

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №83 Фрунзенского района Санкт-Петербурга

Принято:

С учетом мнения Совета родителей
Протокол от 30.08.2022г. № 1
Решением Педагогического совета
ГБДОУ №83 Фрунзенского района
Протокол от 31.08.2022г. № 1

Утверждаю:

Заведующий ГБДОУ №83
Фрунзенского района
Т.И. Юрченко
Приказ от 31.08.2022г. №108



**Рабочая программа педагога ДООП «Веселый дельфин»
физкультурно-спортивной направленности**

Возраст обучающихся: 3 – 7 (8) лет

Срок реализации программы: 8 месяцев (октябрь-май)

Автор-составитель:
педагог дополнительного образования
Важинская В.Д.

Санкт-Петербург
2022

Содержание

1.Актуальность программы.....	3
2.Пояснительная записка.....	3
3.Цель и задачи программы.....	4
4.Планируемые результаты освоения программы.....	4
5.Календарно-тематический план.....	7
6. Календарный учебный график.....	34
7. Содержание программы.....	35
8. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения программ.....	66
8.1 Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся.....	65
9.Организационный раздел.....	66
9.1. Максимально допустимая образовательная нагрузка	66
9.2.Материально – технические условия реализации программы.....	67

1.Актуальность программы

В последние годы все больше внимания уделяется физическому развитию детей, возможности проявления двигательных способностей, актуализации двигательного потенциала каждого ребенка в различных игровых ситуациях, способствующих повышению уровня физического развития и улучшению компенсаторных функций. Практико-ориентированная направленность игровых задач с использованием водных тренажеров, нестандартного физкультурного оборудования успешно развивает плавательные умения детей, всесторонне подготавливает детей к плаванию в естественных условиях и аквацентрах, активизирует мыслительные процессы в ходе доступной исследовательской деятельности, активизирует совместное двигательное творчество, углубляет эмоции и чувства, что соответствует требованиям ФГОС.

2.Пояснительная записка.

Настоящая рабочая программа «Веселый дельфин» разработана с учетом:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ);
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ МОиН РФ от 17.10.2013 № 1155);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. N 1008 г. "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";
- Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 "Санитарно- эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)"
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- СанПиН 1.2.3685 – 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

3.Цель и задачи Программы

Цель программы: Сохранение и укрепление здоровья детей путем вариативного использования свойств воды и воздуха, формирование у детей и родителей сознательного и безопасного поведения в воде.

Задачи программы:

1. Развитие сенсорных основ двигательной деятельности.
2. Укрепление мышечного каркаса, улучшение осанки.
3. Формирование мышечно-связочного аппарата стоп и голеностопного сустава.

4. Нормализация обмена веществ, профилактика ожирения.
5. Развитие деятельности дыхательного аппарата.
6. Улучшение состояния нервной системы.
7. Развитие координации движений и мелкой моторики, выносливости.
8. Развитие настойчивости, воли, умения владеть собой в различных ситуациях, умения договариваться друг с другом, освоение правил поведения на воде.

4. Планируемые результаты освоения программы.

Воспитанник 3-4 лет:

- осуществляет ходьбу и бег в игровых упражнениях в заданных направлениях,
- совершает прыжки на месте, с продвижением в играх со звуковым сопровождением, с образными игрушками, с мячами,
- может брать, держать, переносить, бросать мячи и сюжетные игрушки,
- дует на воду, создавая различные узоры,
- может пролезать в обруч, подлезать под дугу (высота 50 см),
- удерживает равновесие при ходьбе, беге при перешагивании через предметы на дне,
- принимает положение пловца с поддержкой, совершает движения пловца руками и ногами,
- выполняет движения ногами вверх и вниз, руками, сидя и лежа на дне,
- старается энергично выдыхать в процессе дыхательных упражнений,
- осуществляет ориентировку в пространстве,
- выполняет упражнения со звуковым сопровождением,

-демонстрируя выразительность движений.

Воспитанник 4-5 лет:

-осуществляет ходьбу и бег в игровых упражнениях в заданных направлениях в заданном темпе,

-совершает прыжки на месте, с продвижением в играх со звуковым сопровождением, с образными игрушками, с мячами,

-может брать, держать, переносить, бросать мячи среднего диаметра и массажные,

-совершает погружения в воду,

-может пролезать, проплывать с поддержкой в обруч, в туннель, подлезать под дугу (высота 50 см),

-удерживает равновесие при ходьбе, беге при перешагивании через предметы на дне,

-принимает положение пловца с поддержкой, совершает ритмичные движения пловца руками и ногами, учиться плавать,

-выполняет движения ногами вверх и вниз, руками лежа, сидя,

-старается энергично выдыхать в процессе дыхательных упражнений,

-дует на воду через трубочку,

-осуществляет ориентировку в пространстве, находит правую и левую стороны,

-выполняет упражнения со звуковым сопровождением,

-демонстрируя выразительность, пластичность движений.

-приобретают опыт творческого воплощения замыслов в постройках из водного конструктора.

Воспитанник 5-6 лет:

- совершает разнообразные движения в ходьбе и беге, старается удерживать правильную осанку, сохраняя направление движения,

- выполняет бросание различных мячей разными способами в горизонтальную и вертикальную цель,
- совершает проплывание в обруч, в туннель разными способами,
- выполняет образные упражнения на статическое равновесие на дне, на предмете,
- двигается со звуковым сопровождением, выполняя согласованные повороты и прыжки, движения ногами, руками,
- выполняет гребковые движения ногами вверх - вниз, руками, развивает плавательные умения,
- выполняет разнообразные упражнения индивидуально и в группе,
- выполняет упражнения на груди, спине с гребковыми движениями в играх с соревновательным элементом,
- может выполнять упражнения с тренажерами,
- может выполнять упражнения с нестандартным физкультурным оборудованием,
- может выдыхать в воду через трубочку, находить предметы на дне, выполнять экспериментальную деятельность с водой,
- может совместно со сверстниками выполнять постройки из водного конструктора и обыгрывать согласно игровой ситуации,
- свободно выражают свои мысли, творчески воплощают замыслы.

Воспитанник в возрасте от 6 до 7(8) лет:

- совершает разнообразные движения в ходьбе и беге, старается удерживать правильную осанку, сохраняя направление и темп движения,
- выполняет бросание различных мячей разными способами в горизонтальную и вертикальную цель,
- совершает проплывание в обруч, в туннель разными способами, в разном направлении, поточно,
- выполняет образные упражнения на статическое и динамическое равновесие,
- двигается со звуковым, музыкальным сопровождением, выполняя согласованные повороты и прыжки, движения ногами, руками,

- выполняет разнообразные упражнения индивидуально и в группе,
- выполняет гребковые движения ногами вверх - вниз, руками, сидя, лежа, совершенствует плавательные умения,
- может выдыхать в воду через трубочку, находить предметы на дне, выполнять экспериментальную деятельность с водой, придумывать собственные несложные опыты с водой,
- выполняет упражнения на груди, спине с гребковыми движениями в играх с соревновательным элементом,
- может выполнять упражнения с тренажерами,
- может выполнять упражнения с нестандартным физкультурным оборудованием,
- может совместно со сверстниками выполнять постройки из водного конструктора и обыгрывать согласно игровой ситуации,
- свободно выражают свои мысли, творчески воплощают замыслы, согласовывают свои действия друг с другом.

5. Календарно-тематический план

(3-4 лет)

Содержание программных тем:

1.Тема «Вводно-ознакомительная встреча. Диагностика»

Теория: Знакомство с детским коллективом, их интересами. Показ игрушек в бассейне, привлечение к движению за игрушкой. Материалы и оборудование. Техника безопасности.

Практика: Движение в воде вдоль поручня.

2.Тема: «Светофор».

Теория: 1.Развитие умения ходить и бегать в чаше, исследуя пространство бассейна, прыгать в чаше безбоязненно, не наталкиваясь друг на друга, используя при необходимости поручень.

2.Укрепление мышц ног, связочного аппарата стоп в играх с прыжками.

3.Развитие гигиенических навыков на примере игровых персонажей.

Практика:«Красный, желтый, зеленый», «По ровненькой дорожке», «Научим лягушонка Квака умываться», «Веселый мяч».

3.Тема: «Уточки и лягушата подружились».

Теория:1.Развитие умения ходить, бегать, прыгать в чаше безбоязненно, не наталкиваясь друг на друга, используя при необходимости поручень.

2.Укрепление мышц ног, связочного аппарата стоп в играх с прыжками вверх.

3.Развитие гигиенических навыков с игровыми персонажами.

Практика: «Как подружились утята и лягушата». «Прятки лягушат», «Лягушата пускают пузыри». «Уточки ныряют», «Лягушата моют глазки».

4.Тема: «Строим плот».

Теория:1.Развитие мышечного корсета в играх с конструированием из водного конструктора (нудл).

2.Развитие скольжения с подниманием ног от дна чаши, выпрямлением спины.

3. Освоение релаксации в воде с помощью взрослого.

Практика: «Плот строим»,«Плот плывет», «Моторчик ногами»,«Плот качается на волнах».

5.Тема: «Разноцветные мячи».

Теория: 1.Способствование формированию положительных эмоций в играх с соревновательным элементом.

2.Формирование мышечного корсета в играх с бегом со сменой направления (с использованием стрелок).

3.Развитие глубокого выдоха в воду с увеличением емкости легких.

Практика:«Собираем кольца на кольцеброс»,«Сортировка колец по цвету»,«Подуем в колечко», «Пузыри».

6.Тема «Разноцветные мишени в воде».

Теория: 1. Способствование формированию положительных эмоций в играх с малыми мячами с соревновательным элементом.

2.Формирование мышечного корсета в играх с бегом со сменой направления (с использованием стрелок).

3.Развитие глубокого вдоха над водой и выдоха в воду с увеличением емкости легких.

Практика: «Собираем кольца, кто быстрее», «Сортировка колец по цвету», «Подуем в центр мишени», «Пузыри».

7.Тема «Солнышко и дождик».

Теория: 1. Развитие умения согласовывать свои действия по сигналу (звук бубна).

2. Тренировка смелости, мышечной силы в прыжках и погружениях под прохладным душем, развитие сенсорного чувства (прохладная – теплая вода).

3. Развитие ловкости в играх с мячами и обручами.

Практика: «Солнышко и дождик», «Солнечные лучики» (с метанием), «Прятки с приседанием», «Дождик-дождик лей, лей», «Солнечный круг, море вокруг».

8. Тема «Лодочки».

Теория: 1. Развитие умения строиться в колонну, сохраняя дистанцию при движении бегом и шагом, с использованием схем построения.

2. Совершенствование умения попеременной работы рук (кроль) в игровых упражнениях

3. Развитие умения действовать с нудлом: строить мостик, опираться на нудл, сгибать его, применяя достаточную силу.

Практика: «Лодочки плывут под мостиком». «Моторчик руками», «Море волнуется, раз...», «Качаемся на нудле».

9. Тема «Стоим корабль, собираем команду».

Теория: 1. Развитие умения перестраиваться в колонну из шеренги, сохраняя дистанцию при движении бегом и шагом, с использованием схем построения.

2. Совершенствование умения попеременной работы рук (кроль) в игровых упражнениях с персонажами.

3. Развитие умения действовать с нудлом: сгибать его, применяя достаточную силу для строительства корабля.

Практика: «Корабли плывут». «Моторчик руками», «Море волнуется, раз...», «Качаемся на нудле - корабле».

10. Тема «Массажные мячи».

Теория: 1. Развитие координации движений во вращательных движениях с массажными мячами в воде.

2. Развитие партнерских отношений при самомассаже и взаимомассаже мячом, с опорой на образец взрослого.

3. Совершенствование правильного исходного положения при метании и броска малого мяча в обруч.

Практика: «Морской еж», «Руки, ноги, грудь, живот», «Лови, бросай, мяч не теряй».

11. Тема «Волшебная палочка-трубочка».

Теория: 1. Развитие глубокого выдоха в воду посредством палочки-трубочки. Сравнение длин трубочек.

2. Укрепление мышечного каркаса в упражнениях с палочкой.

3. Улучшение эмоционального самочувствия в играх парами. Определение настроения с помощью смайликов.

Практика: «Пузыри», «Крепко держи-не урони», «Прыжок», «Потягушечки», «У кого больше пузырей», «Смайлики».

12. Тема «Море и шторм».

Теория: 1. Развитие силы мышц плечевого пояса и рук в упражнениях на преодоление сопротивления воды, сравнение высоты волн.

2. Развитие умения не закрывать глаза при погружении в воду, не бояться попадания брызг.

3. Совершенствование ориентировки и безбоязненного движения в чаше в играх с бегом, ходьбой с использованием стрелок.

Практика: «Большие волны», «Море волнуется, раз», «Посмотри, что лежит на дне», «Корабли подходят к порту», «Маячок».

13. Тема «Найди игрушку».

Теория: 1. Развитие положительных эмоций от погружения в воду, желание помочь освоению в воде сверстникам.

2. Повышение двигательной активности детей в играх с музыкальным сопровождением (бубен, колокольчик).

3. Развитие непринужденного горизонтального положения в воде при скольжении с помощью нудла и у поручня (самостоятельно).

Практика: «Найди игрушку, передай другу». «Соберем плавающие и тонущие игрушки». «Плаваем как мячики», «Водные качели».

14. Тема «Веселая карусель».

Теория: 1. Способствование освоению основных движений в воде и соотношение альтернативной коммуникацией (бег, ходьба, прыжки на месте и с продвижением).

2. Развитие ритмичности движений рук и ног, проговаривание слов и согласование их с движением.

3. Развитие глубокого дыхания в играх с обручем и трубочками. Сравнение глубины погружения трубочек.

Практика: «Карусель», «По кругу», «Пузыри».

15. Тема «Жители воды».

Теория: 1. Развитие координации движений в имитационных движениях в воде.

2. Развитие партнерских отношений в играх с мячом, с опорой на образец взрослого.

3. Совершенствование правильного исходного положения и полета мяча при метании малого мяча в обруч.

Практика: «Морской еж», «Морской конёк», «Веселые лягушата», «Ловкие рыбки».

16. Тема «Морская дружба».

Теория: 1. Развитие координации движений в имитационных движениях в воде.

2. Развитие партнерских отношений в играх с мячом, с опорой на образец взрослого.

3. Совершенствование правильного исходного положения и полета мяча при метании малого мяча в обруч.

Практика: «Веселые лягушата», «Ловкие рыбки», «Морские звезды», «На море-волны».

17. Тема «Спасение зверей».

1. Развитие мелкой моторики в играх с плавающими игрушками.

2. Развитие смелости при погружении в воду за игрушками. Определение прозрачности воды.

3. Развитие мышечной силы при освоении хвата плавательной доски и скольжения с ней (с помощью взрослого). Слежение за скоростью скольжения доски в соревновательном упражнении.

Практика: «Соберем зверей на кораблик» «Найди игрушку и возьми ее». «Кораблики плывут».

18. Тема «Маленькие и большие рыбки».

Теория: 1. Укрепление мышечного каркаса в движениях туловища вправо-влево и рук попеременно. Развитие понимания левой и правой стороны.

2. Способствование освоению погружения в воду с головой, не совершая захлеб воды. Закрепление названия частей тела.

3. Развитие координации движений в конструировании с использованием нудлов. Анализ образца и построение по образцу.

Практика: «Плавнички», «Щука плывет», «Строим домик для рыбок».

19. Тема «Цветные дуги».

Теория: 1. Развитие свободного всплывания и поддержание положения в играх с нудлами. Сравнение всплывания различных предметов.

2. Развитие умения выполнения действий по сигналу, сохраняя дистанцию между сверстниками.

3. Способствование формированию правильной осанки в движении и покое. Анализ картинки «Правильная осанка – какой она должна быть».

