаванию на ноябрь месяц в старшей группе

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
1 неделя 1 занятие	Выдох в воду.	<p>1. Учить выполнять выдох в воду.</p> <p>2. Закреплять лежание на груди в упражнении «Звезда».</p> <p>3. Формировать у детей навыки самообслуживания (вытирание, одевание).</p>	<p>1. «Крокодилы на прогулке» – 4 раза.</p> <p>2. Упражнение на дыхание: «Варим кашу» - 2 мин.</p> <p>3. Игра «Мы ребята смелые» - 2 раза.</p> <p>4. Сидя на бортике, имитация работы ногами кролем - 3 раза по 15 сек.</p> <p>5. Скольжение на груди в парах - 3 раза.</p> <p>6. Упражнение «Звезда на груди» - 4 раза.</p> <p>7. Игра «Щука» -2 мин.</p> <p>8. Свободное плавание.</p>	<p><u>«Крокодилы на прогулке»</u> - дети передвигаются по дну бассейна от одного бортика к другому на руках. Лицо опущено в воду, ноги вытянуты.</p> <p><u>«Варим кашу»</u> – дети, держась за руки в кругу, по сигналу опускают лицо в воду, пуская пузыри.</p> <p>Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога.</p> <p>Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений.</p> <p>Практический: игровой метод.</p>	<p>Тема: «Есть красивый огород» закрепление слов: лук-суган, картофель-бэрэнге,огурец-кыяр, счет от 1 до 10.</p> <p>С/и: «Посчитай».</p>	<p>«Кошка и мыши», «Карусель»- татарская народная игра</p>

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
2 недел я 2 заняти е	Скольжен ие на груды с последую щим длительн ым лежанием .	1. Учить выполнять выдох в воду. 2. Осваивать скольжение на груди с последующим длительным лежанием. 3. Воспитывать дисциплинированность.	1. Ходьба в различных положениях – 2 мин. 2. У бортика – дыхательные упражнения: «Сколько раз постучали?» - по сигналу, дети погружаются в воду, задерживают дыхание. Инструктор предметом стучит по поручню, ребята должны посчитать, сколько ударов сделал инструктор – 3 раза. 3. Упражнение «Фонтан» - лежа, вытянув ноги – 2 мин. 4. Скольжение на груди – 4 раза. 5. Скольжение в обруч - 3 раза. 6. «Звезда» - совершенствование - 3-4 мин. 7. Игра: «Усатый сом» - 1-2 мин. 8. Свободное плавание.	«Фонтан» - дети садятся на дно, делают упор руками сзади, поднимают ноги и работают прямыми ногами вверх-вниз. Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога. Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений. Практический: игровой метод.	Тема: «Овощной магазин» закрепление слов: капуста-кэбестэ, лук-суган, картофель-бэрэнге, огурец-кыяр, морковь-кишер. П/и: «Собери в корзину овощи».	

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
3 недел я 3 заняти е	Работа ног кролем в скольжен ии на груди.	1. Учить работе ног кролем в скольжении на груди. 2. Продолжать учить выдоху в воду, обильно пуская пузыри. 3. Воспитывать умение действовать по указанию педагога.	1. «Крокодилы на прогулке» - 3 раза. 2. «Крокодилы ловят мяч» - 4 раза. 3. «Крокодилы на охоте» - 4 раза. 4. Скольжение на груди с последующим лежанием – 2 раза. 5. Скольжение на груди переход в «Звезду» - 3 раза. 6. «Звезда»- 3 мин. 7. Скольжение на груди с работой ног – 6 раз. 8. Игра «Спрячься в воду» - 3 мин. 9. Свободное плавание.	«Крокодилы ловят мяч» - по сигналу дети ползут как крокодилы, толкая мяч лбом. <u>«Крокодилы на охоте»</u> - дети передвигаются на руках, опустив лицо в воду, ноги работают кролем. Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога. Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений. Практический: игровой метод.	Тема: «Мир цветов» закрепление слов: красный-кызыл, желтый-сары. П/и: «Найди и назови цвет».	

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
4 недел я 4 заняти е	Совершенство вание пребыван ия под водой с задержко й дыхания.	1. Совершенство вать длительное пребывание детей под водой с задержкой дыхания. 2. Продолжать учить детей работе ног кролем. 3. Воспитывать интерес к занятиям	1. Ходьба в различных положениях – 2 мин. 2. У бортика: упражнения на дыхание в играх: «Пузыри», «Спрячемся в воду», «Сколько раз постучал?» – 3 мин. 3. Упражнение «Поплавок» - 4 мин. 4. Упражнение «Фонтан» - 3 раза по 1 мин. 5. Скольжение на груди – 4 раза. 6. Скольжение переход в «Звезду» - 3 раза. 7. Скольжение переход в «Поплавок» - 3 раза. 8. Скольжение на груди с работой ног – 4 раза. 9. Игра «Мышеловка» - 2 мин. 10. Свободное плавание.	«Фонтан» - дети садятся на дно, делают упор руками сзади, поднимают ноги и работают прямыми ногами вверх-вниз.  «Поплавок» - играющие, сделав глубокий вдох и задержав дыхание, приседают, обхватив, колени руками, всплывают на поверхность. В этом положении каждый «поплавок» старается продержаться на воде до счета десять. Соревнуются две группы или отдельные занимающиеся на качество выполнения упражнения.	Тема: «Мир цветов» закрепление слов: зеленый-яшел.  П/и: «Найди и назови цвет».	«Су анасы»- «Водяная » - татарская народная игра.



## Календарное планирование ОД по плаванию на декабрь месяц в старшей группе

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
1 неделя 1 занятие	Скольжение на груди с различным положением рук.	1. Осваивать скольжение на груди с различным положением рук. 2. Совершенствовать выдох в воду ртом, носом. 3. Воспитывать уверенность.	1. Дыхательные упражнения у бортика – 2 мин. 2. Лежа на груди, работа ногами кролем, держась руками поручень – 3 раза по 1 мин. 3. Скольжение на груди с длительным лежанием – 3 раза. 4. Скольжение с различным положением рук – 4 раза. 5. Скольжение на груди с работой ног – 4 раза. 6. Скольжение в парах – 4 раза. 7. Игра «Медуза» - 3 мин. 8. Свободное плавание.	«Медуза»- каждый играющий делает глубокий вдох, свободно ложится на воду, опуская при этом руки. Вначале тело погружается, а затем всплывает.  Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений.  Практический: игровой метод.	Тема: «Магазин овощей» закрепление слов: капуста-кэбестэ, лук-суган, картофель-бэрэнге,огурец-кыяр, морковь-кишер, зеленый-яшел.  П/и: «Сосчитай овощи»	«Лисичка и курочка» -русская народная игра.

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
2 недел я 2 заняти е	Выдох в воду ртом, носом, пуская пузыри.	1. Совершенствовать скольжение с различным положением рук. 2. Осваивать длительный выдох в воду ртом, носом, пуская пузыри. 3. Продолжать учить открывать глаза в воде.	1. Передвижение по воде в различных положениях - 2 мин. 2. Упражнения у бортика на дыхание – 3 мин. 3. Игра «Водолазы» - 2 мин. 4. Игра «Резвый мячик» - 2 мин. 5. Скольжение на груди - 2 раза. 6. Скольжение с различным положением рук – 4-6 раз. 7. Работа ногами у бортика – 2 мин. 8. Скольжение на груди с доской, выполняя движения ногами кролем – 2 мин. 9. Игра «Поднырни» - 2 мин. 10. Свободное плавание.	«Водолазы» - дети ныряют на дно, открывают глаза и достают предметы.  «Резвый мячик» - детям раздаются маленькие мячики. По сигналу – они дуют каждый на свой мячик. Кто первый доберется до другого бортика бассейна. Дети должны дуть сильно и длительно.	Тема: «Столовая» закрепление слов: суп-аш, каша-ботка.  П/и: «Накорми друга».	

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
3 неделя 3 заняти е	Совершенство работы ног кролем.	1. Приучать детей открывать глаза под водой. 2. Совершенствовать работу ног кролем. 3. Воспитывать смелость.	1. Свободное проплывание детей вдоль бортика друг за другом – 2 круга. 2. Держась руками за поручень: лечь на грудь и выполнять лежа на воде выдох ртом, носом – 4 раза. 3. «Кто дольше всех пролежит с задержкой дыхания» - 3 раза. 4. Работа ногами у бортика – 4 раза по 1 мин. 5. Работа ногами у бортика, выполняя длительный выдох в воду – 4 раза. 6. «Кто дольше пробудет под водой» - 3 раза. 7. «Смотри внимательно» -3 раза. 8. Игра «Водолазы» - 2 раза. 9. Скольжение на груди – 4 раза. 10. Скольжение на груди с различным положением рук – 4 раза. Скольжение в парах – 3 раза.	«Найди свой домик» - дети делятся на 2 группы, закрывают глаза ладошками. По сигналу открывают глаза и бегут одна команда к конусу с рыбкой, другая - с лягушонком. «Смотри внимательно» - играющие располагаются попарно друг против друга. По очереди каждый из них приседает, погружаясь в воду с головой, и считают количество пальцев, которое товарищ показывает ему в воде.	Тема: «Мишка пришел в гости» закрепление слов: мяч- туп, заяц- куян, медведь-аю, кукла-курчак, огурец-кыяр, кошка-песи, капуста-кэбестэ, лук-суган, собака-эт. П/и: «Сосчитай сколько?».	