Практика: «Качели», «Гусеницы». «Лошадки» «Ровные спинки».

20. Тема «Туннель в сказку».

Теория: 1. Развитие всплывания и поддержание положения в играх с соревновательным элементом. Сравнение всплывания различных предметов.

2. Развитие умения выполнения действий по сигналу, сохраняя дистанцию между сверстниками. Сравнение дистанции между детьми.

3. Развитие скоростных качеств в играх с соревновательным элементом в скольжении на груди.

Практика: «В туннель за сказкой», «Качели», «Гусеницы», «Лошадки».

21. Тема «Палочка-выручалочка».

Теория: 1. Развитие смелости, выносливости в скольжении к поручню (на расстояние вытянутых рук), чередование скольжения и бега (с использованием карточек).

2. Развитие силы мышц туловища при всплывании у поручня, умения удерживать горизонтальное положение, развитие чувства опорности воды.

3.Способствование увеличению емкости легких в ритмичных выдохах в воду (по команде) (с захватом поручня). Анализ объёма надувного мяча.

Практика: «Лодочки плывут к берегу», «Качели», «Прятки у поручня», «Большой мяч».

22.Тема «Мячи и цели».

Теория: 1.Способствование гармоничному развитию всех групп мышц в играх с ориентировкой. Развитие понимания частей света.

2.Улучшение координации движений в метании мяча правой и левой рукой, нацеливание на безостановочное движение между замахом и броском. Закрепление правой и левой сторон.

3.Развитие связочного аппарата стоп в играх с мячами разного диаметра. Анализ величины мячей.

Практика: «Цветные цели», «Мяч в цель», «Мячи большие и маленькие».

23.Тема «Хозяюшкины хлопоты».

Теория: 1.Повышение активности детей в играх с элементами экспериментирования с использованием мельниц, воронок, ковшиков.

2.Развитие мелкой моторики рук в играх с предметами в воде. Развитие счета предметов.

3.Способствование формированию положительных эмоций в погружении в воду с выдохом. Соотнесение настроения и его условного обозначения в смайлике.

Практика: «Цветные губки», «Мамина стирка», «Овощи-фрукты», «Моем посуду».

24.Тема «Бегимот-сказочник».

Теория: 1.Обучение бегу с легкостью, ритмичностью, отталкиваясь носком, преодолевая сопротивление воды.

2.Приучение совершения движения совместно, чередуя движения и расслабление по сигналу.

3.Развитие активности в совершении самостоятельных движений в сюжетной игре.

Практика: «Бег с Бегимотом», «Кто быстрее добежит, доплывет до поручня». «Черепашки плывут и отдыхают», «Семья Бегимота».

25.Тема «Океанариум».

Теория: 1.Повышение интереса детей к познанию, исследованию водных пространств в океанариуме (с использованием видеопрезентации), стремления поделиться впечатлениями со сверстниками.

2.Развитие выдоха детей в медленном темпе при совершении погружений на время. Знакомство с песочными часами.

3.Совершенствование скольжения как основного элемента плавания (с поддержкой).

Практика: «Раз, два, три, четыре, пять. Я иду искать». «Плыви к поручню», «Плыви ко мне», «Пузырьковый океан».

26.Тема «Подводный мир».

Теория: 1.Развитие умения смены движений по зрительному и слуховому сигналу (с использованием карточек и свистка).

2.Развитие выразительности движений, двигательной активности в играх с имитацией движений. Анализ силуэтного изображения животных на водной аппликации.

3.Приучение к увеличению времени самостоятельного погружения, использования поддержки в случае необходимости.

Практика: «Покажи, как двигается это животное». «Мир морей и океанов». «Кто живет под водой».

27. Тема «Кто быстрее?».

Теория: 1. Повышение интереса детей к познанию, исследованию водных пространств на природе, стремления озвучить свои впечатления в играх с водной аппликацией.

2. Развитие выдоха детей в медленном темпе при совершении погружений. Анализ показаний песочных часов.

3. Совершенствование скольжения как основного элемента плавания.

Практика: «В реке и на море», «Раз, два, три, четыре, пять. Я иду искать», «Плыви к поручню», «Плыви ко мне».

28. Тема «Мячи большие и маленькие».

Теория: 1. Разучивание аэробных движений с кольцами-нудлами.

2. Развитие координации движений в играх с плавающими кругами среднего диаметра.

3. Развитие ориентировки под водой с играх с доставанием погружных колец малого диаметра. Сравнение величин (большое-малое).

Практика: «Комплекс с нудлами-кругами», «Набрось кольцо на мишень», «Серсо в воде», «Радужные кольца».

29. Тема «Моряки-смельчаки».

Теория: 1. Укрепление мышечного каркаса в играх большой интенсивности.

2. Развитие гребковых движений ног (от тазобедренного сустава) в играх со скольжением с нудлами.

3. Развитие внимания в играх с чередованием движений по сигналу, самоконтроля.

Практика: «Морской патруль» (в группе), «Покатай меня» (в парах). «Корабли и буксиры», «Светофор».

30. Тема «Мои любимые игрушки».

Теория: 1. Развитие у детей самостоятельности в выборе игрушек для организации подвижных игр в воде.

2. Закаливание организма детей в играх с обливанием прохладной водой.

3. Формирование потребности детей в освоении навыков самообслуживания и гигиены.

Практика: «Мои любимые игрушки». «Цветные леечки», «Мельница». «Найди свое место», «Водичка-водичка, умой мое личико».

31. Тема «Я-ловкий и сильный!».

Теория: 1. Развитие настойчивости, выносливости в играх с соревновательным элементом.

2. Укрепление мышечного каркаса в основных движениях, используя силу сопротивления воды.

3. Развитие саморегуляции поведения в релаксационных упражнениях.

Практика: «Доплыви, как умешь, до поручня», «Быстрые лягушата», «Отдых на воде».

32. Тема «Вместе с мамой, вместе с папой».

Теория: 1. Развитие стремления к здоровому образу жизни в условиях семейного воспитания.

2. Укрепление мышечного каркаса в играх с соревновательным элементом.

3. Развитие самостоятельности в выборе игрушек для релаксационных игр с водой.
Практика: «Кто быстрее», «Вместе дружная семья», «Отдых на воде с игрушками».

(4-5 лет)

Содержание программных тем:

1. Тема «Вводно-ознакомительная встреча. Диагностика»

Теория: Знакомство с детским коллективом, их интересами. Показ новых игрушек в бассейне, привлечение к движению с игрушкой.
Материалы и оборудование. Техника безопасности.

Практика: Движение в воде с игрушкой..

2. Тема: «Светофор для всех».

Теория: 1. Развитие умения ходить и бегать в чаше, исследуя пространство бассейна, прыгать в чаше безбоязненно, не наталкиваясь друг на друга, используя при необходимости поручень.

2. Укрепление мышц ног, связочного аппарата стоп в играх с прыжками.

3. Развитие гигиенических навыков на примере игровых персонажей.

Практика: «Красный, желтый, зеленый», «По ровненькой дорожке», «Научим Квака умываться», «Веселый мяч».

3. Тема: «Уточки и лягушата подружились в воде».

Теория: 1. Развитие умения ходить, бегать, прыгать в чаше безбоязненно, не наталкиваясь друг на друга, используя при необходимости поручень.

2. Укрепление мышц ног, связочного аппарата стоп в играх с прыжками вверх.

3. Развитие гигиенических навыков с игровыми персонажами.

Практика: «Как подружились утята и лягушата». «Прятки лягушат», «Лягушата пускают пузыри». «Уточки ныряют», «Лягушата моют глазки».

4. Тема: «Строим лодку».

Теория: 1. Развитие мышечного корсета в играх с конструированием из водного конструктора (нудл).

2. Развитие скольжения с подниманием ног от дна чаши, выпрямлением спины.

3. Освоение релаксации в воде с помощью взрослого.

Практика: «Плот строим», «Плот плывет», «Моторчик ногами», «Плот качается на волнах».

5. Тема: «Разноцветные мячи».

Теория: 1.Способствование формированию положительных эмоций в играх с соревновательным элементом.

2.Формирование мышечного корсета в играх с бегом со сменой направления (с использованием стрелок).

3.Развитие глубокого выдоха в воду с увеличением емкости легких.

Практика:«Собираем кольца на кольцеброс»,«Сортировка колец по цвету»,«Подуем в колечко», «Пузыри».

6.Тема «Разноцветные мишени на воде».

Теория: 1.Способствование формированию положительных эмоций в играх с малыми мячами с соревновательным элементом.

2.Формирование мышечного корсета в играх с бегом со сменой направления (с использованием стрелок).

3.Развитие глубокого вдоха над водой и выдоха в воду с увеличением емкости легких.

Практика:«Собираем кольца, кто быстрее»,«Сортировка колец по цвету»,«Подуем в центр мишени», «Пузыри».

7.Тема «Солнышко и дождик».

Теория: 1.Развитие умения согласовывать свои действия по сигналу (звук бубна).

2.Тренировка смелости, мышечной силы в прыжках и погружениях под прохладным душем, развитие сенсорного чувства (прохладная – теплая вода).

3.Развитие ловкости в играх с мячами и обручами.

Практика: «Солнышко и дождик», «Солнечные лучики» (с метанием), «Прятки с приседанием»,«Дождик-дождик лей, лей», «Солнечный круг, море вокруг».

8.Тема «Лодочки и корабли».

Теория: 1.Развитие умения строиться в колонну, сохраняя дистанцию при движении бегом и шагом, с использованием схем построения.

2.Совершенствование умения попеременной работы рук (кроль) в игровых упражнениях

3.Развитие умения действовать с нудлом: строить мостик, опираться на нудл, сгибать его, применяя достаточную силу

Практика:«Лодочки плывут под мостиком».«Моторчик руками», «Море волнуется, раз...», «Качаемся на нудле».

9.Тема «Стоим вместе корабль: капитаны и моряки».

Теория: 1. Развитие умения перестраиваться в колонну из шеренги, сохраняя дистанцию при движении бегом и шагом, с использованием схем построения.

2. Совершенствование умения попеременной работы рук (кроль) в игровых упражнениях с персонажами.

3. Развитие умения действовать с нудлом: сгибать его, применяя достаточную силу для строительства корабля.

Практика: «Корабли плывут», «Моторчик руками», «Море волнуется, раз...», «Качаемся на нудле - корабле».

10. Тема «Массажные мячи».

Теория: 1. Развитие координации движений во вращательных движениях с массажными мячами в воде.

2. Развитие партнерских отношений при самомассаже и взаимомассаже мячом, с опорой на образец взрослого.

3. Совершенствование правильного исходного положения при метании и броска малого мяча в обруч.

Практика: «Морской еж», «Руки, ноги, грудь, живот», «Лови, бросай, мяч не теряй».

11. Тема «Волшебная палочка-трубочка».

Теория: 1. Развитие глубокого выдоха в воду посредством палочки-трубочки. Сравнение длин трубочек.

2. Укрепление мышечного каркаса в упражнениях с палочкой.

3. Улучшение эмоционального самочувствия в играх парами. Определение настроения с помощью смайликов.

Практика: «Пузыри», «Крепко держи-не урони», «Прыжок», «Потягушечки», «У кого больше пузырей», «Смайлики».

12. Тема «Шторм на море».

Теория: 1. Развитие силы мышц плечевого пояса и рук в упражнениях на преодоление сопротивления воды, сравнение высоты волн.

2. Развитие умения не закрывать глаза при погружении в воду, не бояться попадания брызг.

3. Совершенствование ориентировки и безбоязненного движения в чаше в играх с бегом, ходьбой с использованием стрелок.

Практика: «Большие волны», «Море волнуется, раз», «Посмотри, что лежит на дне», «Корабли подходят к порту», «Маячок».

13. Тема «Найди игрушки».

Теория: 1. Развитие положительных эмоций от погружения в воду, желание помочь освоению в воде сверстникам.

2. Повышение двигательной активности детей в играх с музыкальным сопровождением (бубен, колокольчик).

3. Развитие непринужденного горизонтального положения в воде при скольжении с помощью нудла и у поручня (самостоятельно).

Практика: «Найди игрушку, передай другу». «Соберем плавающие и тонущие игрушки». «Плаваем как мячики», «Водные качели».

14. Тема «Веселая карусель дружных ребят».

Теория: 1. Способствование освоению основных движений в воде и соотношению альтернативной коммуникацией (бег, ходьба, прыжки на месте и с продвижением).

2. Развитие ритмичности движений рук и ног, проговаривание слов и согласование их с движением.

3. Развитие глубокого дыхания в играх с обручем и трубочками. Сравнение глубины погружения трубочек.

Практика: «Карусель», «По кругу», «Пузыри».

15. Тема «Жители воды и суши».

Теория: 1. Развитие координации движений в имитационных движениях в воде.

2. Развитие партнерских отношений в играх с мячом, с опорой на образец взрослого.

3. Совершенствование правильного исходного положения и полета мяча при метании малого мяча в обруч.

Практика: «Морской еж», «Морской конёк», «Веселые лягушата», «Ловкие рыбки».

16. Тема «Морская дружба крепкая».

Теория: 1. Развитие координации движений в имитационных движениях в воде.

2. Развитие партнерских отношений в играх с мячом, с опорой на образец взрослого.

3. Совершенствование правильного исходного положения и полета мяча при метании малого мяча в обруч.

Практика: «Веселые лягушата», «Ловкие рыбки», «Морские звезды», «На море-волны».

17. Тема «Спасение зверей на воде».

1. Развитие мелкой моторики в играх с плавающими игрушками.

2. Развитие смелости при погружении в воду за игрушками. Определение прозрачности воды.

3. Развитие мышечной силы при освоении хвата плавательной доски и скольжения с ней (с помощью взрослого). Слежение за скоростью скольжения доски в соревновательном упражнении.

Практика: «Соберем зверей на кораблик» «Найди игрушку и возьми ее». «Кораблики плывут».

18. Тема «Маленькие и большие рыбки».

Теория: 1. Укрепление мышечного каркаса в движениях туловища вправо-влево и рук попеременно. Развитие понимания левой и правой стороны.

2. Способствование освоению погружения в воду с головой, не совершая захлеб воды. Закрепление названия частей тела.

3. Развитие координации движений в конструировании с использованием нудлов. Анализ образца и построение по образцу.

Практика: «Плавнички», «Щука плывет», «Строим домик для рыбок».

19. Тема «Цветные дуги и ворота».

Теория: 1. Развитие свободного всплывания и поддержание положения в играх с нудлами. Сравнение всплывания различных предметов.
2. Развитие умения выполнения действий по сигналу, сохраняя дистанцию между сверстниками.
3. Способствование формированию правильной осанки в движении и покое. Анализ картинки «Правильная осанка – какой она должна быть».

Практика: «Качели», «Гусеницы». «Лошадки» «Ровные спинки».

20. Тема «Туннель в сказку».

Теория: 1. Развитие всплывания и поддержание положения в играх с соревновательным элементом. Сравнение всплывания различных предметов.
2. Развитие умения выполнения действий по сигналу, сохраняя дистанцию между сверстниками. Сравнение дистанции между детьми.
3. Развитие скоростных качеств в играх с соревновательным элементом в скольжении на груди.

Практика: «В туннель за сказкой», «Качели», «Гусеницы», «Лошадки».

21. Тема «Палочка-выручалочка».

Теория: 1. Развитие смелости, выносливости в скольжении к поручню (на расстояние вытянутых рук), чередование скольжения и бега (с использованием карточек).
2. Развитие силы мышц туловища при всплывании у поручня, умения удерживать горизонтальное положение, развитие чувство опорности воды.
3. Способствование увеличению емкости легких в ритмичных выдохах в воду (по команде) (с захватом поручня). Анализ объёма надувного мяча.

Практика: «Лодочки плывут к берегу», «Качели», «Прятки у поручня», «Большой мяч».

22. Тема «Мячи и цели».

Теория: 1. Способствование гармоничному развитию всех групп мышц в играх с ориентировкой. Развитие понимания частей света.
2. Улучшение координации движений в метании мяча правой и левой рукой, нацеливание на безостановочное движение между замахом и броском. Закрепление правой и левой сторон.
3. Развитие связочного аппарата стоп в играх с мячами разного диаметра. Анализ величины мячей.

Практика: «Цветные цели», «Мяч в цель», «Мячи большие и маленькие».

23. Тема «Добрая хозяйшкa».

Теория: 1. Повышение активности детей в играх с элементами экспериментирования с использованием мельниц, воронок, ковшиков.
2. Развитие мелкой моторики рук в играх с предметами в воде. Развитие счета предметов.
3. Способствование формированию положительных эмоций в погружении в воду с выдохом. Соотнесение настроения и его условного обозначения в смайлике.

Практика: «Цветные губки», «Мамина стирка», «Овощи-фрукты», «Моем посуду».

24.Тема «Бегимот-сказочник в пруду».

Теория: 1.Обучение бегу с легкостью, ритмичностью, отталкиваясь носком, преодолевая сопротивление воды.

2.Приучение совершения движения совместно, чередуя движения и расслабление по сигналу.

3.Развитие активности в совершении самостоятельных движений в сюжетной игре.

Практика: «Бег с черепашками», «Кто быстрее добежит, доплывет до поручня». «Черепашки плывут и отдыхают»,«Семья Бегимота».

25.Тема «Океанариум».

Теория: 1.Повышение интереса детей к познанию, исследованию водных пространств в океанариуме (с использованием видеопрезентации), стремления поделиться впечатлениями со сверстниками.

2.Развитие выдоха детей в медленном темпе при совершении погружений на время. Знакомство с песочными часами.

3.Совершенствование скольжения как основного элемента плавания (с поддержкой).

Практика:«Раз, два, три, четыре, пять. Я иду искать». «Плыви к поручню», «Плыви ко мне», «Пузырьковый океан».

26.Тема «Подводный мир».

Теория: 1.Развитие умения смены движений по зрительному и слуховому сигналу (с использованием карточек и свистка).

2.Развитие выразительности движений, двигательной активности в играх с имитацией движений. Анализ силуэтного изображения животных на водной аппликации.

3.Приучение к увеличению времени самостоятельного погружения, использования поддержки в случае необходимости.

Практика: «Покажи, как двигается это животное».«Мир морей и океанов».«Кто живет под водой».

27.Тема «Кто быстрее?».

Теория: 1.Повышение интереса детей к познанию, исследованию водных пространств на природе, стремления озвучить свои впечатления в играх с водной аппликацией.

2.Развитие выдоха детей в медленном темпе при совершении погружений. Анализ показаний песочных часов.

3.Совершенствование скольжения как основного элемента плавания.

Практика: «В реке и на море»,«Раз, два, три, четыре, пять. Я иду искать», «Плыви к поручню», «Плыви ко мне».

28.Тема «Мячи большие и маленькие».

Теория: 1.Разучивание аэробных движений с кольцами-нудлами.

2.Развитие координации движений в играх с плавающими кругами среднего диаметра.

3.Развитие ориентировки под водой с играх с доставанием погружных колец малого диаметра. Сравнение величин (большое-малое).

Практика: «Комплекс с нудлами-кругами», «Набрось кольцо на мишень», «Серсо в воде», «Радужные кольца».

29.Тема «Моряки-смельчаки».

Теория: 1.Укрепление мышечного каркаса в играх большой интенсивности.

2.Развитие гребковых движений ног (от тазобедренного сустава) в играх со скольжением с нудлами.

3. Развитие внимания в играх с чередованием движений по сигналу, самоконтроля.

Практика: «Морской патруль» (в группе), «Покатай меня» (в парах). «Корабли и буксиры», «Светофор».

30. Тема «Мои любимые игрушки».

Теория: 1. Развитие у детей самостоятельности в выборе игрушек для организации подвижных игр в воде.

2. Закаливание организма детей в играх с обливанием прохладной водой.

3. Формирование потребности детей в освоении навыков самообслуживания и гигиены.

Практика: «Мои любимые игрушки». «Цветные леечки», «Мельница». «Найди свое место», «Водичка-водичка, умой мое личико».

31. Тема «Я-ловкий и сильный!».

Теория: 1. Развитие настойчивости, выносливости в играх с соревновательным элементом.

2. Укрепление мышечного каркаса в основных движениях, используя силу сопротивления воды.

3. Развитие саморегуляции поведения в релаксационных упражнениях.

Практика: «Доплыви, как умеешь, до поручня», «Быстрые лягушата», «Отдых на воде».

32. Тема «Вместе с мамой, вместе с папой».

Теория: 1. Развитие стремления к здоровому образу жизни в условиях семейного воспитания.

2. Укрепление мышечного каркаса в играх с соревновательным элементом.

3. Развитие самостоятельности в выборе игрушек для релаксационных игр с водой.

Практика: «Кто быстрее», «Вместе дружная семья», «Отдых на воде с игрушками».

(5-6 лет)

Содержание программных тем:

1. Тема «Вводно-ознакомительная встреча. Диагностика»

Теория: Знакомство с детским коллективом, их интересами. Показ новых игрушек в бассейне, привлечение к совместным играм с игрушками.

Материалы и оборудование. Техника безопасности.

Практика: Согласованное движение в воде с игрушками.

2. Тема: «Светофор».

Теория: 1. Развитие умения ходить и бегать в чаше в разных направлениях, исследуя пространство бассейна, прыгать в чаше разными способами, не наталкиваясь друг на друга, используя при необходимости поручень.

2. Укрепление мышц ног, связочного аппарата стоп в играх с прыжками через донные ориентиры.

3. Развитие гигиенических навыков на примере игровых персонажей.

Практика: «Красный, желтый, зеленый», «По дороге», «Веселые мячи».

3. Тема: «Царевна-лягушка».

Теория: 1. Развитие умения ходить, бегать, прыгать в чаше толчком двух ног от дна, не наталкиваясь друг на друга, используя при необходимости поручень.

2. Укрепление мышц ног, связочного аппарата стоп в сюжетных играх с прыжками вверх.

3. Развитие гигиенических навыков с игровыми персонажами.

Практика: «Поймай комара», «Прятки», «Лягушата пускают пузырьки», «Лягушата моют глазки».

4. Тема: «Морские узлы».

Теория: 1. Развитие мелкой моторики в играх с веревками, развитие координации движений. Сравнение длин веревок, составление узоров из веревок.

2. Развитие скольжения с подниманием ног от дна чаши под веревкой, выпрямлением спины. Определение глубины погружения веревочного ориентира.

3. Освоение релаксации в воде с помощью взрослого.

Практика: «Морской узел», «Под веревкой проплыви-не задень», «Моторчик ногами», «Плот качается на волнах».

5. Тема: «Мой веселый, звонкий мяч».

Теория: 1. Способствование формированию положительных эмоций в играх-соревнованиях с мячами.

2. Формирование мышечного корсета в играх с прыжками со сменой направления (с использованием стрелок).

3. Развитие глубокого выдоха в воду с увеличением емкости легких. Рассматривание пузырьков воздуха, направление их движения.

Практика: «Собираем мячи в корзину», «Сортировка мячей по цвету, размеру», «Подуем в колечко», «Пузыри».

6. Тема «Почта настоящих моряков».

Теория: 1. Способствование формированию положительных эмоций в скоростно – силовых играх с предметами с соревновательным элементом.

2. Формирование мышечного корсета в играх с бегом со сменой направления (с использованием плана движения).

3. Развитие глубокого вдоха над водой и выдоха в воду с увеличением емкости легких.

Практика: «Доставляем почту, кто быстрее», «Сортировка почтового груза по цвету», «Чей корабль быстрее плывет (с дыханием)», «Пузыри».

7. Тема «Осенние дожди».

Теория: 1. Развитие умения согласовывать свои действия по сигналу в имитационных общеразвивающих упражнениях (звук бубна).

2. Тренировка смелости, мышечной силы в прыжках и погружениях под прохладным душем, развитие сенсорного чувства (прохладная – теплая вода).

3. Развитие ловкости, скоростно-силовых качеств в играх с мячами и обручами.

Практика: «Солнышко и дождик», «Солнечные лучики» (с метанием), «Прятки с приседанием», «Дождик-дождик лей, лей», «Солнечный круг, море вокруг».

8. Тема «Наш веселый огород».

Теория: 1. Развитие умения строиться в колонну, сохраняя дистанцию при движении бегом и шагом, с использованием схем построения, движения в данном построении.

2. Совершенствование умения попеременной работы рук, ног (кроль) в игровых упражнениях

3. Развитие мелкой моторики в играх с игрушками – заместителями и муляжами. Развитие словаря детей по теме «Фрукты – овощи».

Практика: «Овощи-фрукты», «Моторчик руками», «Море волнуется, раз...», «Ветер-ветерок».

9. Тема «Стоим корабль, распределяем корабельные профессии».

Теория: 1. Развитие умения перестраиваться в команды, сохраняя дистанцию при движении бегом и шагом, выполняя имитационные упражнения.

2. Совершенствование умения попеременной работы рук, ног (кроль) в игровых упражнениях с персонажами.

3. Развитие умения действовать с нудлом: сгибать его, применяя достаточную силу для строительства корабля.

Практика: «Корабли плывут», «Моторчик руками», «Море волнуется, раз...», «Качаемся на нудле - корабле».

10. Тема «Тактильные острова».

Теория: 1. Развитие координации движений в разноплановых играх с массажными тренажерами в воде.

2. Развитие партнерских отношений при выполнении упражнений на массажных тренажерах, с опорой на образец взрослого.

3. Совершенствование правильного исходного положения при броске малого мяча в вертикальную и горизонтальную цель.

Практика: «Морской остров», «Руки, ноги, грудь, живот», «Лови, бросай, мяч не теряй».

11. Тема «Палочка-трубочка».

Теория: 1. Развитие глубокого выдоха в воду посредством палочки-трубочки. Сравнение длин и цветов трубочек.

2. Укрепление мышечного каркаса и дыхательной системы в упражнениях с палочкой.

3. Улучшение эмоционального самочувствия в играх парами. Определение настроения с помощью смайликов.

Практика: «Пузыри», «Ловкий прыжок», «Потягушечки», «У кого больше пузырей», «Смайлики».

12. Тема «Шторм и штиль».

Теория: 1. Развитие силы мышц плечевого пояса и рук в упражнениях на преодоление сопротивления воды, сравнение высоты волн и применяемого усилия.

2. Развитие умения не закрывать глаза при погружении в воду, ориентироваться под водой в играх с погружными игрушками.

3. Совершенствование ориентировки и безбоязненного расслабления в положении лежа на воде в релаксационных упражнениях.

Практика: «Большие волны», «Море волнуется, раз», «Найди, что лежит на дне», «Корабли подходят к порту», «Штиль на море».

13. Тема «Найди игрушки по схеме».

Теория: 1. Развитие положительных эмоций от погружения в воду, желание помочь освоению в воде сверстникам (с использованием схем, стрелок).

2. Повышение двигательной активности детей в играх с музыкальным сопровождением (бубен, колокольчик).

3. Развитие непринужденного горизонтального положения в воде при скольжении с помощью нудла (самостоятельно).

Практика: «Найди игрушку, передай другу». «Соберем плавающие и тонущие игрушки», «Водные качели».

14. Тема «Серебряное копытце».

Теория: 1. Способствование освоению основных движений в сюжетной игре в воде и соотношение альтернативной коммуникацией (бег, ходьба, прыжки на месте и с продвижением).

2. Развитие ритмичности движений рук и ног, самостоятельное произношение слов в играх со словами и согласование их с движением.

3. Развитие глубокого дыхания в играх с обручем и трубочками. Сравнение глубины погружения трубочек и прилагаемого дыхательного усилия.

Практика: «Конь-огонь», «По кругу вместе с другом», «Пузыри».

15. Тема «Жители воды и суши».

Теория: 1. Развитие координации движений в имитационных движениях в сюжетных играх в воде.
2. Развитие партнерских отношений в играх с мячом (с использованием карточек).
3. Совершенствование правильного исходного положения и полета мяча при метании малого мяча в обруч.
Практика: «Морской еж», «Эстафета морских коньков», «Веселые лягушата», «Ловкие рыбки».

16. Тема «Морская дружба».

Теория: 1. Развитие координации движений в имитационных играх в воде.
2. Развитие партнерских отношений в играх с мячом, с опорой на образец взрослого.
3. Совершенствование правильного исходного положения и полета мяча при метании малого мяча в обруч.
Практика: «Веселые лягушата», «Ловкие рыбки», «Морские звезды», «На море-волны».

17. Тема «Спасатели на воде».

1. Развитие мелкой моторики в играх с плавающими игрушками.
2. Развитие смелости при погружении в воду за игрушками. Определение прозрачности воды.
3. Развитие мышечной силы при освоении хвата плавательной доски и скольжения с ней (с помощью взрослого). Слежение за скоростью скольжения доски в соревновательном упражнении.

Практика: «Соберем зверей на кораблик» «Найди игрушку и возьми ее». «Кораблики плывут».

18. Тема «Маленькие и большие жители воды».

Теория: 1. Укрепление мышечного каркаса в движениях туловища вправо-влево и рук попеременно. Развитие понимания левой и правой стороны.

2. Способствование освоению погружения в воду с головой, не совершая захлеб воды. Закрепление названия частей тела.

3. Развитие координации движений в сюжетных играх с водной тематикой.

Практика: «Плавнички», «Щука плывет», «Строим домик для рыбок».

19. Тема «Цветные обручи».

Теория: 1. Развитие свободного всплывания и поддержание положения в играх с обручами. Сравнение всплывания различных предметов.

2. Развитие умения выполнения действий по сигналу, сохраняя дистанцию между сверстниками.

3. Способствование формированию правильной осанки в движении и покое. Анализ картинки «Правильная осанка – какой она должна быть».

Практика: «Цветные обручи», «Качели», «Гусеницы», «Лошадки», «Ровные спинки».

20. Тема «Туннель в сказку».

Теория: 1. Развитие всплывания и поддержание положения в играх с соревновательным элементом. Сравнение всплывания различных предметов.

2. Развитие умения выполнения действий по сигналу, сохраняя дистанцию между сверстниками. Сравнение дистанции между детьми.

3. Развитие скоростных качеств в играх с соревновательным элементом в скольжении на груди в последовательно расположенные обручи.

Практика: «В туннель за сказкой», «Качели», «Гусеницы», «Лошадки».

21. Тема «Палочка-выручалочка».

Теория: 1. Развитие смелости, выносливости в скольжении к поручню (на расстояние вытянутых рук), чередование скольжения и бега (с использованием карточек).

2. Развитие силы мышц туловища при всплывании у поручня, умения удерживать горизонтальное положение, развитие чувство опорности воды.

3. Способствование увеличению емкости легких в ритмичных выдохах в воду (по команде) (с захватом поручня). Анализ объема надувного мяча.

Практика: «Лодочки плывут к берегу», «Качели», «Прятки у поручня», «Большой мяч».

22. Тема «Мячи и цели».

Теория: 1. Способствование гармоничному развитию всех групп мышц в играх с ориентировкой. Развитие понимания частей света.

2. Улучшение координации движений в метании мяча правой и левой рукой, нацеливание на безостановочное движение между замахом и броском. Закрепление правой и левой сторон.

3. Развитие связочного аппарата стоп в играх с мячами разного диаметра. Анализ величины мячей.

Практика: «Цветные цели», «Мяч в цель», «Мячи большие и маленькие».

23. Тема «Мамины помощники».