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
4 неделя 4 занятия	Упражнение на дыхание.	1. Совершенствовать упражнение на дыхание. 2. Совершенствовать скольжение на груди в различных вариантах.	1. Работа у бортика в парах: - «Смешные рожицы» - 3 раза, - «Сколько пальцев» - 3 раза, - «Сколько раз постучали?» - 2 раза. 2. Упражнение «Поплавок» - 3 мин. 3. Скольжение на груди в разных вариантах - 7-10 мин. 4. Игра: «Подари утке мяч» – 2 мин. 5. Свободное плавание.	«Подари утке мяч» - каждый ребенок выполняет игровое упражнение «К утке в гости» (выполняет упражнение «погружение») и дарит ей «мяч» (выполняет упражнение «всплывание»)  Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений.  Практический: игровой метод.	Тема: «В магазине «Тэмле». закрепление слов: суп-аш, каша-ботка, молоко-сот, хлеб-ипи, морковь-кишер. П/и: «Доплыви и купи».	«Лисичка и курочка» -русская народная игра

**Календарное планирование ОД по плаванию на январь месяц в старшей группе**

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
2 неделя 2 занятия е	Подныривание под игрушку.	1.Осваивать навык подныривания под игрушку. 2. Совершенствовать работу ног кролем. 3. Обучать нырянию в лежащий на воде обруч.	1.Упражнения на дыхание у бортика – 1 мин. 2. Скольжение на груди: - переход в «Звезду» - 3 раза, - переход в «Поплавок» - 3 раза, - руки вдоль туловища – 3 раза. 3. Работа ног «Фонтан», у бортика - 2-3 мин. 4.Скольжение под игрушку – 3 мин. 5. Игра «Сомбреро» - 2 мин. 6. Игра «Дельфины» - дети выполняют ныряние в обруч – 4 мин. 7. Свободное плавание.	«Сомбреро»-дети выполняют скольжение и подныривание под лежащий надувной круг и пытаются надеть на голову «сомбреро». «Фонтан» - дети садятся на дно, делают упор руками сзади, поднимают ноги и работают прямыми ногами вверх-вниз. Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога. Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений. Практический: игровой метод.	Тема: «День » рождение» закрепление слов: ложка-кашпик, тарелка-тэлинка. С/и: «Назови предметы».	

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
3 неделя 3 занятие	Работа ног в скольжении на груди.	1. Совершенствовать работу ног в скольжении на груди. 2. Повторять прыжки с бортика в лежащий на воде обруч. 3. Воспитывать смелость.	1. Ходьба в различных положениях – 1 мин. 2. Повторить дыхательные упражнения: «Насос» - 3 раза. 3. У бортика совершенствовать работу ног кролем – 2 мин. 4. Скольжение - переход в «Звезду» - 2 раза. 5. Скольжение - переход в «Поплавок» - 2 раза. 6. Игра «Сомбреро» - 2 мин. 7. Скольжение в обруч – 2 раза. 8. «Торпеды» - 2 раза. 9. Игра «Найди пару» - 2 мин.	«Торпеды» - дети плывут, работая ногами кролем, руки лежат вдоль туловища. «Поплавок» - играющие, сделав глубокий вдох и задержав дыхание, приседают, обхватив, колени руками, всплывают на поверхность. В этом положении каждый «поплавок» старается продержаться на воде до счета десять. Соревнуются две группы или отдельные занимающиеся на качество выполнения упражнения.	Тема: «Накрываем стол для чаепития» закрепление слов: чашка-чынаяк. П/и: «Командир» (бит ю, кул ю, басыгыз).	«Су анасы»- «Водяная»- татарская народная игра.
4 неделя 4 занятие	Промежуточная диагностика	1. Промежуточная диагностика: дыхательные упражнения, «Звезда» на груди, «Поплавок», скольжение на груди, скольжение с работой ног – «Торпеда».	1. Свободно проплывать вдоль бассейна друг за другом выполняя: выдох в воду ртом, носом – 2 круга. 3. У бортика: в парах «Покажи пальчики» - 2 раза. 4. Упражнение «Поплавок» - 3 раза по 15 сек. 5. Скольжение на груди с доской с работой ног – 3 раза. 6. Скольжение на спине с доской – 4 раза. 7. Упражнение «Винт» - 4 раза. 8. Игра «Кораблики» - 1 мин..	«Кораблики» - каждый ребенок превращается в «корабль», который выходит в море. Какой корабль дальше уплыл (проскользил). «Поплавок»- играющие, сделав глубокий вдох и задержав дыхание, приседают и , обхватив, колени руками, всплывают на поверхность. В этом положении каждый «поплавок» старается продержаться на воде до счета десять.	Тема: «Новая одежда для дня рождения» закрепление слов: платье-кулмэк. П/и: «Командир» (бит ю, кул ю, басыгыз, утырыгыз).	«Кошка и мыши»- татарская народная игра.

**Календарное планирование ОД по плаванию на февраль месяц в старшей группе**

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
1 неделя 1 занятие	Скольжение на груди с доской.	1. Совершенствовать скольжение на груди с доской в руках. 2. Совершенствовать умение нырять на глубину с открыванием глаз. 3. Воспитывать интерес к занятиям.	1. Скольжение на груди, толчком ноги от бортика – 3 раза. 2. Скольжение на груди с различным положением рук – 4 раза. 3. «Торпеды» на груди - 2-3 раза. 4. Скольжение с доской на груди – 3 раза. 5. Скольжение на груди с доской, с работой ног – 4 раза. 6. Скольжение на груди с доской с работой ног, лицо в воде – 3 раза. 7. Игра «Водолазы» - 3 мин. 8. Игры «Пальчики», «Смешные рожицы» - 2 мин. 9. Игра «Буксиры» - 2 раза.	«Торпеды» - дети плывут, работая ногами кролем, руки лежат вдоль туловища. «Водолазы» - дети ныряют на дно, открывают глаза и достают предметы. «Буксиры»-играющие встают в пары и выстраиваются на условной линии старта. По сигналу ведущего первые номера, стараясь обогнать друга, идут к финишу, буксируя своих партнеров, которые лежат на воде, держась руками за пояс.	Тема: «Мы одеваемся» закрепление слов: платье-кулмэк, брюки-чалбар, футболка.  П/и:«Командир»(бит ю, кул ю, басыгыз, утырыгыз).	
2 неделя 2 занятие	Скольжение на груди с доской, с работой ног	1. Совершенствовать скольжение на груди с доской, с работой ног. 2. Приучать открывать глаза в воде при поиске на дне предметов.	1. «Спрячься под воду» - 2 мин. 2. «Поднырни» - 2 мин. 3. Игра «Насос» - 3 раза. 4. Скольжение на груди с последующим длительным лежанием – 2 раза. 5. Скольжение на груди с	«Насос»-дети стоят парами, взявшись за руки, лицом друг к другу. По очереди, приседая, они погружаются в воду с головой. Каждый из играющих погружается в воду 4-5 раз. «Найди камень» - дети	Тема: «Веселые игрушки» закрепление слов: сними-сал, оденьки, спи-йокла.  П/и:«Командир»(сними-сал, одень-	«Стая уток»-русская народная игра.