Теория: 1. Повышение активности детей в играх с элементами экспериментирования с использованием мельниц, воронок, ковшиков, мисок.

2. Развитие мелкой моторики рук в играх с предметами в воде. Развитие счета предметов.

3. Способствование формированию положительных эмоций в погружении в воду с выполнением заданий. Соотнесение настроения и его условного обозначения в смайлике.

Практика: «Цветные губки», «Мамина стирка», «Овощи-фрукты», «Моем посуду».

24. Тема «Сказка про львёнка и черепаху».

Теория: 1. Обучение бегу с легкостью, ритмичностью, отталкиваясь носком, преодолевая сопротивление воды.

2. Приучение совершению движения совместно, чередуя движения и расслабление по сигналу.

3. Развитие активности в совершении самостоятельных движений в сюжетной игре.

Практика: «Бег с черепашками», «Кто быстрее добегит, доплывет до поручня». «Черепашки плывут и отдыхают», «Черепашкина семья».

25. Тема «Цирк на воде».

Теория: 1. Повышение интереса детей к познанию, исследованию водных пространств в океанариуме (с использованием видеопрезентации), стремления поделиться впечатлениями со сверстниками.

2. Развитие выдоха детей в медленном темпе при совершении погружений на время. Знакомство с песочными часами.

3. Совершенствование плавательных умений имитационной направленности (дельфин, лягушата, морской котик, тюлень, синий кит).

Практика: «Раз, два, три, четыре, пять. Я иду искать». «Плыви к поручню», «Плыви ко мне», «Пузырьковый океан».

26. Тема «Экспедиция в подводный мир».

Теория: 1. Развитие умения смены движений по зрительному и слуховому сигналу (с использованием карточек и свистка). Принятие ребенком роли ведущего экспедиции.

2. Развитие выразительности движений, двигательной активности в играх с имитацией движений. Анализ силуэтного изображения животных на водной аппликации.

3. Приучение к увеличению времени самостоятельного погружения, использования поддержки в случае необходимости.

Практика: «Покажи, как двигается это животное». «Мир морей и океанов». «Кто живет под водой».

27. Тема «Кто быстрее?».

Теория: 1. Повышение интереса детей к познанию, исследованию водных пространств на природе, стремления озвучить свои впечатления в играх с водной аппликацией.

2. Развитие скоростно-силовых качеств детей в играх-эстафетах.

3. Совершенствование скольжения как основного элемента плавания, в сочетании с работой рук.

Практика: «В реке и на море», «Раз, два, три, четыре, пять. Я иду искать», «Плыви к поручню», «Плыви ко мне».

28. Тема «Мячи большие и маленькие».

Теория: 1. Разучивание групповых аэробных движений с мячами.

2. Развитие координации движений в играх с плавающими кругами среднего диаметра.

3. Развитие ориентировки под водой с играх с доставанием погружных колец малого диаметра. Сравнение величин (большое-малое).

Практика: «Комплекс с нудлами-кругами», «Набрось кольцо на мишень», «Серсо в воде», «Радужные кольца».

29. Тема «Водолазы ищут клады».

Теория: 1. Укрепление мышечного каркаса в играх большой интенсивности с погружением.

2. Развитие гребковых движений ног (от тазобедренного сустава) в играх со скольжением с нудлами.

3. Развитие внимания в играх с чередованием движений по сигналу, самоконтроля.

Практика: «Водолазы», «Покатай меня» (в парах). «Корабли и буксиры», «Светофор».

30. Тема «Мои любимые игрушки».

Теория: 1. Развитие у детей самостоятельности в выборе игрушек для организации подвижных игр в воде.

2. Закаливание организма детей в играх с обливанием прохладной водой.

3. Формирование потребности детей в освоении навыков самообслуживания и гигиены.

Практика: «Мои любимые игрушки». «Цветные леечки», «Мельница». «Найди свое место».

31. Тема «Я-ловкий и сильный!».

Теория: 1. Развитие настойчивости, выносливости в играх с соревновательным элементом.
2. Укрепление мышечного каркаса в основных движениях, используя силу сопротивления воды.
3. Развитие саморегуляции поведения в релаксационных упражнениях.

Практика: «Кто быстрее?», «Быстрые лягушата», «Отдых на воде».

32. Тема «Вместе с мамой, вместе с папой».

Теория: 1. Развитие стремления к здоровому образу жизни в условиях семейного воспитания.
2. Укрепление мышечного каркаса в играх с соревновательным элементом.
3. Развитие самостоятельности в выборе игрушек для релаксационных игр с водой.

Практика: «Кто быстрее», «Вместе дружная семья», «Отдых на воде с игрушками».

(6-7 лет)

Содержание программных тем:

1. Тема «Вводно-ознакомительная встреча. Диагностика»

Теория: Знакомство с детским коллективом, их интересами. Показ новых игрушек в бассейне, привлечение к совместным играм с игрушками.
Материалы и оборудование. Техника безопасности.

Практика: Согласованное движение в воде с игрушками.

2. Тема: «Светофор».

Теория: 1. Развитие умения ходить и бегать в чаше в разных направлениях, исследуя пространство бассейна, прыгать в чаше разными способами, не наталкиваясь друг на друга.

2. Укрепление мышц ног, связочного аппарата стоп в играх с прыжками через донные ориентиры.

3. Развитие гигиенических навыков на примере игровых персонажей.

Практика: «Красный, желтый, зеленый», «По дороге», «Веселые мячи».

3. Тема: «Царевна-лягушка».

Теория: 1. Развитие умения ходить, бегать, прыгать в чаше толчком двух ног от дна, ориентируясь на звуковые интервалы.

2. Укрепление мышц ног, связочного аппарата стоп в сюжетных играх с прыжками вверх.

3. Развитие гигиенических навыков с игровыми персонажами.

Практика: «Поймай комара», «Прятки», «Лягушата пускают пузыри», «Лягушата моют глазки».

4. Тема: «Морские узлы».

Теория: 1. Развитие мелкой моторики в играх с веревками, развитие координации движений. Сравнение длин веревок, составление узоров из веревок, складывание веревок самостоятельно.

2. Развитие скольжения с подниманием ног от дна чаши под веревкой, выпрямлением спины. Определение глубины погружения веревочного ориентира.

3. Освоение игр с мячом через веревочный ориентир на разной высоте.

Практика: «Морской узел», «Под веревкой проплыви-не задень», «Моторчик ногами», «Мяч – веревку не задень».

5. Тема: «Мой веселый, звонкий мяч».

Теория: 1. Способствование формированию положительных эмоций в играх-соревнованиях с мячами.

2. Формирование мышечного корсета в играх с прыжками со сменой направления, темпа (с использованием стрелок).

3. Развитие глубокого выдоха в воду с увеличением емкости легких. Рассматривание пузырьков воздуха, направление их движения, количества.

Практика: «Собираем мячи в корзину», «Сортировка мячей по цвету, размеру», «Подуем в колечко», «Пузыри».

6. Тема «Почта настоящих моряков».

Теория: 1. Способствование формированию положительных эмоций в скоростно – силовых играх с предметами с соревновательным элементом.

2. Формирование мышечного корсета в играх с бегом со сменой направления (с использованием схемы движения).

3. Развитие глубокого вдоха над водой и выдоха в воду с увеличением емкости легких.

Практика: «Доставляем почту, кто быстрее», «Сортировка почтового груза по цвету», «Чей корабль быстрее плывет (с дыханием)», «Пузыри».

7. Тема «Осенние метаморфозы».

Теория: 1. Развитие умения согласовывать свои действия по сигналу в имитационных общеразвивающих упражнениях (звук бубна).

2. Тренировка смелости, мышечной силы в прыжках и погружениях под прохладным душем, развитие сенсорного чувства (прохладная – теплая вода).

3. Развитие ловкости в играх с цветными льдинками.

Практика: «Солнышко и дождик», «Цветные льдинки», «Прятки с приседанием», «Дождик-дождик лей, лей», «Солнечный круг, море вокруг».

8. Тема «Весёлые огородники».

Теория: 1. Развитие умения строиться в колонну по двое, сохраняя дистанцию при движении бегом и прыжками, с использованием схем построения, движения в данном построении.

2. Совершенствование умения попеременной работы рук, ног (кроль) в игровых упражнениях

3. Развитие мелкой моторики в играх с игрушками – заместителями и муляжами. Развитие словаря детей по теме «Фрукты – овощи».

Практика: «Овощи-фрукты», «Моторчик руками», «Море волнуется, раз...», «Ветер-ветерок», «Найди пару».

9. Тема «Строим корабли, образуем флотилию».

Теория: 1. Развитие умения перестраиваться в команды, сохраняя дистанцию при движении бегом и шагом, выполняя имитационные упражнения.

2. Совершенствование умения попеременной работы рук, ног (кроль) в игровых упражнениях с персонажами.

3. Развитие умения действовать с нудлом: сгибать его, применяя достаточную силу для строительства корабля.

Практика: «Флотилия плывёт», «Моторчик руками», «Море волнуется, раз...», «Качаемся на нудле - корабле».

10. Тема «Тактильные острова».

Теория: 1. Развитие координации движений в разноплановых играх с массажными тренажерами в воде. Развитие самостоятельности в выборе массажного элемента.

2. Развитие партнерских отношений при выполнении упражнений на массажных тренажерах, с опорой на образец взрослого.

3. Совершенствование правильного исходного положения при броске малого мяча в вертикальную и горизонтальную цель.

Практика: «Морской остров», «Руки, ноги, грудь, живот», «Лови, бросай, мяч не теряй».

11. Тема «Палочка-трубочка».

Теория: 1. Развитие глубокого выдоха в воду посредством палочки-трубочки. Сравнение длин и цветов трубочек. Сравнение прилагаемой силы при непосредственном выдохе в воду.

2. Укрепление мышечного каркаса и дыхательной системы в упражнениях с палочкой.

3. Улучшение эмоционального самочувствия в играх парами. Определение настроения с помощью смайликов.

Практика: «Пузыри», «Ловкий прыжок», «Потягушечки», «У кого больше пузырей», «Смайлики».

12. Тема «Шторм, штиль, бриз».

Теория: 1. Развитие силы мышц плечевого пояса и рук в упражнениях на преодоление сопротивления воды, сравнение высоты волн и применяемого усилия.

2. Развитие умения не закрывать глаза при погружении в воду, ориентироваться под водой в играх с погружными игрушками.

3. Совершенствование ориентировки и безбоязненного расслабления в положении лежа на воде в релаксационных упражнениях с разным колебанием воды.

Практика: «Большие волны», «Море волнуется, раз», «Найди, что лежит на дне», «Штиль, бриз на море».

13. Тема «Найди игрушки по плану».

Теория: 1. Развитие положительных эмоций от погружения в воду, желание помочь освоению в воде сверстникам (с использованием плана, стрелок).

2. Повышение двигательной активности детей в играх с музыкальным сопровождением (бубен, колокольчик).

3. Развитие непринужденного горизонтального положения в воде при скольжении с помощью нудла (самостоятельно).

Практика: «Найди игрушку, передай другу». «Соберем плавающие и тонущие игрушки», «Водные качели».

14. Тема «Серая шейка».

Теория: 1. Способствование освоению основных движений в сюжетной игре в воде и соотношение альтернативной коммуникацией (бег, ходьба, прыжки на месте и с продвижением).

2. Развитие ритмичности движений рук и ног, самостоятельное произношение слов в играх со словами и согласование их с движением.

3. Развитие глубокого дыхания в играх с обручем и трубочками. Сравнение глубины погружения трубочек и прилагаемого дыхательного усилия.

Практика: «Уточки и селезни», «По кругу вместе с другом», «Пузыри».

15. Тема «Жители воды и суши».

Теория: 1. Развитие координации движений в имитационных движениях в сюжетных играх в воде.

2. Развитие партнерских отношений в играх с мячом (с использованием карточек).

3. Совершенствование правильного исходного положения и полета мяча при метании малого мяча в обруч.

Практика: «Морской еж», «Эстафета морских коньков», «Веселые лягушата», «Ловкие рыбки».

16. Тема «Морская дружба».

Теория: 1. Развитие координации движений в совместных имитационных играх в воде.

2. Развитие партнерских отношений в играх с мячом.

3. Совершенствование правильного исходного положения и полета мяча при метании малого мяча в обруч.

Практика: «Веселые лягушата», «Ловкие рыбки», «Морские звезды», «На море-волны».

17. Тема «Спасатели на воде».

1. Развитие мелкой моторики в играх с плавающими игрушками.

2. Развитие смелости при погружении в воду за игрушками. Определение прозрачности воды.

3. Развитие мышечной силы при освоении хвата плавательной доски и скольжения с ней (с помощью взрослого). Слежение за скоростью скольжения доски в соревновательном упражнении.

Практика: «Соберем зверей на кораблик» «Найди игрушку и возьми ее». «Кораблики плывут».

18. Тема «Млекопитающие, в воде обитающие».

Теория: 1. Укрепление мышечного каркаса в движениях туловища вправо-влево, вверх-вниз и рук попеременно. Развитие понимания левой и правой стороны.

2. Способствование освоению погружения в воду. Закрепление названия частей тела.

3. Развитие координации движений в сюжетных играх с водной тематикой.

Практика: «Плавнички», «Щука плывет», «Строим домик для рыбок».

19. Тема «Цветные обручи».

Теория: 1. Развитие свободного всплытия и поддержание положения в играх с обручами. Сравнение всплытия различных предметов.

2. Развитие умения выполнения действий по сигналу, сохраняя дистанцию между сверстниками.

3. Способствование формированию правильной осанки в разных исходных положениях. Анализ картинки «Правильная осанка – какой она должна быть».

Практика: «Цветные обручи», «Качели», «Гусеницы», «Лошадки», «Ровные спинки».

20. Тема «Туннели в сказку».

Теория: 1. Развитие всплытия и поддержание положения в играх с соревновательным элементом. Сравнение всплытия различных предметов.

2. Развитие умения выполнения действий по сигналу, сохраняя дистанцию между сверстниками. Сравнение дистанции между детьми.

3. Развитие скоростных качеств в играх с соревновательным элементом в скольжении на груди в параллельно - расположенные обручи.

Практика: «В туннель за сказкой», «Качели», «Гусеницы», «Лошадки».

21. Тема «Водолаз – профессия важная».

Теория: 1. Развитие смелости, выносливости в скольжении к ориентиру, чередование скольжения и прыжков.

2. Развитие силы мышц туловища при всплытии, умения удерживать горизонтальное положение, развитие чувство опорности воды.

3.Способствование увеличению емкости легких в ритмичных выдохах в воду (по команде). Анализ объёма надувного мяча.

Практика: «Лодочки плывут к берегу», «Качели», «Прятки у поручня», «Большой мяч».

22.Тема «Мячи и цели».

Теория: 1.Способствование гармоничному развитию всех групп мышц в играх с ориентировкой. Развитие понимания частей света.

2.Улучшение координации движений в метании мяча правой и левой рукой, нацеливание на безостановочное движение между замахом и броском. Закрепление правой и левой сторон.

3.Развитие связочного аппарата стоп в играх с мячами разного диаметра. Анализ величины мячей.

Практика: «Цветные цели», «Мяч в цель», «Мячи большие и маленькие».

23.Тема «Мамины помощники».

Теория: 1.Повышение активности детей в играх с элементами экспериментирования с использованием мельниц, воронок, ковшиков, мисок, ситечек.

2.Развитие мелкой моторики рук в играх с предметами в воде. Развитие счета предметов.

3.Способствование формированию положительных эмоций в погружении в воду с выполнением заданий. Соотнесение настроения и его условного обозначения в смайлике.

Практика: «Цветные губки», «Мамина стирка», «Овощи-фрукты», «Моем посуду».

24.Тема «Сказка про домик для черепахи».

Теория: 1.Обучение бегу с легкостью, ритмичностью, отталкиваясь носком, преодолевая сопротивление воды.

2.Приучение совершения движения совместно, чередуя движения и расслабление по сигналу.

3.Развитие активности в совершении самостоятельных движений в сюжетной игре.

Практика: «Бег с черепашками», «Кто быстрее добежит, доплывет до поручня». «Черепашки плывут и отдыхают», «Черепашкина семья».

25.Тема «Цирк на воде».

Теория: 1.Повышение интереса детей к познанию, исследованию водных пространств в океанариуме (с использованием видеопрезентации), стремления поделиться впечатлениями со сверстниками.

2.Развитие выдоха детей в медленном темпе при совершении погружений на время. Знакомство с песочными часами.

3.Совершенствование плавательных умений имитационной направленности (дельфин, лягушата, морской котик, тюлень, синий кит).

Практика: «Раз, два, три, четыре, пять. Я иду искать». «Плыви к поручню», «Плыви ко мне», «Пузырьковый океан».

26.Тема «Экспедиция в подводный мир».

Теория: 1.Развитие умения смены движений по зрительному и слуховому сигналу (с использованием карточек и свистка). Принятие ребенком роли ведущего экспедиции.

2.Развитие выразительности движений, двигательной активности в играх с имитацией движений. Анализ силуэтного изображения животных на водной аппликации.

3. Приучение к увеличению времени самостоятельного погружения, использования поддержки в случае необходимости.

Практика: «Покажи, как двигается это животное». «Мир морей и океанов». «Кто живет под водой».

27. Тема «Кто быстрее?».

Теория: 1. Повышение интереса детей к познанию, исследованию водных пространств на природе, стремления озвучить свои впечатления в играх с водной аппликацией.

2. Развитие скоростно-силовых качеств детей в играх-эстафетах.

3. Совершенствование скольжения как основного элемента плавания, в сочетании с работой рук.

Практика: «В реке и на море», «Раз, два, три, четыре, пять. Я иду искать», «Плыви к поручню», «Плыви ко мне».

28. Тема «Мячи большие и маленькие».

Теория: 1. Разучивание групповых аэробных движений с мячами.

2. Развитие координации движений в играх с плавающими кругами среднего диаметра.

3. Развитие ориентировки под водой с играх с доставанием погружных колец малого диаметра. Сравнение величин (большое-малое).

Практика: «Комплекс с нудлами-кругами», «Набрось кольцо на мишень», «Серсо в воде», «Радужные кольца».

29. Тема «Искатели жемчуга».

Теория: 1. Укрепление мышечного каркаса в играх большой интенсивности с погружением и нахождением мелких предметов.

2. Развитие гребковых движений ног (от тазобедренного сустава) в играх со скольжением с нудлами.

3. Развитие внимания в играх с чередованием движений по сигналу, самоконтроля.

Практика: «Водолазы», «Покатай меня» (в парах). «Корабли и буксиры», «Светофор».

30. Тема «Мои любимые игрушки».

Теория: 1. Развитие у детей самостоятельности в выборе игрушек для организации подвижных игр в воде.

2. Закаливание организма детей в играх с обливанием прохладной водой.

3. Формирование потребности детей в освоении навыков самообслуживания и гигиены.

Практика: «Мои любимые игрушки». «Цветные леечки», «Мельница». «Найди свое место».

31. Тема «Я-ловкий и сильный!».

Теория: 1. Развитие настойчивости, выносливости в играх с соревновательным элементом.

2. Укрепление мышечного каркаса в основных движениях, используя силу сопротивления воды.

3. Развитие саморегуляции поведения в релаксационных упражнениях.

Практика: «Кто быстрее?», «Быстрые лягушата», «Отдых на воде».

32. Тема «Вместе с мамой, вместе с папой».

Теория: 1. Развитие стремления к здоровому образу жизни в условиях семейного воспитания.

2. Укрепление мышечного каркаса в играх с соревновательным элементом.
 3. Развитие самостоятельности в выборе игрушек для релаксационных игр с водой.
 Практика: «Кто быстрее», «Вместе дружная семья», «Отдых на воде с игрушками».

6. Календарный учебный график.

Возраст обучающихся	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
3-4	01.10.2022	28.05.2023	32	64	Вторник-ЮШ51 (15.35-15.50) Четверг-ЮШ51 (15.35-15.50)
4-5	01.10.2022	28.05.2023	32	64	Понедельник-ЮШ49 (15.05-15.20) Среда-ЮШ49 (15.05-15.20)
5-6	01.10.2022	28.05.2023	32	64	Понедельник-ЮШ49 (16.10-16.35) Вторник-ЮШ51 (15.05-15.25) Среда-ЮШ49 (15.05-15.20) Четверг-ЮШ51 (16.10-15.35)
6-7(8)	01.10.2022	28.05.2023	32	64	Понедельник-ЮШ49 (17.00-17.25) Вторник-ЮШ51 (16.45-17.15) Среда-ЮШ49 (17.00-17.25) Четверг-ЮШ51 (16.45-15.15)

7. Содержание программы

Возраст обучающихся 3-4

	Темы/направления деятельности	Основные задачи работы	Кол-во часов
Октябрь			
1 неделя	«Уточки и лягушата подружились в воде»	<p>1.Развить умение ходить, бегать, прыгать в чаше безбоязненно, не наталкиваясь друг на друга, используя при необходимости поручень. «Как подружились утята и лягушата».</p> <p>2.Укреплять мышцы ног, связочный аппарат стоп в играх с прыжками. «Прятки лягушат», «Лягушата пускают пузыри».</p> <p>3.Развивать гигиенические навыки «Уточка ныряют», «Лягушата моют глазки».</p>	2
2 неделя	«Капитаны и моряки»	<p>1.Улучшать координацию движений в играх с игрушками «Лодочки плывут», «Моторчики».</p> <p>2.Укреплять силу мышц рук и плечевого пояса в играх со сменой движения «Море волнуется, раз...»</p> <p>3.Устранять повышенную возбудимость в конце занятия в играх с музыкальным сопровождением «Останови свой корабль по сигналу гудочка».</p>	2
3 неделя	«Строим плот»	<p>1.Развивать мышечный корсет в играх с конструированием из водного конструктора (нудл) «Плот строим».</p> <p>2.Развивать скольжение с подниманием ног от дна чаши, выпрямлением спины «Плот плывет», «Моторчик ногами».</p> <p>3. Освоить релаксацию в воде с помощью взрослого «Плот качается на волнах».</p>	2
4 неделя	«Разноцветные кольца на воде»	<p>1.Способствовать формированию положительных эмоций в играх с соревновательным элементом «Собираем кольца на кольцеброс».</p> <p>2.Формировать мышечный корсет в играх с бегом со сменой направления «Сортировка колец по цвету».</p> <p>3.Развивать глубокий вдох и выдох в воду, увеличивать емкость легких «Подуем в колечко», «Пузыри».</p>	2
Ноябрь			

1 неделя	«Солнышко и дождик»	1.Развивать умение согласовывать свои действия по сигналу «Солнышко и дождик», «Прятки с приседанием». 2.Тренировать смелость, мышечную силу в прыжках и погружениях под прохладным душем «Дождик-дождик лей, лей». 3.Развивать ловкость в играх с мячами и обручами «Солнечные лучики» (с метанием), «Солнечный круг, море вокруг».	2
2 неделя	«Лодочки плывут»	1.Развивать умение перестраиваться в колонну, сохраняя дистанцию при движении бегом и шагом «Лодочки плывут под мостиком». 2.Совершенствовать умение попеременной работы рук (кроль) в игровых упражнениях «Моторчик руками», «Море волнуется, раз...» 3.Развивать умение действовать с нудлом: строить мостик, опираться на нудл, сгибать его, применяя достаточную силу «Качаемся на нудле».	2
3 неделя	«Массажные мячики»	1.Развивать координацию движений во вращательных движениях с массажными мячами в воде «Морской еж». 2.Развить партнерские отношения при самомассаже и взаимомассаже мячом «Руки, ноги, грудь, живот». 3.Совершенствовать правильное исходное положение при метании и броска малого мяча в обруч «Лови, бросай, мяч не теряй».	2
4 неделя	«Волшебная палочка-трубочка»	1.Развить глубокий выдох в воду посредством палочки-трубочки «Пузыри» 2.Укреплять мышечный каркас в упражнениях с палочкой «Крепко держи-не урони», «Прыжок». 3.Улучшать эмоциональное самочувствие в играх парами «Потягушечки», «У кого больше пузырей».	2
Декабрь			
1 неделя	«Лебеди на озере»	1.Развивать статическое плавание (без движения), умение использовать плавающие игрушки для поддержки «Птицы на воде», «Птицы отдыхают» (с расслаблением).	2

		<p>2.Развивать безбоязненное погружение лица в воду с задержкой дыхания «Птицы ныряют в воду».</p> <p>3.Укреплять связочный аппарат стоп в игровых упражнениях у поручня «Уточки плывут».</p>	
2 неделя	«Шторм на море»	<p>1.Развивать силу мышц плечевого пояса и рук в упражнениях на преодоление сопротивления воды «Большие волны», «Море волнуется, раз...».</p> <p>2.Развивать умение не закрывать глаза при погружении в воду, попадании брызг (промаргиваться) «Посмотри, что лежит на дне».</p> <p>3.Совершенствовать ориентировку и безбоязненное движение в чаше в играх с бегом, ходьбой «Корабли подходят к порту», «Маячок».</p>	2
3 неделя	«Найди и возьми игрушку»	<p>1.Развивать положительные эмоции от погружения в воду, желание помочь освоению в воде сверстникам «Найди игрушку, передай другу».</p> <p>2.Повышать двигательную активность детей в играх с музыкальным сопровождением «Соберем плавающие и тонущие игрушки».</p> <p>3.Развивать непринужденное горизонтальное положение в воде при скольжении с помощью нудла и у поручня самостоятельно «Плаваем ка мячики», «Водные качели».</p>	2
4 неделя	«Веселая карусель»	<p>1.Способствовать освоению основных движений в воде (бег, ходьба, прыжки на месте и с продвижением) «Карусель».</p> <p>2.Развивать ритмичность движений рук и ног, проговаривание слов и согласование их с движением «По кругу».</p> <p>3.Развивать глубокое дыхание в играх с обручем и трубочками «Пузыри».</p>	2
Январь			
1 неделя	«Спасение зверей»	<p>1.Развивать мелкую моторику в играх с плавающими игрушками «Соберем зверей на кораблик»</p> <p>2.Развивать смелость при погружении в воду «Найди игрушку и возьми ее».</p>	2

		3.Развивать мышечную силу при освоении хвата плавательной доски и скольжении с ней (с помощью взрослого) «Кораблики плывут».	
2 неделя	«Маленькие рыбки и большие рыбки»	1.Укреплять мышечный каркас в движениях туловища вправо-влево и рук попеременно «Плавнички». 2.Способствовать освоению погружения в воду с головой, не совершая захлеб воды «Щука плывет». 3.Развивать координацию движений в конструировании с использованием нудлов «Строим домик для рыбок».	2
3 неделя	«Цветные дуги»	1.Развивать свободное всплытие и поддержание положения в играх с нудлами «Качели», «Гусеницы». 2.Развивать умение выполнения действий по сигналу, сохраняя дистанцию между сверстниками «Лошадки» 3. Способствовать формированию правильной осанки в движении и покое «Ровные спинки».	2
4 неделя	«Палочка-выручалочка»	1.Развивать смелость, выносливость в скольжении к поручню (на расстояние вытянутых рук) , чередовании скольжения и бега «Лодочки плывут к берегу». 2.Развивать силу мышц туловища при всплывании у поручня, умение удерживать горизонтальное положение, используя чувство опорности воды «Качели». 3.Способствовать увеличению емкости легких в ритмичных выдохах в воду (по команде) «Прятки у поручня» (с захватом поручня).	2
Февраль			
1 неделя	«Мячи и цели»	1.Способствовать гармоничному развитию всех групп мышц в играх с ориентировкой «Цветные цели». 2.Улучшать координацию движений в метании мяча правой и левой рукой, нацеливать на безостановочное движение между замахом и броском «Мяч в цель». 3.Развивать связочный аппарат стоп в играх с мячами разного диаметра «Мячи большие и маленькие».	2

2 неделя	«Хозяюшкины хлопоты»	1.Повышать активность детей в играх с элементами экспериментирования «Цветные губки», «Мамина стирка». 2.Развивать мелкую моторику рук в играх с предметами в воде «Овощи-фрукты», «Моем посуду». 3.Способствовать формированию положительных эмоций в погружении в воду с выдохом «Пузырьковая ванна».	2
3 неделя	«Черепашьи бега»	1.Обучать бегать легко, ритмично, отталкиваясь носком, преодолевая сопротивление воды «Бег с черепашками», «Кто быстрее добежит, доплывет до поручня». 2.Приучать совершать движения совместно, чередуя движения и расслабление по сигналу. «Черепашки плывут и отдыхают». 3.Развитие активности в совершении самостоятельных движений «Черепашкина семья».	2
4 неделя	«Океанариум»	1.Повышать интерес детей к познанию, исследованию водных пространств на природе и в океанариуме (с родителями), стремление поделиться впечатлениями со сверстниками «В реке и на море». 2.Развивать выдох детей в медленном темпе при совершении погружений на время «Раз, два, три, четыре, пять. Я иду искать». 3.Совершенствовать скольжение как основной элемент плавания (с поддержкой) «Плыви к поручню», «Плыви ко мне».	2
Март			
1 неделя	«Цветные леечки»	1.Способствовать закаливанию детей в играх с водой разной температуры (теплая, прохладная) «Вода льется». 2.Уменьшать возбудимость, раздражительность детей в играх с медленными, плавными движениями, массажными действиями с водой «Лей воду правильно», «Лей воду на ладошки», «Лей воду на спинку другу». 3.Укреплять мышечную силу плечевого пояса и рук в играх с отягощением «Много воды».	2
2 неделя	«Подводный мир»	1.Развивать умение смены движений по зрительному и слуховому сигналу «Покажи, как двигается это животное».	2

		<p>2.Развивать выразительность движений, двигательную активность в играх с имитацией движений «Мир морей и океанов».</p> <p>3.Приучать к увеличению времени самостоятельного погружения, использования поддержки в случае необходимости «Кто живет под водой».</p>	
3 неделя	«Фонтаны»	<p>1.Способствовать формированию правильной осанки в игровых упражнениях у поручня в разных исходных положениях (на спине, на груди) «Фонтан большой и фонтан маленький».</p> <p>2.Обучать правильному хвату за поручень в разных исходных положениях «Повороты».</p> <p>3.Развивать глубокое, ритмичное дыхание в играх с погружением у поручня «Гейзеры».</p>	2
4 неделя	«Догони меня»	<p>1.Развивать физические качества (скорости, выносливости) в играх с преодолением сопротивления воды в беге «Добеги до дома и спрячься в нем».</p> <p>2.Развивать правильные гребковые движения рук при беге (поочередные, вращательные), помогающие увеличить скорость бега «Лодочки с веслами».</p> <p>2.Способствовать формированию у детей положительных эмоций от побед не только своих, но и побед сверстников «Догоню».</p>	2
Апрель			
1 неделя	«Мячи большие и маленькие»	<p>1.Развивать координацию движений, ловкости в играх с малым мячом в парах «Лови, бросай, мяч не теряй».</p> <p>2.Современствовать свободное перемещение в воде при передаче в кругу мяча среднего диаметра (подбегание, падение в воду, подпрыгивание за мячом) «Мяч по кругу».</p> <p>3.Осваивать глубокий вдох и энергичный выдох в игре с мячом малого диаметра «Резвый мячик».</p>	2
2 неделя	«В глубинах »	<p>1.Развивать внимание в играх с ориентированием под водой (посмотреть друг на друга, стоя в кругу) «Мы смелые ребята».</p> <p>2.Развивать мелкую моторику в играх с погружение и доставанием предметов «Достань, что загадаю».</p>	2