	<p>3. Обращать внимание на качественное выполнение упражнений.</p>	<p>работой ног, руки вдоль туловища – 2-4 раза.          6. Скольжение на груди с работой ног с пенопластом в руках, лицо над водой - 2 раза.          7. Скольжение на груди с работой ног с пенопластом в руках, лицо в воде – 2 раза          8. Игра «Найди камень» - 2 раза.          9. «Ляг на дно» - 3 раза.          10. Свободное плавание.</p>	<p>выстраиваются в шеренгу. Каждый в руке держит приметный камень. По сигналу все бросают камешки в воду (дальность метания ограничена ориентиром в соответствии с глубиной дна. По второму сигналу бросаются в воду и стараются найти свой камень.</p>	<p>ки, спи-йокла).</p>	
--	--	---	---	------------------------	--



Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
3 неделя 3 занятие	Скольжение на груди с работой ног.	1. Совершенствовать скольжение на груди с работой ног, лицо опущено в воду. 2. Закреплять умение находить предметы на глубине. 3. Способствовать длительному выдоху ртом, носом в воду.	1. Свободное проплывание друг за другом вдоль бортика: - выдох ртом, носом пуская пузыри – 1 мин., - попеременные движения ногами – 1 мин. 2. «Кто дольше пролежит на задержке дыхания» - 2 раза. 3. Работа ногами у бортика – 2 мин. 4. Скольжение на груди с работой ног – 2 раза. 5. Скольжение на груди переход в «Поплавок» - 2 раза. 6. Скольжение на груди в парах с работой ног – 2 раза. 7. Скольжение на груди с различным положением рук – 4 раза. 8. Игра «Водяной».	«Водяной»-водящий сидит в центре круга с закрытыми глазами. Остальные двигаются по кругу со словами: «Водяной, водяной, что сидишь ты под водой, выгляни на чуточку, на одну минуточку». Круг останавливается, водяной с закрытыми глазами подходит к одному из играющих и трогая руками определяет стоящего перед ним. Если угадает меняется с тем, кого угадал. «Поплавок» - играющие, сделав глубокий вдох и задержав дыхание, приседают, обхватив, колени руками, всплывают на поверхность. В этом положении каждый «поплавок» старается продержаться на воде до счета 10.	Тема: «Веселые игрушки» закрепление слов: сними-сал, одень-ки, спи-йокла.  П/и: «Командир»( сними-сал, одень-ки, спи-йокла).	

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
4 неделя 4 заняти е	«Звезда» на спине.	1. Закрепить упражнение «Звезда» на спине. 2. Учить скольжению на спине. 3. Воспитывать дисциплину.	1. «Звезда» на спине - 2-3 раза. 2. Обучение скольжению на спине: Игровое упражнение «Ракета» - 5-7 мин. 3. Игра «Баю бай» - дети стоят у бортика, обхватив плавательную доску двумя руками и прижав ее к груди. По сигналу инструктора дети ложатся на спину, крепко прижимая доску. Задача проскользить до другого бортика, не перевернувшись на грудь – 4 раза. 4. Игра «Буксир» в парах на груди – 2 раза. 5. Игра «Кораблики» – 2 мин.	«Ракета» - дети ногами упираются в бортик бассейна, и.п. – сидя, руками упереться в пол. Голова лежит на воде. По сигналу инструктора: «Ракета стреляет» - ребенок отталкивается, выпрямляется, скользит на спине. Руки прижимает вдоль туловища . «Задний ход!» - двигаются спиной вперед.	Тема: «Хэерле кон» закрепление слов: лицо-бит,рука-кул,добрый день-хэерле кон.  П/и:«Кома ндир»(бит ю кулю, утырыгыз).	«Стая уток»- русская народная игра.

**Календарное планирование ООД по плаванию на март месяц в старшей группе**

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
1 неделя 1 занятие	Совершенство вание работу ног в скольжени и на груди.	1. Продолжать учить скольжению на спине. 2. Учить выполнять поворот на спину из положения лежа на груди, руки вверху. 3. Совершенствовать работу ног в скольжении на груди.	1. Скольжение на груди с работой ног с пенопластом – 2 раза. 2. Скольжение на груди с работой ног с разным положением рук – 4 раза. 3. Скольжение на спине – 4 раза. 4. Скольжение на груди, переход на спину – 2 раза. 5. «Буксир» на груди – 2 раза. 6. «Буксир» на спине – 2 раза. 7. Игра «Гонка мечей» - 2 мин. 8. Свободное плавание.	«Гонка мечей» - игра проводится в виде эстафеты. Первые плывут или передвигаются по дну, подталкивая перед собой мяч (головой, толчками плеч или предплечий). Нельзя касаться мяча руками. Добравшись до вехи, игрок таким же путем возвращается назад и передает мяч следующему игроку.	Тема: «В магазине игрушек» закрепление слов: Эта медведь-бу аю(туп, курчак, эт, песи), медведь красивый-аю матур, маленький-кечкенэ, большой-зур, чистый-чиста.  П/и:«Командир»( сними-сал, одень-ки, спи-йокла).	«Карусель »- татарская народная игра.
2 неделя 2 занятие	Разучивать упражнени е «Винт».	1. Осваивать толчок одной ногой от стены при скольжении на спине. 2. Разучивать вращение на спине в упражнении «Винт». 3. Развивать внимание.	1. «Рак» - передвижение по дну на руках и на ногах - 1 мин. 2. Работа ногами у бортика – 2-3 мин. 3. «Сколько раз постучали?» – 2 мин. 4. Упражнение «Поплавок»- 3 раза по 20 сек. 5. «Спрячься в воду» - 2 мин. 6. «Торпеды» - 3 раза. 7. Скольжение на спине – 4 раза. 8. Скольжение на груди, поворот на спину, лежать – 4 раза. 9. «Винт» - 4 раза. 10. Игра «Лучшая торпеда» - 3 раза.	«Торпеды» - дети плывут, работая ногами кролем, руки лежат вдоль туловища. «Винт» - дети скользят на груди, затем переворачиваются на спину, потом снова на грудь и так несколько раз. Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога. Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений. Практический: игровой метод.	Тема: «День рождение у куклы» закрепление слов:красивый мяч- матур туп, большая машина-зур машина, вкусный чай-тэмле чэй, красный-кызыл.  С/и:«Какой предмет?» П/и: «Командир» ( сними-сал, одень-ки, спи-йокла).	

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
3 неделя 3 занятия е	Совершенство упражнений «Винт».	1. Совершенствовать скольжение на спине и упражнение «Винт». 2. Совершенствовать работу ног в упражнении «Плавание на боку». 3. Учить работать руками кролем.	1. Скольжение на груди с работой ног: - с различным положением рук, - на правом и на левом боку – по 2 раза. 2. Скольжение на груди с переворотом на спину – дети выполняют скольжение на груди, проплыв несколько метров, стараются перевернуться на спину – 3 раза. 3. Упражнение «Винт» - 3 раза. 4. Скольжение на спине – 2 раза. 5. Игра «Буксир» - на груди и на спине – по 2 раза.	«Винт» - дети скользят на груди, затем переворачиваются на спину, потом снова на грудь и так несколько раз. Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога. Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений. Практический: игровой метод.	Тема: «Мы любим играть» закрепление слов: люблю-яратам. С/и:«Вежливые слова»( Добрый день-хэерле кон,иртэ, очень вкусно-бик тэмле, спасибо-рэхмэт).	
4 неделя 4 занятия е	Работа ногами кролем	1. Совершенствовать работу ногами кролем. 2. Совершенствовать упражнение «Винт». 3. Воспитывать уверенность в своих силах.	1. Свободно проплывать вдоль бассейна друг за другом выполняя: выдох в воду ртом, носом – 2 круга. 2. Попеременные движения ногами - 2 круга. 3. У бортика: в парах «Покажи пальчики» - 2 раза. 4. Упражнение «Фонтан» - 3 раза по 15 сек.	«Винт» - дети скользят на груди, затем переворачиваются на спину, потом снова на грудь и так несколько раз. Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые	Тема: «Что есть?» закрепление слов: стол-остэл, стул-урындык, кровать-карават. С/и:«Переводчик»( снимии-сал, одень-ки, спи-йокла).	«Су анасы»- «Водяная»- татарская народная игра.

		<p>5. Скольжение на груди с доской с работой ног – 3 раза.</p> <p>6. Скольжение на спине с доской – 4 раза.</p> <p>7. Упражнение «Винт» - 4 раза.</p> <p>8. Игра «Кораблики» - 1 мин..</p>	<p>ориентир, помощь педагога.</p> <p>Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений.</p> <p>Практический: игровой метод.</p>	
--	--	--	--	--

### Календарное планирование ОД по плаванию на апрель месяц в старшей группе

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
1 неделя 1 занятие	Скольжение на спине.	<p>1. Обучать работе ног в скольжении на спине.</p> <p>2. Совершенствовать работу ног в скольжении на груди с доской.</p> <p>3. Воспитывать организованность на занятиях.</p>	<p>1. «Звезда» на спине – 3 раза.</p> <p>2. Работа ног кролем в скольжении на спине: - руки вверху – 2 раза, - с доской – 4 раза.</p> <p>3. Скольжение на груди с работой ног с мячиком в руках: - на правом боку, - на левом боку, - «Торпеды» - по 2 раза.</p> <p>4. Игра «Буксир» на груди, на спине с работой ног – 3 мин.</p>	<p>«Торпеды» - дети плывут, работая ногами кролем, руки лежат вдоль туловища.</p> <p>«Буксиры»-играющие встают в пары и выстраиваются на условной линии старта. По сигналу ведущего первые номера, стараясь обогнать друга, идут к финишу, буксируя своих партнеров, которые лежат на воде, держась руками за пояс.</p>	<p>Тема: «Что ты любишь?»</p> <p>закрепление слов:»продукты», «овоци», «игрушки».</p> <p>С/и:«Назови любимую игрушку».</p>	

<p>2 недел я 2 занят ие</p>	<p>Скольжен ие на спине.</p>	<p>1. Сидя на бортике отрабатывать работу ног кролем. 2. Совершенствовать скольжение на спине. 3. Совершенствовать работу ног кролем на груди.</p>	<p>1. На суше: имитация работы ног кролем, сидя на бортике, затем тоже в воде – 2-3 мин. 2. От середины бортика: - скольжение на спине, руки вверху – 3 раза, - скольжение на спине - «Звезда» - 2 раза. 3. Скольжение на груди с работой ног, правая рука вверху, левая внизу – 2 раза, - тоже с другой рукой – 2 раза. 4. Скольжение на груди с работой ног, руки за спиной – 2 раза. 5. Игра «Невод» - 2 мин.</p>	<p><u>«Невод»-на ограниченной водной территории располагаются «рыбки» и водящий. По сигналу он старается запятнать кого-либо из игроков первый раз рукой. Запятнанный берется за руку с водящим, образуется «невод» и продолжается ловля рыбок. Невод увеличивается за счет пойманных игроков.</u></p>	<p>Тема: «Что есть?» закрепление слов:нэрсэ бар? Бар игрушки. П/и:«Карусель».</p>	<p>«У медведя во бору»- русская народная игра.</p>
---	--------------------------------------	--	--	--	---	--

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
3 неделя 3 заняти е	Диагности ка	Проверка плавательных способностей: пассивное плавание на груди («Звезда», «Поплавок»), на спине («Звезда»); - скольжение на груди, на спине («Стрела»); - скольжение на груди и на спине с движениями ног («Торпеда»); - плавание произвольным способом; - погружение в воду с головой; - <b>ВЫДОХ В ВОДУ.</b>	1. Выполнить упр. «Звезда» на груди и на спине – 2 раза, -«Поплавок»– 2 раза. 2. Скольжение на груди с работой ног, правая рука вверху, левая выполняет гребок кролем, - тоже с другой рукой – по 2 раза. 3. «Торпеда» на груди и на спине – 4 раза. 4. «Быстрые катера», в парах на скорость – 2 раза. 5. Скольжение на спине – 2 раза. 6. Игра «Нырни в обруч» на спине – 2 мин.	« <u>Быстрые катера</u> » - скольжение с доской (следить, чтобы дети при толчке от дна вытягивали ноги, не поджимали под себя; руки выпрямляли, не сгибали их в локтях).  « <u>Нырни в обруч</u> »- в воду вертикально опускают обруч с грузами. Дети встают в колонну, идут вдоль бортика к обручу. Затем погружаются в воду, проходят сквозь обруч, выныривают на поверхность с другой стороны и двигаются дальше.	Тема: «Что есть?- нэрсэ бар?» закрепление слов: «мебель», «овоци», «игрушки».  П/и:«Что есть в корзине.	

4неде ля 4 заняти е	Скольжени е на спине с различным и предметам и	1. Совершенствоват ь скольжение на спине с различными предметами. 2. Продолжать обучать работе ног в скольжении на спине. 3. Учить согласованно работать ногами в скольжении на спине.	1Скольжение на спине с мячиком. 2. Скольжение на спине с работой ног: - руки вверху с доской - 2 раза, - с мячом – 2 раза. 3. Игра «Винтик» с мячиком в руках – 2 мин. 4. Плавание в ластах.	1. Скольжение на спине с мячиком: - руки вверху – 2 раза, - за спиной – 2 раза, - правая рука вверху, - левая рука вверху. Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога. Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений. Практический: игровой метод.	Тема: «Бар, юк»- «Есть, нет» закрепление слов: бар, юк. С/и:«Кто есть?, кого нет?».	«Лисичка и курочка»- русская народная игра.
---------------------------------	--	---	--	--	--	--



**Календарное планирование ОД по плаванию на май месяц в старшей группе**

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
1 неделя 1 занятие	Работа ног в скольжении на спине.	1.Продолжать совершенствовать работу ног в скольжении на спине. 2.Использовать прикладное плавание в совершенствовании работы ног (на боку). 3. Совершенствовать работу ног в скольжении на груди и на спине.	1. Скольжение на спине – 3 раза. 2. Скольжение на груди в обруч – 3 раза. 3. Работа ногами в скольжении на спине – 3-4 мин. 4. Скольжение на спине с доской, ноги работают – 3 раза. 5. Руки вверху, скольжение на спине с работой ног – 2-4 раза. 6.Плыть на правом боку с работой ног, потом на левом - по 2 раза. 7.Свободное плавание.	<u>Работа ногами в скольжении на спине</u> (упражнение проводится у бортика в парах). Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений Практический: игровой метод.	Тема: «Готовимся к Сабантую» закрепление слов: чэк-чэк, очпочмак, чэй, кэнфит, сок, ипи,сот.  П/и:«Магазин».	«Су анасы»- «Водяная»- татарская народная игра.
2 неделя 2 занятие	Обучение плаванию кролем на груди.	1.Продолжать совершенствовать работу ног в скольжении на груди и на спине. 2. Учить плыть кролем на груди в полной координации.	1. Работа руками кролем: - у бортика – 2 мин., - в движении – 2 мин. 2. Скольжение на груди с работой ног. 3. Проплавание кролем на груди в полной координации – 4 раза. 4. Скольжение на спине с работой ног: - руки за спиной – 2 раза, - руки вдоль туловища – 2 раза.	<u>«Перегоны»</u> - плыть кролем на груди в полной координации в парах. <u>Скольжение на груди с работой ног:</u> правая рука вверху, левая выполняет гребок кролем - 2 раза, левая рука вверху, правая выполняет гребок	Тема: «Веселые игры Сабантуя» закрепление слов: беги-йогер, прыгай-сикер, играй-уйна, пой-жырла, тансуйбие.  П/и:«Командир»( беги-йогер, прыгай-сикер, играй-уйна,	

			5. Игра «Перегоны» – 4 раза.	кролем-2 раза.	пой-жырла, тансуй-бие).	
3 недел я 3 занят ие	Кроль в полной координац ии	1. Продолжать обучать стилю кроль в полной координации. 2.Продолжать совершенствовать работу ног в скольжении на спине.	1. «Мельница», в воде – 2 мин. 2. «Кроль» на груди – 4 раза. 3. Скольжение на спине в ластах с различным положением рук – 6 раз. 4. «Веселые старты»: – 5 мин.	«Кроль» на груди в полной координации. «Веселые старты» - в ластах: - на груди, - на спине, - на правом боку, - на левом боку, - кроль на груди. Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога. Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений. Практический: игровой метод.	Тема: «Веселые игры Сабантуя» закрепление слов: беги-йогер, прыгай-сикер, играй-уйна, пой- жырла, тансуй- бие.  П/и:«Командир» ( беги-йогер, прыгай-сикер, играй-уйна, пой- жырла, тансуй- бие).	
4 недел я 4 занят ие	Совершен ствование кроль в полной координац ии.	1. Совершенствоват ь кроль в полной координации. 2.Совершенствова ть скольжение на спине, в парах.	1. Скольжение на спине в обруч – 4 раза. 2. Скольжение на спине, правая рука вверх с работой ног – 2 раза. 3. Тоже с левой рукой – 2 раза. 4. Скольжение на груди с работой ног, правая рука вверх, левая выполняет гребок – 2 раза. 5. Тоже с другой рукой – 2 раза.	«Буксир»-играющие встают в пары и выстраиваются на условной линии старта. По сигналу ведущего первые номера, стараясь обогнать друг- друга, идут к финишу, буксируя своих партнеров, которые		«Кошка и мышь»- татарская народная игра.

			<p>6. Кроль на груди в полной координации – 4 раза.</p> <p>7. «Буксир»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- на груди,</li> <li>-на спине – по 2 раза.</li> </ul>	<p>лежат на воде, держась руками за пояс.</p> <p>Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога.</p> <p>Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений</p> <p>Практический: игровой метод.</p>		
--	--	--	---	--	--	--

Календарное планирование ОД по плаванию на октябрь месяц в подготовительной группе.