		3.Развивать умение восстанавливать самочувствие после ныряния и интенсивных упражнений (релаксация в разных положениях) «Отдых на воде».	
3 неделя	«Кольца плавающие и тонущие»	1.Разучивание аэробных движений с кольцами-нудлами «Комплекс с нудлами-кругами». 2.Развивать координацию движений в играх с плавающими кругами среднего диаметра «Набрось кольцо на мишень», «Серсо в воде». 3.Развивать ориентировку под водой с играх с доставанием погружных колец малого диаметра «Радужные кольца».	2
4 неделя	«Светофор»	1.Укреплять мышечный каркас в играх большой интенсивности «Переход» (в группе), «Покатай меня» (в парах). 2.Развитие гребковых движений ног (от тазобедренного сустава) в играх со скольжением с нудлами «Автомобили». 3.Развитие внимания в играх с чередованием движений по сигналу, самоконтроля «Светофор».	2
Май			
1 неделя	«Кто первый?»	1.Совершенствовать умение скользить на груди с преодолением препятствий «В обруч прыгай как дельфин». 2.Развивать умение погружения и ориентировки под водой «Морские камешки». 3.Развивать настойчивость в освоении самостоятельного плавания «Кто первый поплывет».	2
2 неделя	«Цветные дуги»	1.Способствовать формированию правильной осанки в игровых упражнениях в разных исходных положениях «Гусеницы». 2.Закреплять ранее освоение плавательные навыки с дугами «Лодочка с веслом», «Сильные моторы». 3.Воспитывать красоту движений при использовании дуг в самостоятельной игре «Сделай лучше, чем я».	2
3 неделя	«Мои любимые игрушки»	1.Учить детей самостоятельно выбирать игрушки для организации подвижных игр в воде «Мои любимые игрушки».	2

		2.Закаливать организм детей в играх с обливанием прохладной водой «Цветные леечки», «Мельница». 3.Формировать потребность детей в освоении навыков самообслуживания и гигиены «Найди свое место», «Водичка-водичка, умой мое личико».	
4 неделя	«Я умею плавать»	1.Развивать настойчивость, выносливость в играх с соревновательным элементом «Доплыви, как умеешь, до поручня» 2.Укреплять мышечный каркас в основных движениях, используя силу сопротивления воды «Быстрые лягушата». 3.Развивать саморегуляцию поведения в релаксационных упражнениях «Отдых на воде».	2

Возраст обучающихся 4-5 года

	Темы/направления деятельности	Основные задачи работы	Кол-во часов
Октябрь			
1 неделя	Вводно-ознакомительная встреча. Диагностика»	Знакомство с детским коллективом, их интересами. Показ новых игрушек в бассейне, привлечение к движению с игрушкой. Материалы и оборудование. Техника безопасности.	2

2 неделя	«Светофор для всех».	<p>1. Развитие умения ходить и бегать в чаше, исследуя пространство бассейна, прыгать в чаше безбоязненно, не наталкиваясь друг на друга, используя при необходимости поручень.</p> <p>2. Укрепление мышц ног, связочного аппарата стоп в играх с прыжками.</p> <p>3. Развитие гигиенических навыков на примере игровых персонажей.</p> <p>Практика: «Красный, желтый, зеленый», «По ровненькой дорожке», «Научим Квака умываться», «Веселый мяч».</p>	2
3 неделя	«Уточки и лягушата подружились в воде».	<p>1. Развитие умения ходить, бегать, прыгать в чаше безбоязненно, не наталкиваясь друг на друга, используя при необходимости поручень.</p> <p>2. Укрепление мышц ног, связочного аппарата стоп в играх с прыжками вверх.</p> <p>3. Развитие гигиенических навыков с игровыми персонажами.</p> <p>Практика: «Как подружились утята и лягушата». «Прятки лягушат», «Лягушата пускают пузыри». «Уточки ныряют», «Лягушата моют глазки».</p>	2
4 неделя	«Строим лодку».	<p>1. Развитие мышечного корсета в играх с конструированием из водного конструктора (нудл).</p> <p>2. Развитие скольжения с подниманием ног от дна чаши, выпрямлением спины.</p> <p>3. Освоение релаксации в воде с помощью взрослого.</p>	2

		Практика: «Плот строим», «Плот плывет», «Моторчик ногами», «Плот качается на волнах».	
Ноябрь			
1 неделя	«Разноцветные мячи».	1.Способствование формированию положительных эмоций в играх с соревновательным элементом.2.Формирование мышечного корсета в играх с бегом со сменой направления (с использованием стрелок).3.Развитие глубокого выдоха в воду с увеличением емкости легких.Практика: «Собираем кольца на кольцеброс», «Сортировка колец по цвету», «Подуем в колечко», «Пузыри».	2
2 неделя	«Разноцветные мишени на воде».	1.Способствование формированию положительных эмоций в играх с малыми мячами с соревновательным элементом.2.Формирование мышечного корсета в играх с бегом со сменой направления (с использованием стрелок).3.Развитие глубокого вдоха над водой и выдоха в воду с увеличением емкости легких.Практика: «Собираем кольца, кто быстрее», «Сортировка колец по цвету», «Подуем в центр мишени», «Пузыри».	2
3 неделя	«Солнышко и дождик».	1.Развитие умения согласовывать свои действия по сигналу (звук бубна).2.Тренировка смелости, мышечной силы в прыжках и погружениях под прохладным душем, развитие сенсорного чувства (прохладная – теплая вода).3.Развитие ловкости в играх с мячами и обручами.Практика: «Солнышко и дождик», «Солнечные лучики» (с метанием), «Прятки с приседанием», «Дождик-дождик лей, лей»,«Солнечный круг, море вокруг».	2
4 неделя	«Лодочки и корабли».	1.Развитие умения строиться в колонну, сохраняя дистанцию при движении бегом и шагом, с использованием схем построения.2.Совершенствование умения попеременной работы рук (кроль) в игровых упражнениях 3.Развитие умения действовать с нудлом: строить мостик, опираться на нудл, сгибать его, применяя достаточную силу Практика: «Лодочки плывут под мостиком». «Моторчик руками», «Море волнуется, раз...», «Качаемся на нудле».	2

Декабрь			
1 неделя	«Стоим вместе корабль: капитаны и моряки».	1. Развитие умения перестраиваться в колонну из шеренги, сохраняя дистанцию при движении бегом и шагом, с использованием схем построения. 2. Совершенствование умения попеременной работы рук (кроль) в игровых упражнениях с персонажами. 3. Развитие умения действовать с нудлом: сгибать его, применяя достаточную силу для строительства корабля. Практика: «Корабли плывут». «Моторчик руками», «Море волнуется, раз...», «Качаемся на нудле - корабле».	2
2 неделя	«Массажные мячи».	1. Развитие координации движений во вращательных движениях с массажными мячами в воде. 2. Развитие партнерских отношений при самомассаже и взаимомассаже мячом, с опорой на образец взрослого. 3. Совершенствование правильного исходного положения при метании и броска малого мяча в обруч. Практика: «Морской еж», «Руки, ноги, грудь, живот», «Лови, бросай, мяч не теряй».	2
3 неделя	«Волшебная палочка-трубочка».	1. Развитие глубокого выдоха в воду посредством палочки-трубочки. Сравнение длин трубочек. 2. Укрепление мышечного каркаса в упражнениях с палочкой. 3. Улучшение эмоционального самочувствия в играх парами. Определение настроения с помощью смайликов. Практика: «Пузыри», «Крепко держи-не урони», «Прыжок», «Потягушечки», «У кого больше пузырей», «Смайлики».	2
4 неделя	«Шторм на море».	1. Развитие силы мышц плечевого пояса и рук в упражнениях на преодоление сопротивления воды, сравнение высоты волн. 2. Развитие умения не закрывать глаза при погружении в воду, не бояться попадания брызг. 3. Совершенствование ориентировки и безбоязненного движения в чаше в играх с бегом, ходьбой с использованием стрелок. Практика: «Большие волны», «Море волнуется, раз», «Посмотри, что лежит на дне», «Корабли подходят к порту», «Маячок».	2
Январь			

1 неделя	«Найди игрушки».	1.Развитие положительных эмоций от погружения в воду, желание помочь освоению в воде сверстникам.2.Повышение двигательной активности детей в играх с музыкальным сопровождением (бубен, колокольчик).3.Развитие непринужденного горизонтального положения в воде при скольжении с помощью нудла и у поручня (самостоятельно).Практика: «Найди игрушку, передай другу». «Соберем плавающие и тонущие игрушки». «Плаваем как мячики», «Водные качели».	2
2 неделя	«Веселая карусель дружных ребят».	1.Способствование освоению основных движений в воде и соотношение с альтернативной коммуникацией (бег, ходьба, прыжки на месте и с продвижением).2.Развитие ритмичности движений рук и ног, проговаривание слов и согласование их с движением.3.Развитие глубокого дыхания в играх с обручем и трубочками. Сравнение глубины погружения трубочек. Практика: «Карусель», «По кругу», «Пузыри».	2
3 неделя	«Жители воды и суши».	1.Развитие координации движений в имитационных движениях в воде.2.Развитие партнерских отношений в играх с мячом, с опорой на образец взрослого.3.Совершенствование правильного исходного положения и полета мяча при метании малого мяча в обруч.Практика: «Морской еж», «Морской конёк», «Веселые лягушата», «Ловкие рыбки».	2
4 неделя	«Морская дружба крепкая».	1.Развитие координации движений в имитационных движениях в воде.2.Развитие партнерских отношений в играх с мячом, с опорой на образец взрослого.3.Совершенствование правильного исходного положения и полета мяча при метании малого мяча в обруч.Практика: «Веселые лягушата», «Ловкие рыбки», «Морские звезды», «На море-волны».	2
Февраль			
1 неделя	«Спасение зверей на воде».	1.Развитие мелкой моторики в играх с плавающими игрушками. 2.Развитие смелости при погружении в воду за игрушками. Определение прозрачности воды.3.Развитие мышечной силы при освоении хвата плавательной доски и скольжения с ней (с помощью взрослого). Слежение за скоростью скольжения доски в	2

		соревновательном упражнении. Практика: «Соберем зверей на кораблик» «Найди игрушку и возьми ее». «Кораблики плывут».	
2 неделя	«Маленькие и большие рыбки».	1.Укрепление мышечного каркаса в движениях туловища вправо-влево и рук попеременно. Развитие понимания левой и правой стороны. 2.Способствование освоению погружения в воду с головой, не совершая захлеб воды. Закрепление названия частей тела.3.Развитие координации движений в конструировании с использованием нудлов. Анализ образца и построение по образцу.Практика: «Плавнички», «Щука плывет», «Строим домик для рыбок».	2
3 неделя	«Цветные дуги и ворота».	1.Развитие свободного всплывания и поддержание положения в играх с нудлами. Сравнение всплывания различных предметов.2.Развитие умения выполнения действий по сигналу, сохраняя дистанцию между сверстниками. 3. Способствование формированию правильной осанки в движении и покое. Анализ картинки «Правильная осанка – какой она должна быть».Практика: «Качели», «Гусеницы». «Лошадки» «Ровные спинки».	2
4 неделя	«Туннель в сказку».	1.Развитие всплывания и поддержание положения в играх с соревновательным элементом. Сравнение всплывания различных предметов.2.Развитие умения выполнения действий по сигналу, сохраняя дистанцию между сверстниками. Сравнение дистанции между детьми.3. Развитие скоростных качеств в играх с соревновательным элементом в скольжении на груди.Практика: «В туннель за сказкой», «Качели», «Гусеницы», «Лошадки».	2
Март			
1 неделя	«Палочка-выручалочка».	1.Развитие смелости, выносливости в скольжении к поручню (на расстояние вытянутых рук), чередование скольжения и бега (с использованием карточек).2.Развитие силы мышц туловища при всплывании у поручня, умения удерживать горизонтальное положение, развитие чувство опорности воды.3.Способствование увеличению емкости легких в ритмичных выдохах в воду (по команде) (с захватом поручня). Анализ объёма надувного	2

		мяча. Практика: «Лодочки плывут к берегу», «Качели», «Прятки у поручня», «Большой мяч».	
2 неделя	«Мячи и цели».	1. Способствование гармоничному развитию всех групп мышц в играх с ориентировкой. Развитие понимания частей света. 2. Улучшение координации движений в метании мяча правой и левой рукой, нацеливание на безостановочное движение между замахом и броском. Закрепление правой и левой сторон. 3. Развитие связочного аппарата стоп в играх с мячами разного диаметра. Анализ величины мячей. Практика: «Цветные цели», «Мяч в цель», «Мячи большие и маленькие».	2
3 неделя	«Добрая хозяйюшка».	1. Повышение активности детей в играх с элементами экспериментирования с использованием мельниц, воронок, ковшиков. 2. Развитие мелкой моторики рук в играх с предметами в воде. Развитие счета предметов. 3. Способствование формированию положительных эмоций в погружении в воду с выдохом. Соотнесение настроения и его условного обозначения в смайлике. Практика: «Цветные губки», «Мамина стирка», «Овощи-фрукты», «Моем посуду».	2
4 неделя	«Бегимот-сказочник в пруду».	1. Обучение бегу с легкостью, ритмичностью, отталкиваясь носком, преодолевая сопротивление воды. 2. Приучение совершения движения совместно, чередуя движения и расслабление по сигналу. 3. Развитие активности в совершении самостоятельных движений в сюжетной игре. Практика: «Бег с черепашками», «Кто быстрее добежит, доплывет до поручня». «Черепашки плывут и отдыхают», «Семья Бегимота».	
Апрель			
1 неделя	«Океанариум».	1. Повышение интереса детей к познанию, исследованию водных пространств в океанариуме (с использованием видеопрезентации), стремления поделиться впечатлениями со сверстниками. 2. Развитие выдоха детей в медленном темпе при совершении погружений на время. Знакомство с песочными часами. 3. Совершенствование скольжения как основного элемента плавания (с поддержкой).	2

		Практика: «Раз, два, три, четыре, пять. Я иду искать». «Плыви к поручню», «Плыви ко мне», «Пузырьковый океан».	
2 неделя	«Подводный мир».	1. Развитие умения смены движений по зрительному и слуховому сигналу (с использованием карточек и свистка). 2. Развитие выразительности движений, двигательной активности в играх с имитацией движений. Анализ силуэтного изображения животных на водной аппликации. 3. Приучение к увеличению времени самостоятельного погружения, использования поддержки в случае необходимости. Практика: «Покажи, как двигается это животное». «Мир морей и океанов». «Кто живет под водой».	2
3 неделя	«Кто быстрее?».	1. Повышение интереса детей к познанию, исследованию водных пространств на природе, стремления озвучить свои впечатления в играх с водной аппликацией. 2. Развитие выдоха детей в медленном темпе при совершении погружений. Анализ показаний песочных часов. 3. Совершенствование скольжения как основного элемента плавания. Практика: «В реке и на море», «Раз, два, три, четыре, пять. Я иду искать», «Плыви к поручню», «Плыви ко мне».	2
4 неделя	«Мячи большие и маленькие».	1. Разучивание аэробных движений с кольцами-нудлами. 2. Развитие координации движений в играх с плавающими кругами среднего диаметра. 3. Развитие ориентировки под водой с играх с доставанием погружных колец малого диаметра. Сравнение величин (большое-малое). Практика: «Комплекс с нудлами-кругами», «Набрось кольцо на мишень», «Серсо в воде», «Радужные кольца».	2
Май			
1 неделя	«Моряки-смельчаки».	1. Укрепление мышечного каркаса в играх большой интенсивности. 2. Развитие гребковых движений ног (от тазобедренного сустава) в играх со скольжением с нудлами. 3. Развитие внимания в играх с чередованием движений по сигналу, самоконтроля. Практика: «Морской патруль» (в группе), «Покатай меня» (в парах). «Корабли и буксиры», «Светофор».	2
2 неделя	«Мои любимые игрушки».	1. Развитие у детей самостоятельности в выборе игрушек для организации подвижных игр в воде. 2. Закаливание организма детей в играх с обливанием прохладной водой. 3. Формирование	2

		потребности детей в освоении навыков самообслуживания и гигиены. Практика: «Мои любимые игрушки». «Цветные леечки», «Мельница». «Найди свое место», «Водичка-водичка, умой мое личико».	
3 неделя	«Я-ловкий и сильный!».	1. Развитие настойчивости, выносливости в играх с соревновательным элементом. 2. Укрепление мышечного каркаса в основных движениях, используя силу сопротивления воды. 3. Развитие саморегуляции поведения в релаксационных упражнениях. Практика: «Доплыви, как умеешь, до поручня», «Быстрые лягушата», «Отдых на воде».	2
4 неделя	«Вместе с мамой, вместе с папой».	1. Развитие стремления к здоровому образу жизни в условиях семейного воспитания. 2. Укрепление мышечного каркаса в играх с соревновательным элементом. 3. Развитие самостоятельности в выборе игрушек для релаксационных игр с водой. Практика: «Кто быстрее», «Вместе дружная семья», «Отдых на воде с игрушками».	2

Возраст обучающихся 5-6 лет

	Темы/направления деятельности	Основные задачи работы	Кол-во часов
Октябрь			
1 неделя	«Царевна - лягушка»	1. Расширить представление о собственных возможностях в воде «Плаваю быстро, ныряю глубоко». 2. Обогащать двигательный опыт детей в играх с драматизацией «Царевна - лягушка». 3. Развивать выразительность движений в упражнениях с плавающими атрибутами - листьями «Осенний вальс» (с музыкальным сопровождением).	2
2 неделя	«Мой веселый, звонкий мяч»	1. Развивать глубокий вдох и выдох, координации дыхания с движением в играх с мячом с соревновательным элементом «Передача мяча с наклоном».	2

		<p>2.Развивать силу мышц плечевого пояса и рук в играх с перебросом мяча друг другу разными способами «Парочки с мячом» (из-за головы, от груди).</p> <p>3.Укреплять связочный аппарат стоп в прыжках в высоту за мячом «Поймай мяч».</p>	
3 неделя	«Почта настоящих моряков»	<p>1.Развивать скоростно-силовые качества в играх – эстафетах с предметами «Доставь письмо в срок» (работа ногами).</p> <p>2.Формировать осуществление правильных гребковых движений рук с отягощением «Переправа».</p> <p>3.Формировать мышечный корсет в играх с бегом, преодолевая сопротивление воды «Бегом за мячом».</p>	2
4 неделя	«Водный конструктор»	<p>1.Развивать мелкую моторику рук в коллективных играх с нудлами-дугами , учить договариваться между собой «Дом для водолазов».</p> <p>2.Способствовать улучшению самочувствия детей в играх с использованием музыкального сопровождения «Хороводные узоры».</p> <p>3.Развивать выдох в медленном темпе в соревновательных играх «Водолазы».</p>	2
Ноябрь			
1 неделя	«Осенние дожди»	<p>1.Развивать гибкость туловища в играх с нырянием разными способами «Капли образуют круги на воде» (обруч горизонтально).</p> <p>2.Развивать силу мышц ног в играх с чередованием прыжков и приседаний «Прячемся от дождя».</p> <p>3.Оздоровливать организм детей в играх с поливанием прохладной водой «Выбери температуру воды в леечке и облейся».</p>	2
2 неделя	«Наш веселый огород»	<p>1.Совершенствовать скольжение в играх-соревнованиях «Поезд в туннель» (отправление за город).</p> <p>2.Учить плавать с помощью одних ног, совершенствуя работу ног от тазобедренного сустава «Собери урожай».</p> <p>3.Развивать координацию движений в играх с нудлами-кругами «Попади в круг», «Катание в кругах» (переправлять урожай).</p>	2
3 неделя	«Массажные мячики»	<p>1.Развивать мелкую моторику рук в играх с передачей мяча разными способами «Мяч другу», «Мяч по кругу» (с остановкой и выбыванием).</p>	2

		<p>2. Развивать поисково-познавательную деятельность в воде, осваивая свойства воды (прозрачность, выталкивающая сила) «Играем с цветными мячиками».</p> <p>3. Учить сочетать движения рук и ног в воде с выдохом и вдохом «Винт» (стоя поворот на 90°), «Поворот с мячом в руках» (лежа поворот на 90°).</p>	
4 неделя	«Палочка-трубочка»	<p>1. Развивать глубокий выдох в воду посредством палочки-трубочки «Пузыри», «Надуй пенку».</p> <p>2. Укреплять мышечный каркас в упражнениях с палочкой «Сильные пальцы – сильные руки».</p> <p>3. Улучшать эмоциональное самочувствие в играх парами «У кого больше пузырей».</p>	2
Декабрь			
1 неделя	«Серебряное копытце»	<p>1. Развивать естественное непринужденное горизонтальное положение на воде «Ледяная звезда», «Птицы на воде».</p> <p>2. Развивать ритмичность движений руками и ногами в сочетании с выдохом (способ «кроль») «Спасение», «С доской к дому».</p> <p>3. Способствовать увеличению длительности ныряния, развития выносливости «Звери прячутся под снегом и льдом».</p>	2
2 неделя	«Баскетбол в воде»	<p>1. Развивать ловкость, выносливость в игре с метанием мяча в кольцо, преодолевая сопротивление воды «Цветные кольца».</p> <p>2. Развивать инициативность в игре на два кольца, тренировать передачу мяча партнеру в лучшей к кольцу позиции «Баскетбол в воде».</p> <p>3. Упражнять в статическом равновесии в упражнениях с релаксацией «Звезда в разных положениях».</p>	2
3 неделя	«Искатели кладов»	<p>1. Развивать энергичное погружение в воду в подвижных играх с нырянием «Водолазы».</p> <p>2. Развивать погружение в воду в команде по звуковому сигналу «Хоровод», «Сирена».</p> <p>3. Нормализовать психомоторное состояние в групповых релаксационных упражнениях «Плот».</p>	2

4 неделя	«Цветные нудлы-дуги»»	1.Развивать мышечную силу при выполнении движений с нудлами по показу «Лошадки в цирке», «Осьминоги», «Медузы», «Улитки». 2.Совершенствовать работу рук и ног в плавании произвольным способом «Найди свое место». 3.Учить детей уважительно относиться к сверстникам, предлагать помощь по мере необходимости «Зеркало».	2
Январь			
1 неделя	«Спасатели на воде»	1.Развивать согласованность движений рук и ног в плавании с соревновательным элементом «Чья команда быстрее доплывет?». 2.Учить плавать с поднятой над водой головой (практическое плавание), удерживаться на спасательном круге «Круг корабля», совершать соскок с бортика в чашу бассейна способом «солдатик». 3.Развивать умение транспортировать «пострадавшего» с помощью поддержки за плечо «Помощь плывет».	2
2 неделя	«Дельфины в море и цирке»	1.Развивать двигательное творчество, гибкость в играх с имитацией движений дельфина «В обруч». 2.Совершенствовать умение сочетать замах с броском при метании мяча, подбрасывании и ловле мяча одной рукой «Тюлени и дельфин». 3.Развивать положительное чувство при расслаблении с всплыванием «Дельфины отдыхают».	2
3 неделя	«Алфавит»	1.Развивать погружение с выдохом в воду и ориентировкой под водой «Найди силуэт». 2.Развивать согласованность движений, эмоциональный подъем в коллективных играх «Составь картинку, сказку». 3.Учить комбинированному плаванию с произвольным дыханием «Доплыви до буквы на стене» (ориентировка в чаше).	2
4 неделя	«Пару выбираем – дружно играем»	1.Развивать навыки скольжения и ныряния в чередовании парами по сигналу «Смена мест», «Найди пару». 2.Способствовать освоению ритмичных выдохов в воду «Качели» (поочередное приседание в парах). 3.Развивать мышечную силу в комбинировании скольжения и бега с отягощением «Поезд».	2

Февраль			
1 неделя	«Веселая карусель»	1.Развивать положительные эмоции в играх с чередованием расслабления и напряжения «Прокати на карусели». 2.Тренировать мышцы, участвующие в процессе дыхания, в играх кс погружением «Хоровод». 3.Развивать умение согласованно выполнять групповой рисунок на воде с обручем по звуковому сигналу «Фигуры на воде».	2
2 неделя	«Мамины помощники»	1.Повышать активность детей в играх с элементами экспериментирования «Губка-помощник», «Воронки и мельницы в быту». 2.Развивать мелкую моторику рук в играх с предметами в воде «Размешаем цветной настой в воде» 3.Способствовать формированию положительных эмоций в погружении в воду с выдохом «Пузырьковая ванна».	2
3 неделя	«Узоры на воде»	1.Обучать составлению рисунков на воде парами и группой «Цветы», «Цепочка», «Поплавки». 2.Развивать плавность перестроения из одного рисунка в другой, реагируя на звуковой сигнал, музыку «По сигналу». 3.Развивать ориентировку в пространстве, распределяя рисунки по все поверхности чаши, использовать общий спортивный инвентарь «Вокруг обруча», «Цепочка с палочкой».	2
4 неделя	«Океанариум»	1.Повышать интерес детей к познанию, исследованию водных пространств на природе и в океанариуме (с родителями), стремление поделиться впечатлениями со сверстниками «На реке, на море». 2.Развивать выдох детей в медленном темпе при совершении погружений на время «В морских глубинах». 3.Совершенствовать плавание произвольным способом, в координации рук и ног «В поисках корма».	2
Март			
1 неделя	«Текут ручьи»	1.Развивать представление о свойствах воды и умение их использовать для жизни «Водопады» (скатывание с горки), «Мельница».	2

		2.Оздоровливать организм детей (закаливание, гигиена) в играх с прохладной водой «Леечки с водой разной температуры». 3.Развивать мелкую моторику рук, ловкость в играх с воронками разного диаметра «Кто быстрее выльет воду в миски».	
2 неделя	«Экспедиция в подводный мир»	1.Развивать ныряние с изменением направления «Коралловые лабиринты». 2.Развивать мышечную силу в нырянии с продвижением «Невод». 3.Развивать внимание и самоконтроль в играх со сравнением «Найди такую же звезду», «Подбери пару рыбке, черепашке».	2
3 неделя	«Аквааэробика с палочками»	1.Развивать красивое выполнение общеразвивающих упражнений с палочкой, согласовывать ритм движения со звуковыми сигналами (звук колокольчика). 2.Развивать мышечную силу в прыжковых упражнениях с палочкой «Перепрыгни вперед-назад» (удерживать самостоятельно). 3.Совершенствовать ориентировку в пространстве детей в игре – конструировании с палочками по зрительному ориентиру «Сделай узор по картинке»	2
4 неделя	«Юные волейболисты»	1.Развивать ориентировку в воде в командной игре с мячом «Мяч через сетку». 2.Развивать умение проявлять инициативу в игре на своей стороне чаши, организовывать оборону и подачу «Мяч не теряй». 3.Развивать ловкость в игре с несколькими мячами «На чьей стороне меньше мячей», «Парный волейбол».	2
Апрель			
1 неделя	«Мячи большие и маленькие»	1.Развивать зрительно- моторный контроль при бросании мяча в вертикальные и горизонтальные мишени «Мячи и мишени». 2.Развивать согласование работы ног и дыхания в скольжении с мячом на спине и груди «Быстрые мячи». 3.Совершенствовать погружение в воду с открыванием глаз «Передай мяч другу».	2
2 неделя	«Искатели цветного жемчуга»	1.Развивать ловкость движений в нырянии с доставанием мелких предметов разного цвета «Найди жемчужины на дне», «Коробочка».	2

		<p>2.Развивать координацию в метании мяча в горизонтальную и вертикальную цель «Склад жемчужин».</p> <p>3.Совершенствовать плавание в стиле «кроль» в соревновательных играх «Собери потерянные жемчужины» (доплыть до ориентира), «Русалочки», «Переправа».</p>	
3 неделя	«Плавающие и тонущие предметы»	<p>1.Развивать ловкость в подвижных играх с мячом «Салки с мячом».</p> <p>2.Развивать мелкую моторику и быстроту движений в играх парами «Летающие кольца» (погружные игрушки).</p> <p>3.Развивать двигательную активность, интерес к соревновательным играм «Корабли на рейде».</p>	2
4 неделя	«Светофор»	<p>1.Укреплять мышечный каркас в играх большой интенсивности с ориентировкой на зрительные ориентиры «Покатай меня» (в парах).</p> <p>2.Развивать гребковые движения ног (от тазобедренного сустава) в играх со скольжением с нудлами на спине «Автомобили».</p> <p>3.Развивать внимание в играх с чередованием движений по сигналу «Светофор».</p>	2
Май			
1 неделя	«Фонтаны в Санкт-Петербурге»	<p>1.Укреплять силу мышц ног в соревновательных играх «Фонтаны большие и маленькие».</p> <p>2.Развивать силу и ритмичность движений рук, согласовывать их с дыханием «Моторчик».</p> <p>3.Развивать согласованность работы в команде при выполнении задания по звуковому сигналу «Фонтанная композиция» (в кругу, в цепочке).</p>	2
2 неделя	«Водное поло»	<p>1.Учить выбрать роли в подвижной игре, согласовывать свои действия с другими игроками «Воротики».</p> <p>2.Совершенствовать технику основных движений в игре с мячом «Бегаем и прыгаем», «Не потеряй мяч» (ловля, бросок одной рукой).</p> <p>3.Развивать способность расслабления и отдыха после окончания игры, между играми «Качалочка».</p>	2
3 неделя	«Мои любимые игры в воде»	<p>1.Развивать мышечную силу, выносливость в играх с предметами «Выбери инвентарь и игру с ним».</p>	2

		2.Развивать умение оценивать результат игры, подводить итоги, убирать инвентарь на место «Кто самый быстрый». 3.Закаливать организм детей в прыжках в воду с горки (чередование температурного воздействия воды и суши).	
4 неделя	«Я умею плавать»	1.Развивать настойчивость, выносливость в играх с соревновательным элементом «Кто быстрее» 2.Укреплять мышечный каркас в соревновательных подвижных играх «Быстрые лягушата». 3.Развивать саморегуляцию поведения в групповых упражнениях по сигналу «Рисунки на воде».	2

Возраст обучающихся 6-7(8) лет

	Темы/направления деятельности	Основные задачи работы	Кол-во часов
Октябрь			
1 неделя	«Буратино у пруда»	1.Расширить представление о собственных возможностях в воде «Плаваю быстро, ныряю глубоко». 2.Обогащать двигательный опыт детей в играх с драматизацией «Черепаша в поисках ключика», «Буратино учиться плавать». 3. Развивать выразительность движений в упражнениях с плавающими атрибутами «Вальс цветов» (с музыкальным сопровождением).	2
2 неделя	«Мой веселый, звонкий мяч»	1.Развивать глубокий вдох и выдох, координации дыхания с движением в играх с мячом в парах «Передача мяча с наклоном», «Резвый мячик» (передача с одним выдохом). 2.Развивать силу мышц плечевого пояса и рук в играх с перебросом мяча друг другу разными способами «Парочки с мячом» (из-за головы, от груди, правой и левой рукой). 3.Укреплять связочный аппарат стоп в прыжках в высоту за мячом «Лови-бросай, мяч не теряй».	2
3 неделя	«Морская почта»	1.Развивать быстроту, выносливость в играх – эстафетах с предметами «Доставь письмо в срок» (работа ногами).	2