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
1 неделя 1 заняти е	Диагности ка	1. Напомнить детям правила поведения на воде. 2.Определить уровень подготовленност и (проводится диагностика). Погружение с головой. Пассивное плавание на груди и на спине («Звезда», «Поплавок»). Скольжение на груди и на спине («Стрела»). Выдох в воду.	1. Упражнения на дыхание: - опускание лица в воду с задержкой дыхания, - опускание лица в воду с выдохом - по 5-6 раз. 2. Игры (закрепление): «Поплавок», «Медуза», «Звезда» на груди – по 2 раза. 3. Лежание на воде у бортика, держась руками за поручень - 2 раза. 4. Скольжение на груди: а) руки вдоль туловища - 4 раза, б) «Стрела», руки вверху – 4 раза, в) «Торпеда» на груди, с работой ног - 2 раза, 5. Скольжение на спине – 3 раза. 6. Игра «Море волнуется» - 2 мин.	«Море волнуется»-дети стоят в колонне по одному. По команде«Море волнуется раз!» ониразбегаются в произвольном направлении(«их разгоняет ветер»), производят любые движения руками, окунаются. Когда преподаватель произнесет : «Ветер стих, море успокоилось!», дети должны быстро занять свои места в колонне. «Медуза»- каждый играющий делает глубокий вдох, свободно ложится на воду, опуская при этом руки. Вначале тело погружается,а затем всплывает.	Тема: «Кто, что делает?» закрепление слов: нишли? йоклый, утыра.  П/и:«Командир» (йокла, утыр).	

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
2 неделя 2 занятия	Погружение в воду с открытыми глазами.	1. Упражняться в погружении в воду открытыми глазами. 2. Совершенствовать скольжение на груди с работой ног. 3. Развивать выносливость.	1. У бортика: выдох в воду через рот, через нос – 4-5 раз. 2. Игра «Сколько раз постучали?» - 2 раза. 3. Игра «Насос» - 1 раз. 4. Скольжение на груди – 4 раза. 5. Игра «Сомбреро» - 3 раза. 6. Работа ног у бортика: а) с поднятой головой над водой, б) с опусканием лица в воду – 2 раза. 7. Игра «Водолазы» - рассматривание на дне предметов и собирание камушков 2 мин.	«Водолазы» - дети ныряют на дно, открывают глаза и достают предметы.  «Насос»-дети стоят парами, взявшись за руки, лицом друг к другу. По очереди, приседая, они погружаются в воду с головой. Каждый из играющих погружается в воду 4-5 раз.	Тема: «Угощаем друзей» закрепление слов: ест-ашый, пьет-эчэ.  С/и: «Назови».	«Медведи в бору» - русская народная игра.

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
3 неделя 3 заняти е	Совершенство вание скольжения на груди с доской.	1.Совершенство вание работы ног при скольжении на груди с доской. 2.Закрепление упражнений «Поплавок», «Звезда».	1. Имитация работы ног кролем, сидя на бортике – 2-3 мин. 2. Имитация работы ног кролем в воде: а) лицо над водой – 2 мин. б) лицо опущено в воду – 1 мин. 3. Скольжение на груди – 3 раза. 4. Игра «Проскользни в обруч» - 2 мин. 5. Скольжение на груди с доской: а) без работы ног, б) с работой ног – 4 раза. 6. «Поплавок», «Звезда» - кто дольше пролежит? – 2 мин. 7. Свободное плавание.	«Поплавок»- играющие, сделав глубокий вдох и задержав дыхание, приседают, обхватив колени руками, всплывают на поверхность. В этом положении каждый «поплавок» старается продержаться на воде до счета десять. Соревнуются две группы или отдельные занимающиеся на качество выполнения упражнения.	Тема: «Что делаешь?- Нишлисен?» закрепление слов: Что делаешь?- Нишлисен?, пью-эчэм, ем-ашыйм.  С/и: «Что делаешь?»	

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
4 неделя 4 занятия е	Вдох над водой и выдох в воду.	1. Совершенствование работы ног кролем в воде в скольжении на груди с доской в руках, выполняя длительный выдох. 2. Обучение вдоху над водой и выдоху в воду в скольжении на груди с доской.	1. Имитация работы ног кролем в воде у бортика – дети делают вдох, начинают работать ногами, если у кого-то не хватает воздуха, снова делает вдох и вновь продолжает работу ног – 3 мин. 2. Скольжение на груди с доской, с работой ног: а) лицо в воде, выполняется длительный выдох - 3 раза, б) проплыв некоторое расстояние сделать вдох, опустить лицо в воду – выдох, ноги при этом работают - 5 раз. 3. Игра «Водолазы» - 2 раза. 4. Скольжение на груди с переходом в упражнения: «Поплавок», «Звезда» - по 2 раза. 5. Игра «Буксир» на груди: а) без работы ног, б) с работой ног – 4 раза.	«Буксиры»-играющие встают в пары и выстраиваются на условной линии старта. По сигналу ведущего первые номера, стараясь обогнать друг-друга, идут к финишу, буксируя своих партнеров, которые лежат на воде, держась руками за пояс.  Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений.  Практический: игровой метод	Тема: «Давайте, познакомимся» закрепление слов: играет-уинный, играю-уинный.  С/и «Ты кто?».	«Кошка и мыши»- татарская народная игра.

## Календарное планирование ОД по плаванию на ноябрь месяц в подготовительной группе.

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
1 неделя 1 заняти е	Совершенство вание дыхания при скольжении на груди.	1. Добиваться правильной работы ног при скольжении с доской и без доски. 2. Обучение переходу из лежания на груди в лежание на спине. 3. Совершенствовани е дыхания при скольжении на груди.	1. Выдохи в воду сериями - 2 мин. 2. Игра «Кто дольше пробудет под водой?» - 1 мин. 3. Совершенствование работы ног кролем у бортика - 3-4 раз. 4. Скольжение с работой ног на груди: а) с доской - 3 раза, б) без доски – 3 раза. 5. «Винт» у бортика – 4 раза. 6. Игра: «Баю-бай» - 2 мин.. 7. Свободное плавание с ластами.	«Винт» - дети скользят на груди, затем переворачиваются на спину, потом снова на грудь и так несколько раз. «Баю бай» - дети стоят у бортика, обхватив плавательную доску двумя руками и прижав ее к груди. По сигналу инструктора дети ложатся на спину, крепко прижимая доску. Задача проскользить до другого бортика, не перевернувшись на грудь.	Тема: «Идем в кафе» закрепление слов: иду-барам, куда идешь-кая барасын?что ты делаешь?- син нишлисен? С/и: «Назови что это (овощи)».	«Су анасы»- «Водяная»- татарская народная игра.



Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
2 неделя 2 занятия	Совершенствование упражнения «Винт».	1. Повторение и совершенствование упражнения «Винт». 2. Знакомство с работой рук кролем.	1. У бортика: имитационные движения рук «кролем» - 2 мин. 2. В движении по бассейну дети в приседе выполняют имитационные движения руками «кролем» - 1 мин. 3. Скольжение на груди, выдох через нос - 2-3 раза. 4. Скольжение - «Винт» - 6 раз. 5. «Торпеды», руки вверху – 2 раза. 6. Скольжение на груди с работой ног, правая рука вверху, левая выполняет гребок – 2 раза; - то же, с правой рукой – 2 раза. 7. «У кого больше пузырей?» - 2 раза. 8. Плыть кролем на груди в полной координации – 2 раза. 9. Игра «Буксир» на груди.	«Торпеды» - дети плывут, работая ногами кролем, руки лежат вдоль туловища.  «Водолазы» - дети ныряют на дно, открывают глаза и достают предметы. Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений.  Практический: игровой метод.	Тема: «Веселые игры» закрепление слов: прыгай-сикер, прыгаю-сикерэм.  П/и: «Командир» (прыгай-сикер, прыгаю-сикерэм, танцуй-бие, танцую-биим, беги-йогер, бегу-йогерэм).	

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	НРК
3 недел я 3 заняти е	Работа в паре. «кролем».	1. Обучить детей технике «кролем». со стороны. 2. Упражнения в воде. 3. Упражнения в бассейне. 4. Упражнения в бассейне. 5. Упражнения в бассейне. 6. Упражнения в бассейне. 7. Упражнения в бассейне. 8. Упражнения в бассейне.	1. Игровые упражнения на спине. 2. Игровые упражнения на спине. 3. Игровые упражнения на спине. 4. Игровые упражнения на спине. 5. Игровые упражнения на спине. 6. Игровые упражнения на спине. 7. Игровые упражнения на спине. 8. Игровые упражнения на спине.	«Спрячься» - дети в воду иорасиди, взявши как доза рука, щбрауотрикувшето попосакуни«Спрячься» водной рукой приседают, другой рукой под живот и головой, не разрывая рук. Назадной и вперед, Имитация стрелы скользи звук в вех. ориентиры, иБмопбайедагдети стоят у бортика, обхватив Словесный объяснение, двумя руками спортивную название упражнения. инструктора дети ложатся Практически: икроной поднимающую доску. Задача проскользить до другого бортика, не перевернувшись на грудь.	Тема: «Смелые, «Спортивный правила в Казахстане запрещается сверлят и от неберечь лек? они ма яшь? С/и: «Что делаю?». «Интервью» (ты кто?, сколько лет?).	
			8. Игра «Спрячься под воду» – 2 мин.			