		<p>2.Формировать осуществление правильных гребковых движений рук с отягощением «Переправа грузов».</p> <p>3.Формировать мышечный корсет в играх с бегом, преодолевая сопротивление воды «Бегом за мячом».</p>	
4 неделя	«Водный конструктор»	<p>1.Развивать мелкую моторику рук в коллективных играх с нудлами-дугами , учить договариваться о способах скрепления дуг между собой «Дом для исследователей морских глубин».</p> <p>2.Способствовать улучшению самочувствия детей в играх с использованием музыкального сопровождения «Построй круг и сделай движение под музыку».</p> <p>3.Развивать выдох в медленном темпе в соревновательных играх «Водолазы».</p>	2
Ноябрь			
1 неделя	«Осенняя погода»	<p>1.Развивать гибкость туловища в играх с нырянием разными способами «Капли образуют круги на воде» (обруч горизонтально).</p> <p>2.Развивать силу мышц ног в играх с чередованием прыжков и приседаний «Прячемся от дождя, радуемся солнцу».</p> <p>3.Оздоровливать организм детей в играх с обливанием прохладной водой «Выбери температуру воды в леечке и облейся», игры с практическим инвентарем.</p>	2
2 неделя	«Веселые огородники»	<p>1.Совершенствовать скольжение как основной элемент плавания в играх-соревнованиях «Переправа по ориентиру на дне» (отправление за город).</p> <p>2.Учить плавать с помощью одних ног, совершенствуя работу ног от тазобедренного сустава «Собери урожай».</p> <p>3.Развивать координацию движений в играх с нудлами-кругами «Попади в круг», «Катание в кругах» (переправлять урожай).</p>	2
3 неделя	«Массажные мячики»	<p>1.Развивать мелкую моторику рук в играх с передачей мяча разными способами «Мяч другу», «Мяч по кругу» (с остановкой и выбыванием).</p> <p>2. Развивать поисково-познавательную деятельность в воде, осваивая свойства воды (прозрачность, выталкивающая сила, растворимость) «Играем-растворяем солевые мячики».</p>	2

		3.Учить сочетать движения рук и ног в воде с выдохом и вдохом «Винт» (стоя поворот на 180 о), «Поворот с мячом в руках» (лежа поворот на 180 о).	
4 неделя	«Палочка-трубочка»	1.Развивать глубокий выдох в воду посредством палочки-трубочки «Пузыри», «Надуй пенку» (в стаканчике). 2.Укреплять мышечный каркас в упражнениях с палочкой «Крепко держи-не урони». 3.Улучшать эмоциональное самочувствие в играх парами «Потягушечки», «У кого больше пузырей».	2
Декабрь			
1 неделя	«Серая шейка»	1.Развивать естественное непринужденное горизонтальное положение на воде «Звезда», «Птицы на воде». 2.Развивать ритмичность движений руками и ногами в сочетании с выдохом (способ «кроль») «Спасение уточки», «С доской к дому». 3.Способствовать увеличению длительности ныряния, развития выносливости «Утка прячется от лисы».	2
2 неделя	«Баскетбол в воде»	1.Развивать силу и ловкость в игре с метанием мяча в кольцо, преодолевая сопротивление воды «Цветные кольца». 2.Развивать командное чувство в игре на два кольца, тренировать передачу мяча партнеру в лучшей к кольцу позиции «Баскетбол в воде». 3.Упражнять в статическом равновесии в упражнениях с релаксацией «Звезда в разных положениях».	2
3 неделя	«Искатели затонувших кладов»	1.Развивать смелое погружение в воду в подвижных играх с нырянием «Щука», «Водолазы». 2.Развивать погружение в воду в команде по звуковому сигналу «Хоровод», «Сирена». 3.Нормализовать психомоторное состояние в релаксационных упражнениях «Плот» (закрепка группой).	2
4 неделя	«Цветные нудлы-дуги»»	1.Развивать мышечную силу при выполнении движений с нудлами по показу «Лошадки в цирке», «Осьминоги», «Крабы», «Улитки». 2.Совершенствовать работу рук и ног в плавании произвольным способом «Найди свое место».	2

		3.Учить словесно исправлять ошибки сверстников, предлагать показ и мышечную помощь по мере необходимости «Зеркало».	
Январь			
1 неделя	«Спасатели на воде и суше»	1.Развивать согласованность движений рук и ног в комбинированном плавании «Чья команда быстрее доплывет», «Переправь предмет к берегу» (работа одной рукой и ногами). 2.Учить плавать с поднятой над водой головой (практическое плавание), удерживаться на спасательном круге «Круг корабля», совершать соскок с бортика в чашу бассейна способом «группировка». 3.Развивать умение транспортировать «пострадавшего» способом поддержки за плечо «Помощь плывет».	2
2 неделя	«Дельфины в море и цирке»	1.Развивать двигательное творчество, гибкость, ловкость в играх с имитацией движений «Прыжок дельфина», «В обруч». 2.Совершенствовать умение сочетать замах с броском при метании мяча, подбрасывании и ловле мяча одной рукой «Собачка и дельфин». 3.Развивать чувство опорности воды при расслаблении с всплыванием «Дельфины отдыхают».	2
3 неделя	«Алфавит»	1.Развивать погружение с выдохом в воду и ориентировкой под водой «Найди нужную букву», «Найди силуэт». 2.Развивать согласованность движений, эмоциональный подъем в коллективных играх «Составь картинку, сказку», «Выложи слово». 3.Учить комбинированному плаванию с произвольным дыханием «Доплыви до буквы на стене» (ориентировка в чаше).	2
4 неделя	«Парочки»	1.Развивать навыки скольжения и ныряния в чередовании парами по сигналу «Смена мест», «Найди пару», «Космонавты». 2.Способствовать освоению ритмичных выдохов в воду «Качели» (поочередное приседание в парах). 3.Развивать мышечную силу в комбинировании скольжения и бега с отягощением «Буксиры», «Поезд».	2
Февраль			

1 неделя	«Веселая карусель»	1.Развивать положительные эмоции в играх с чередованием расслабления и напряжения «Прокати на карусели», «Фонтан». 2.Тренировать мышцы, участвующие в процессе дыхания, в играх кс погружением «Хоровод». 3.Развивать умение согласованно выполнять групповой рисунок на воде с обручем по звуковому сигналу «Поднимание ног с хватом».	
2 неделя	«Хозяюшкины хлопоты»	1.Повышать активность детей в играх с элементами экспериментирования «Губка-помощник», «Воронки и мельницы в быту». 2.Развивать мелкую моторику рук в играх с предметами в воде «Растворим крупинки морской соли в воде», «Размешаем цветной настой в воде» 3.Способствовать формированию положительных эмоций в погружении в воду с выдохом «Пузырьковая ванна».	2
3 неделя	«Узоры на воде»	1.Обучать составлению рисунков на воде парами и группой «Цветы», «Цепочки», «Медузы». 2.Развивать плавность перестроения из одного рисунка в другой кратчайшим путем, реагируя на звуковой сигнал, музыку «Слушай сигнал». 3.Развивать ориентировку в пространстве, распределяя рисунки по все поверхности чаши, использовать общий снаряд «Вокруг обруча», «Цепочка с палочкой», «Кувшинки на воде».	2
4 неделя	«Океанариум»	1.Повышать интерес детей к познанию, исследованию водных пространств на природе и в океанариуме (с родителями), стремление поделиться впечатлениями со сверстниками «В реке, море, океане». 2.Развивать выдох детей в медленном темпе при совершении погружений на время «В морских глубинах». 3.Совершенствовать плавание произвольным способом, в полной координации рук, ног , дыхания «В поисках корма» .	2
Март			

1 неделя	«Текучесть воды»	1.Развивать представление о свойствах воды и умение их использовать для жизни «Водопады» (скатывание с горки), «Мельница». 2.Оздоровливать организм детей (закаливание, гигиена) в играх с прохладной водой «Леечки с водой разной температуры». 3.Развивать мелкую моторику рук, ловкость в играх с воронками разного диаметра «Кто быстрее выльет воду».	2
2 неделя	«Подводный мир»	1.Развивать ныряние с изменением направления и ориентировкой «Пронырни в обруч на разной высоте», «Коралловые лабиринты». 2.Развивать мышечную силу в нырянии с продвижением, учить составлять собственные маршруты «Продвижение по ориентирам на дне», «Невод». 3.Развивать внимание и самоконтроль в играх со сравнением «Найди такую же звезду», «Подбери пару рыбке, черепашке».	2
3 неделя	«Аквааэробика с палочками»	1.Развивать красивое выполнение общеразвивающих упражнений с палочкой, согласовывать ритм движения со звуковыми сигналами (слово, музыка). 2.Развивать мышечную силу в прыжковых упражнениях с палочкой «Перепрыгни вперед-назад» (удерживать самостоятельно), «Перепрыгни через две палочки» (держат сверстники). 3.Совершенствовать ориентировку в пространстве детей в игре – конструировании с палочками по зрительному ориентиру «Сделай узор по картинке»	2
4 неделя	«Волейбол в воде»	1.Развивать ориентировку в воде в командной игре с мячом «Мяч через сетку», «Смена мест». 2.Развивать умение проявлять инициативу в игре на своей стороне чаши, организовывать оборону и подачу «Мяч не теряй». 3.Развивать ловкость в игре с несколькими мячами «На чьей стороне меньше мячей», «Парный волейбол».	2
Апрель			
1 неделя	«Мячи большие и маленькие»	1.Развивать активное движение кисти руки при броске мяча в мишень, контролировать и самостоятельно исправлять ошибки, если нет попадания «Мячи и мишени».	2

		<p>2.Развивать согласование работы ног и дыхания в скольжении с мячом на спине и груди «Быстрые мячи».</p> <p>3.Совершенствовать погружение в воду с открыванием глаз «Передай мяч другу» (стоя спиной передача между ног).</p>	
2 неделя	«Искатели жемчуга»	<p>1.Развивать ловкость движений в нырянии с доставанием мелких предметов «Найди жемчужины на дне», «Спрячься от опасности» (погружение при приближении мяча), «Коробочка».</p> <p>2.Развивать координацию в метании мяча в горизонтальную цель «Склад жемчужин».</p> <p>3.Совершенствовать плавание в стиле «кроль» в соревновательных играх «Собери потерянные жемчужины» (доплыть до ориентира), «Русалочки», «Переправа».</p>	2
3 неделя	«Плавающие и тонущие предметы»	<p>1.Развивать ловкость в подвижных играх с мячом «Салки с мячом», «Переправа в цепочке» (с доской).</p> <p>2.Развивать мелкую моторику и быстроту движений в играх парами «Летающие кольца» (погружные игрушки).</p> <p>3.Развивать двигательную активность, интерес к соревновательным играм «Угадай плавучесть предмета», «Корабли на рейде».</p>	2
4 неделя	«Светофор»	<p>1.Укреплять мышечный каркас в играх большой интенсивности с ориентировкой на зрительные ориентиры «Переход» (в группе, в цепочке), «Покатай меня» (в парах).</p> <p>2.Развивать гребковые движения ног (от тазобедренного сустава) в играх со скольжением с нудлами на спине «Автомобили».</p> <p>3.Развивать внимание в играх с чередованием движений по сигналу, самоконтроля «Светофор».</p>	2
Май			
1 неделя	«Фонтаны в Санкт-Петербурге»	<p>1.Укреплять силу мышц ног в соревновательных играх «Фонтаны большие и маленькие».</p> <p>2.Развивать силу и ритмичность движений рук, согласовывать их с дыханием «Мельница», «Моторчик».</p> <p>3.Развивать согласованность работы в команде при выполнении задания по звуковому сигналу «Фонтанная композиция» (в кругу, в цепочке).</p>	2

2 неделя	«Водное поло»	1.Учить выбрать роли в подвижной игре, согласовывать свои действия с ролью и другими игроками «Воротики». 2.Совершенствовать технику основных движений в игре с мячом «Бегаем и прыгаем», «Не потеряй мяч» (ведение, ловля, бросок одной рукой). 3.Развивать способность расслабления и отдыха после окончания игры, между играми «Качалочка».	2
3 неделя	«Мои любимые игры в воде»	1.Развивать мышечную силу, выносливость в играх с предметами «Выбери инвентарь и игру с ним». 2.Развивать умение оценивать результат игры, подводить итоги, убирать инвентарь на место «Кто самый быстрый». 3.Закаливать организм детей в прыжках в воду с горки, соскоке с бортика (чередование температурного воздействия воды и суши).	2
4 неделя	«Я умею плавать»	1.Развивать настойчивость, выносливость в играх с соревновательным элементом «Кто быстрее» 2.Укреплять мышечный каркас в основных движениях, используя силу сопротивления воды «Быстрые лягушата». 3.Развивать саморегуляцию поведения в групповых упражнениях по сигналу «Рисунки на воде».	2

8. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения программы

Реализация программы предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится в рамках педагогической диагностики.

Полученные результаты используются:

1. Для индивидуализации образования – поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития.
2. Для оптимизации работы с группой детей.

Объект педагогической диагностики (мониторинга)	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
Индивидуальные достижения детей в процессе обучения по программе	Наблюдение-Анализ продуктов детской деятельности	2 раза в год	2 недели	Октябрь Май

8.1 Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся

Месяц	Темы	Формы работы
X-2022г.	Задачи работы по программе, планируемые результаты	Индивидуальные консультации
XI-2022г.	«Игрушки для ванной»	Консультация
XII-2022г.	«Что важно увидеть в океанариуме?»	Консультация
I-2023 г.	«Поход в музей воды»	Семейная экскурсия
II-2023 г.	«Плавание в естественных водоемах»	Информационный листок
III-2023 г.	«Развлечение в аквапарках с пользой для здоровья всей семьи»	Информационный листок
IV-2023 г.	Отчет о проделанной работе за 2018-2019 учебный год	Индивидуальные консультации
V-2023 г.	«Плаваем, ныряем!»	Открытое занятие

9.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

9.1. Максимально допустимая образовательная нагрузка (формы НОД, занятия)

(СП 2.4.3648-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» от 28.09.2020. №28)

Возраст обучающихся	Продолжительность одного занятия (формы СОД)	Количество образовательных форм (занятий, СОД) <i>в неделю</i>	Количество образовательных форм (занятий, СОД) <i>в месяц</i>	Перерывы между формами СОД (занятиями)
3-4 лет	15-20 минут	1	4	<i>не менее 10 минут</i>
5-6 лет	Не более- 25 мин.	1	4	<i>не менее 10 минут</i>
6-7(8) лет	Не более- 30 мин.	1	4	<i>не менее 10 минут</i>

9.2. Материально – технические условия реализации программы

№ п/п	Содержание
1	Доски для плавания
2	Жилеты, воротнички, нарукавники для плавания
3	Игрушки для занятий в бассейне (плавающие и погружные)
4	Лестницы
5	Мячи
6	Обручи
7	Сачки
8	Инвентарь для ныряния (трубки, очки)
9	Инвентарь для разметки
10	Корзинки и мисочки
11	Лейки и инвентарь для переливания
12	Веревки (моющиеся) для игр
13	Скамейки с моющим покрытием
14	Вешалки
15	Спасательный инвентарь
16	Обходные массажные дорожки

9.3. Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.)

Наименование программы	Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.)
«Веселый дельфин»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Левин Г. Плавайте с малышами. -Мн. Польша, 1981. 2. Маханева М.Д., Баранова Г.В. Фигурное плавание в детском саду. –М.:ТЦ Сфера, 2009. 3. Осокина Т.И. Как научить детей плавать. –М.: Просвещение, 1985. 4. От рождения до школы. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования. Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. 5. Яблонская С.В., Циклис С.А. Физкультура и плавание в детском саду.-М.: ТЦ Сфера, 2008