**Календарное планирование ОД по плаванию на декабрь месяц в подготовительной группе.**

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
1 недел я 1 заняти е	Скольжение на спине.	1. Продолжать учить скользить на спине. 2. Приучать к длительному лежанию на спине в упражнении «Звезда» на спине.	1. Скольжение на спине с переходом на грудь – 3 раза. 2. Скольжение на груди с переходом на спину – 2 раза. 3. «Винт» - 2 раза. 4. «Звезда» на спине - « У кого дольше проплавает «Звезда» на волнах?» - 2 мин. 5. Скольжение на груди правая рука вверху, левая выполняет гребок – 3 раза.и наоборот – 3 раза. 6. Игра «Скольжение на спине с мячом» - 4 раза.	«Винт» - дети скользят на груди, затем переворачиваются на спину, потом снова на грудь и так несколько раз. «Звезда» на спине, дети поднимают руки вверх, ноги на ширине плеч. По сигналу ложатся на спину, изображая звезду.	Тема: «На спортивном празднике» закрепление слов: волк-буре, ежик-керпе, лет-яшь,сколько тебе лет- сина ничэ яшь?	«Лисичка и курочка»- русская народная игра.

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
2 недел я 2 заняти е	Упражнения «Звезда» на спине.	1. Закреплять навык длительного лежания на груди и на спине. 2. Совершенствовать работу ног «кролем» с доской (вдох – лицо опускаем в воду, в воде медленный выдох). 3. Добиваться правильного положения корпуса в воде, имитация работы рук «кролем».	1. В воде, у бортика имитация работы рук «кролем» – 2 мин. 2. В воде, у бортика имитация работы рук «кролем» в движении – 3 круга. 3. «Звезда» на груди и на спине с длительным лежанием – «Кто дольше?» - 2 мин. 4. Работа ногами «кролем», вдох - поднять голову, опустить - медленный выдох: - с доской – 2 раза, - без доски – 2 раза. 5. Скольжение на груди, правая рука на доске – левая выполняет гребок «кролем» - 3 раза, - то же с другой рукой – 3 раза. 6. Свободное плавание с ластами.	«Звезда» на спине, дети поднимают руки вверх, ноги на ширине плеч. По сигналу ложатся на спину, изображая звезду, тоже самое на груди. Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога. Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений. Практический: игровой метод.	Тема: «Наши друзья» закрепление слов: курица-тавык, петух-этэч. С/и: «Это что?»	

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа; игровые приемы(УМК)	ЭРЭ
4 3 4 3 занятия е	Работа рук «кролем» на грудь.	1. Совершенствовани е толчка одной ногой от бортика из положения «кроль» на спине. На грудь. 2. Упражнять в Совершенствовани работе рук е работы ногами в «кролем» в полной плавании на груди координации в ластах координации. 3. Прививать детям умение свободно владеть своим телом в воде.	1. Упражнения на дыхание в «Кроль» на груди в кругу 5 раз 2. Игра «Покажи пятки» - 2 толчком одной ноги от бортика бассейна - 6 раз. 3. Упражнения сидя на бортика бассейна в мелком месте работать ногами как при плавании в «Кроль» на груди в «кроль» на спине - 3 мин. 4. «Фонтан» - 3 раза по 20 ластах - 4 раза. 4. Игра «Мина» - 2 мин. 5. Толчок одной ногой от бортика в скольжении ластах. «кроль» на спине - 4 раза. 6. Скольжение на спине с работой ног - 2 раза. 7. «Кроль» на груди в ластах - 2 раза. 8. «Кроль» на спине с работой ног в ластах - 2 раза. 9. «Буксиры» на спине - 3 раза.	«Буксиры»-играющие «Попади торпедой в цель» встают в пары и - обращать внимание на выстраиваются на сильный толчок, условной линии старта. проплыть в обруч . По сигналу ведущего первые номера стараясь «Мина»- выполняется обогнать друг-друга, идут скольжение на груди, под к финишу буксируя своих лежащий надувной круг. партнеров, которые лежат Если задеть частью тела на воде, держась руками за пояс, то «мина» взрывается.	Тема: «На горке» Тема: «Наши закрепление друзья» слов: санки- закрепление чана, катается – слов: курица- шуа, тавык, петух- этэч, утка-урдэк, С/и: «Что мы волк-буре, делаем на мышь-тычкан. горке?» С/и: «Назови животных»	

**Календарное планирование ОД по плаванию на январь месяц в подготовительной группе.**

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
1 неделя 1 занятия е	«Кроль» в полной координаци и в ластах.	1. Продолжать упражнять в скольжении на спине с работой ног в ластах и без. 2. Совершенствовать «Кроль» в полной координации. 3. Закреплять навык погружения и открывание глаз под водой.	1. Скольжение на спине с работой ног в ластах - 4 раза. а) руки вдоль туловища, б) руки вверх, в) руки за спиной. 2. «Кто больше соберет предметов со дна» - 2 раза. 3. «Кроль» на груди в полной координации - 2 раза. 4. Скольжение на спине с работой ног без ласт - 2 раза. 5. «Кроль» на груди без ласт - 2 раза.	«Кто больше соберет предметов со дна» - игра по принципу «Водолазы». Дети ныряют на дно, открывают глаза и достают предметы.  Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений.  Практический: игровой метод.	Тема: «Акбай катается на санке» закрепление слов: санки- чана, катается- шуа. С/и: «Что мы делаем на горке?»	«Кошка и мышь»- татарская народная игра.

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
2 неделя 2 заняти е	«Кроль» в полной координаци и.	1. Совершенствовани е «кроль» на груди и на спине, проплывая весь бассейн (по кругу) в лопаточках и без них. 2. Совершенствовани е работы рук кролем на спине.	1. «Кроль» на груди в лопаточках, вторая половина круга в ускоренном темпе – 2-3 раза. 2. «Кроль» на спине – 2 раза. 3. Работа руками в скольжении на спине: - правая рука вверху, левая выполняет гребок – 2 раза, - тоже другой рукой – 2 раза. 4. Скольжение на спине с работой рук, мяч зажат между ногами – 4 раза. 5. Одновременная работа рук в скольжении на спине: - ноги «кроль», - ноги «волна» - по 2 раза. 6. Игра «Чья команда быстрее соберется»– 2 мин.	<u>«Чья команда быстрее соберется»</u> - дети делятся на 2-3 группы, с одинаковым числом играющих. По сигналу расходятся по всему бассейну, выполняя различные упражнения по своему желанию. По свистку дети должны проплыть до своего места любым способом и построиться в колонну. Преподаватель отличает чья команда быстрее соберется.	Тема: «На горке» закрепление слов: санки-чана, катается-шуа, катаюсь-шуам.  С/и: «Что мы делаем на горке?»	

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
3 неделя 3 занятие	Промежуточная диагностика.	Диагностика плавательных способностей.	1.Погружение с головой с открытыми глазами. 2. Скольжение на груди и на спине с движениями ног («Торпеда») 3. Движения рук в скольжении на груди. 4. Проплывание произвольным способом с опорой (длину бассейна). 5. Выдох в воду сериями (3-5 раз подряд).	«Водолазы» - дети ныряют на дно, открывают глаза и достают предметы. «Резвый мячик» - детям раздаются маленькие мячики. По сигналу – они дуют каждый на свой мячик. Кто первый доберется до другого бортика бассейна. Дети должны дуть сильно и длительно.	Тема: «Танцуй!» закрепление слов: танцуй-бие, танцует-бии, давай-эйдэ. П/и «Командир»: йогер, сикер, бие.	
4 неделя 4 занятие	Работа ног «кролем» на груди и на спине в ластах.	1.Продолжать совершенствовать работу ног «кролем» на груди и на спине в ластах. 2. Совершенствовать скольжение на спине, используя ласты. 3. Знакомить с прыжком в воду из исходного положения, сидя на бортике.	1. Имитация работы ног кролем сидя на бортике ноги в воде – 2 мин. 2. Плавание с доской в ластах кролем на груди – 2 раза. 3. Тоже, но без ласт – 4 раза. 4. Скольжение на спине в ластах: - руки вверх – 2 раза, - правая рука вверх – 2 раза, - левая рука вверх. 5. Игра «Сом в клетке» – 2 мин. 6. Прыжок в воду из исходного положения сидя на бортике.	«Сом в клетке» - игроки, держась за руки, образуют круглую сетку. В центре круга «Сом». Он старается вырваться из круга, подпрыгивая, подныривая или переваливаясь через руки ребят. Игрок, по чьей вине «Сом» вырвался, водит.	Тема: «Мы танцуем» закрепление слов: танцуй-бие, танцует-бии, танцюю-биим, давай-эйдэ. П/и «Командир»: йогер, сикер, бие.	«Су анасы»- «Водяная»- татарская народная игра.



Календарное планирование ОД по плаванию на февраль месяц в подготовительной группе.

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
1 неделя 1 занятие	«Кроль» на груди в полной координации.	1. Введение в занятие силовых упражнений, используя лопаточки для рук. 2. Совершенствование плавания способом «Кроль» на груди в полной координации. 3. Дальнейшее совершенствование работы ног кролем на спине в упражнении «Фонтан», сидя на дне.	1. На мелком месте выполняют упражнение «Фонтан» ногами, упор на руки – 2 мин. 2. Упражнение «Фонтан» с опорой на локти – 2 мин. 3. Скольжение на спине с работой ног, с доской – 4 раза. 4. Инструктор раздает детям спорт. лопаточки, объясняет их назначение. Знакомство с техникой безопасности, связанной с работой в лопаточках – 5 мин. 5. Скольжение на груди с работой ног, правая рука вверху, левая выполняет гребок в лопаточке – 2 раза., тоже самое др. рукой – 2 раза. 6. «Кроль» на груди в полной координации в лопаточках – 4 раза.	«Фонтан» - дети садятся на дно, делают упор руками сзади, поднимают ноги и работают прямыми ногами вверх-вниз. Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога. Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений. Практический: игровой метод	Тема: «Готовим подарки на день рождения» закрепление слов: пой-жырла, пою-жырлым. П/и «Командир»: йогер, сикер,жырла, бие.	«Су анасы»- «Водяная»- татарская народная игра.

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
2 неделя 2 занятия	Скольжение на спине и на груди.	1. Учить выполнять упражнения в ускоренном темпе. 2. Приучать проплывать весь бассейн. 3. Совершенствовать скольжение на спине и на груди с работой ног.	1. Медленные выдохи в воду сериями через: - нос, - рот – по 3 раза. 2. Скольжение на спине с работой ног в ластах: - руки вверху – 2 раза, - руки за спиной – 2 раза, - руки вдоль туловища – 2 раза. 3. Плавание на груди с работой ног без ласт: - на правом боку, правая рука вверху, левая внизу, прижата к бедру, - тоже на левом – по 3 раза. 4. Скольжение на спине с работой ног – 2 раза. 5. Игра «Чистое поле» - 2 мин.	«Чистое поле»-бассейн разделяется дорожкой пополам, а дети делятся на 2 команды. У каждого ребенка по мячу. По сигналу каждая команда старается забросить большей мячей в «поле» противника. По сигналу игра останавливается, проигрывает команда в чьей команде больше мячей. Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога. Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений.  Практический: игровой метод.	Тема: «Готовим подарки на день рождения» закрепление слов: пой-жырла, пою-жырлым.  П/и «Командир»: йогер, сикер, жырла, бие.	«Су анасы»- «Водяная»- татарская народная игра.

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
3 неделя 3 заняти е	«Кроль» на груди в полной координации в ластах.	1. Знакомить с элементами гидроаэробики. 2. Совершенствовать «Кроль» на груди в полной координации, используя поочередно ласты и лопаточки для рук. 3. Совершенствовать работу ног в упражнении на боку.	1. «Кроль» на груди в ластах – 3 раза. 2. «Кроль» на груди в лопаточках: – правая рука вверху, левая выполняет гребок, – тоже, наоборот – 3 раза. 3. «Кроль» в координации без лопаточек со скоростью – 2 раза. - в парах «Кто быстрее?» - 1 раз. 4. Работа ног на боку (правая, левая) - по 2 раза. 5. Игра «Волейбол » с большим мячом – 2 мин.	Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога. Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений. Практический: игровой метод.	Тема: «У Мияу день рождение» закрепление слов: поем-жырлыйбыз, поет-жырлый, белый-ак, черный-кара, большое спасибо-зур рэхмэт.  С/и: «Назови цвет», «Вежливые слова».	

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
4 неделя 4 заняти е	Работа ног «кролем»	1. Совершенствовать «кроль» в полной координации, используя ласты. 2. Совершенствовать работу ног кролем в упражнении «на боку». 3. Знакомить с новым стилем плавания «Волна».	1. Кроль в полной координации на груди в ластах – 4 раза. 2. Правая рука вверху, левая внизу – плыть на боку в ластах – 2 раза. То же на другом боку – 2 раза. 3. Знакомство с упражнением «Волна»: - просмотр иллюстраций, - показ упражнения – 3 мин. - у бортика упражнение «Волна» - 2 мин. 5. Упражнение «Волны на море» – 4 мин. 6. Игра «Невод» - 2 мин.	«Волны на море»- занимающиеся стоят лицом в круг на расстоянии вытянутых рук. Руки отведены вправо(влево), лежат на поверхности воды, ладони повернуты по направлению движения рук. Одновременно с поворотом туловищ дети проносят руки под самой поверхностью воды в противоположную сторону-образуются волны. Движение продолжается бесперерывно то в одну, то в другую сторону.	Тема: «За праздничным столом» закрепление слов: большое спасибо-зур рэхмэт.  С/и: «Вежливые слова».	«Стая уток»- русская народная игра.

**Календарное планирование ООД по плаванию на март месяц в подготовительной группе.**

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
1 неделя 1 занятие	Знакомство с элементами стиля «Дельфин».	1. Продолжать знакомить с элементами стиля «Дельфин»- «Волна». 2. Совершенствовать упражнение на дыхание в скольжении на груди с работой ног (без доски).	1. Скольжение на груди – 4 раза. 2. Упражнение «Волна» стоя у бортика – 2 мин. 3. «Волна» лежа на воде, держась за поручни – 2 мин. 4. «Волна» с доской – 4 раза. 5. Игра «Быстрые дельфины» - и выполнить упражнение «Волна» - 2 мин.	« <u>Быстрые дельфины</u> » - дети должны по очереди нырнуть в лежащий на воде обруч.  <u>Скольжение на груди</u> с работой ног, руки вверх. Ребенок старается сделать вдох над водой, затем медленный выдох, ноги работают.	Тема: «Веселое путешествие» закрепление слов: читает книгу-китап укый.  П/и: «Собери овощи в корзину».	«Карусель»- татарская народная игра.
2 неделя 2 занятие	Знакомство с упражнением «Волна».	1. Учить плавать в полной координации на спине. 2.Продолжать обучать упражнению «Волна», применяя ласты.	1. «Мельница» в парах - 5 - 7 мин. 2. Кроль на спине в полной координации – 3 раза. 3. «Волна» в ластах: - руки вверх, - руки вдоль туловища – по 3 раза. 4. «Волна» на правом, левом боку – 2 раза.	« <u>Мельница</u> » в парах – один лежит на спине в воде, другой придерживает его за стопы. Прямая рука должна касаться уха. Когда одна рука делает гребок, другая проносится над водой.	Тема: «Веселое путешествие» закрепление слов: рисую-рэсем ясьйм, школа-мэктэп.  С/и: «Школа».	

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
3 неделя 3 заняти е	«Кроль» на груди и на спине.	1. Продолжать учить выполнять гребковые движения руками в скольжении на груди и на спине, используя лопаточки. 2. Продолжать вводить элементы гидроаэробики.	1. Гидроаэробика. Под музыку с мячиками – упр. № 1-5. 2. «Кроль» на груди с лопаточками – 4 раза. 3. «Кроль» на груди без лопаточек с ускорением в парах – 4 раза. 4. «Кроль» на спине в полной координации – 3 раза. 5. Игра «Веселые дельфины» - 2 раза. 6. Игра «Пропеллер» – 2 раза.	«Пропеллер»- ребенок начинает плыть кролем на груди, затем поворачивается на спину, работая руками и снова на грудь. Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога. Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений	Тема: «В школе» закрепление слов: очень вкусно- бик тэмле. П/и: «Командир»: бит ю, кул ю, сикер, утыр, жырла, бие.	
4 неделя 4 заняти е	Упражнение «басс».	1. Продолжать знакомить с новыми способами плавания – «Басс». 2. Совершенствовать упражнение «Волна». 3. Упражнять плавание способом «Кроль» на спине.	1. Имитация движений рук и ног «бассом», у бортика – 2 мин. 2. Скольжение на груди с доской, работа ногами «Басс» – 4 раза. 3. Скольжение: руки «басс», ноги «волна» - 4 раза. 4. Кроль на спине в ластах – 2 раза. 5. Скольжение: руки «басс», ноги «волна» в ластах – 3 раза.	Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога. Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений. Практический: игровой метод	Тема: «В лесной школе» закрепление слов: тетрадь-дэфтэр, книга-китап, дневник-кондэлек, пенал, альбом.	«Карусель»- татарская народная игра.

### Календарное планирование ОД по плаванию на апрель месяц в подготовительной группе.

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
1 неделя 1 занятие	Упражнения «Волна» и «брасс».	1. Упражнять в гидроаэробике. 2. Продолжать знакомить со способом плавания «Брасс». 3. Совершенствовать упражнение «Волна» в разных упражнениях.	1. Скольжение – ноги «брасс» - 3 раза. 2. Скольжение – ноги «волна» - 8 раз. 3. «Волна»: - на правом боку, - левом боку, - руки за спиной, - на спине – по 2 раза. 4. Комбинированное плавание: - руки «брасс» - ноги «волна» - 2 раза, - руки «кроль» - ноги «брасс» - 2 раза, - на спине – ноги «волна» - 2 раза.	Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений.  Практический: игровой метод.	Тема: «Веселое путешествие» закрепление слов: рисуно-рэсем ясыим, школа-мэктэп.  П/и: «Командир»	«Су анасы»- «Водяная»- татарская народная игра.
2 неделя 2 занятие	Гребковые движения в скольжении на груди.	1. Закреплять умение синхронно выполнять упражнения под музыку. 2. Учить выполнять гребковые движения в скольжении на груди и на спине. 3. Совершенствовать упражнения «Волна» и «Брасс».	1. Упражнения с лопаточками: - «Кроль» на спине, - «Кроль» на груди – по 2 раза. 2. «Брасс» в лопаточках в полной координации – 4 раза. 3. Скольжение на груди с работой ног «брассом» - 3 раза. 4. «Волна» - руки впереди – 2 раза. 5. Скольжение: руки «брассом», ноги «волна» - 2 раза. 6. Свободное плавание в ластах.	Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений.  Практический: игровой метод.	Тема: «В школе» закрепление слов: очень вкусно-бик тэмле. С/и: «Что мы любим?»	«У медведя во бору»- русская народная игра.

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
3 неделя 3 занятия	Диагностика	Проверить плавательные способности детей.	1. Погружение с головой с открытыми глазами; 2. Скольжение на груди и на спине с движениями ног («Торпеда»); 3. Движения рук в скольжении на груди и на спине; 4. Проплавание произвольным способом (длину бассейна); 5. Выдох в воду сериями (8-12 раз подряд).	Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений.  Практический: игровой метод.	Тема: «Диагностика» закрепление слов: здравствуйте-исэнмесез, до свидания-сау булыгыз, спасибо-рэхмэт.  С/и: Син кем?Мин Саша, Син нинди малай(кыз)?Мин зур, матур, эйбэт малай.	
4 неделя 4 занятия	Диагностика	Проверить плавательные способности детей.	1. Погружение с головой с открытыми глазами; 2. Скольжение на груди и на спине с движениями ног («Торпеда»); 3. Движения рук в скольжении на груди и на спине; 4. Проплавание произвольным способом (длину бассейна); 5. Выдох в воду сериями (8-12 раз подряд).	Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений.  Практический: игровой метод.	Тема: «Диагностика» закрепление слов:Тебе сколько лет?- Сина ничэ яшь?-б(алты).Какой?-нинди?Большой-зур,красивый-матур, чистый-чиста.  П/и : «Командир».	



**Календарное планирование ОД по плаванию на май месяц в подготовительной группе.**

Дата	Тема	Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
1 неделя 1 занятия е	Работа ног различным и способами.	1. Упражнять в гидроаэробике (упражнения № 1-10) под музыку. 2. Совершенствовать работу ног различными способами плавания.	1. Скольжение с доской, работа ног: - «Волна» - на груди – 2 раза, - «Кроль» на груди – 2 раза, - «Кроль» на спине – 2 раза, - «Брасс» - 2 раза. 2. «Волна» на правом боку, левая рука внизу – 2 раза, то же с другой рукой – 2 раза. 3. Скольжение с работой на правом боку – 2 раза, - тоже на левом – 2 раза. 4. «Волна» на спине – 2 раза 5. Свободное плавание в ластах.	Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений.  Практический: игровой метод.	Тема: «Диагностика» закрепление слов: Что делает?-нишли? Ашый, эчэ, утыра, йогерэ, йоклый, уйный, сикерэ, шуа, бии, жырлый.  П/и: «Командир» нишли?.	

2 неделя 2 заняти е	Знакомство с работой рук «бассом».	1. Использовать комбинированное плавание. 2. Продолжать знакомить с работой рук «бассом». 3. Совершенствовать дыхание.	1. Имитация работы рук «бассом» в воде у бортика - 1 мин. 2. Упражнения на дыхание: - «Кто дольше просидит под водой», - «Досчитай до 10» - 2 мин. 3. «Кроль» на груди в парах в быстром темпе – 2 раза. 4. Скольжение на груди: - руки «бассом» в лопаточках, между ног мячик – 4 раза, - руки «бассом», ноги «волна» - 2 раза. 5. Игра «Оса» - 2 мин. 6. Свободное плавание.	Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений.  Практический: игровой метод.	Тема: «Диагностика» закрепление слов:Что делаешь?- нишлисен? Ашыйм, эчэм, утырам, йогерэм, йоклыйм, уйныйм, сикерэм,шуам, биим, жырлыйм. П/и: «Командир» нишли?.	
---------------------------------	---	---	---	---	--	--

Дата		Задачи	Содержание	Методические указания	Словарная работа, игровые приемы(УМК)	ЭРС
3 неделя 3 занятие	Прыжки в воду.	1. Совершенствовать «кроль» на груди и на спине, «басс», «волна». 2. Продолжать обучать прыжкам в воду из и.п.: сидя, стоя, в приседе.	1. «Кроль» на груди в полной координации – полный круг 3 раза. 2. Скольжение на груди с работой ног – полный круг 2 раза. 3. «Кроль» на спине - полный круг. 4. «Волна» на груди – полный круг. 5. «Басс» - полный круг. 6. Прыжки с бортика: - сидя, руки над головой, - в и.п. сидя в обруч.	Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений.  Практический: игровой метод.	Тема: Настольный театр «Кем нэрсэ ярата?» закрепление слов: петух-этэч, коза-кэжэ, собака-эт, кошка-песи.  С/и: Что ты любишь?» Я люблю хлеб-мин ипи яратам. Я люблю кашу-мин ботка яратам.	«Кошка и мыши»- татарская народная игра.
4 неделя 4 занятие	Плавание в ластах.	1. Совершенствовать плавание в ластах. 2. Продолжать обучать прыжкам с бортика в воду.	1. Плавание в ластах: - «Кроль» на груди – 2 раза, - «Волна» на груди – 2 раза, - «Волна » на спине – 2 раза, - «Волна», руки за спиной – 2 раза. 2. Эстафета «Спаси животных», в ластах – 4 раза. 3. Прыжки в обруч – 2 раза.	Наглядный: показ, имитация, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, распоряжения, название упражнений.  Практический: игровой метод.	Тема: Инсценировка сказки «Кем нэрсэ ярата?» « Кто что любит?» закрепление слов:петух-этэч, коза-кэжэ, собака-эт, кошка-песи.  С/и: « Назови животных»	

## Литература

1. «Мир открытий». Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования (пилотный вариант) / Л.Г Петерсон И.А Лыковой 2016 год. — М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2014.
2. Шаехова Р.К. Региональная программа дошкольного образования. – Казань, РИЦ, 2012. – 208 с.
3. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Богина Т.Л. Обучение плаванию в детском саду: Книга для воспитателей детского сада и родителей. – М., «Просвещение», 1991. – 22 с.
4. Сидорова И.В. Как научить ребенка плавать. – М.: Айрис-пресс, 2011. – 144 с.
5. Рыбак М.В. Занятия в бассейне с дошкольниками. – М.: ТЦ Сфера, 2012. – 96 с.
6. Викулов А.Д., Плавание. – М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. – 368 с.
7. Сажина С.Д. Технология интегрированного занятия в ДОУ. М., 2008 г.
8. Региональная программа дошкольного образования Шаехова Р.К. РИЦ Казань 2012 г.

Пронумеровано, прошнуровано, скреплено  
подписью и печатью

45 (сто пятьдесят пять) листов

Заведующий  
МБДОУ № 86

Давлетшина Г.Р.

