

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города Нижневартовска детский сад №29 «Ёлочка»

**«ПРИГЛАШЕНИЕ В  
БАССЕЙН»  
ИНСТРУКТОРА ПО  
ПЛАВАНИЮ  
Диннер Л. А.**



# Програма Ді Юу проведення заняття по плаванию для дітей дошкільного вікста «ДЕЛЬФІНЁНОК»





## Алгоритм организации занятий по плаванию

<u>1 часть Вводная</u>	<u>2 часть Основная</u>	<u>3 часть</u> <u>Заключительная</u>
Заходят в помещение бассейна	Вход с мостика в чашу бассейна	Выход из воды
Раздеваются	Разминка у бортика	Спаснулись под душем
Сухое плавание (разминка)	Подготовительные упражнения	Одеваются
Моются под душем	Специальные упражнения	Сушат волосы
Моются под душем	Свободное плавание	Выходят из помещений бассейна

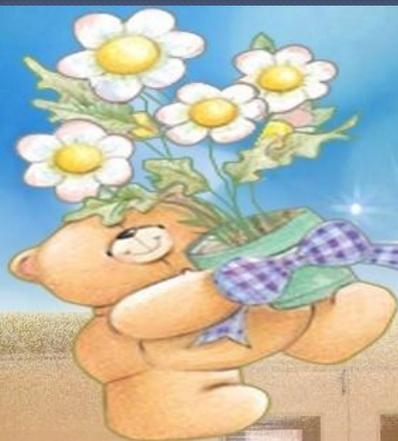


К у н а н и е



# Цели и задачи программы

- **Цель программы** - обучение плаванию детей дошкольного возраста, закаливание и укрепление детского организма; обучение каждого ребенка осознанно заниматься физическими упражнениями; создание основы для разностороннего физического развития (развитие и укрепление опорно-двигательного аппарата, сердечнососудистой, дыхательной и нервной систем).
- **Задачи программы:**
- *Оздоровительные:*
- -укреплять здоровье ребенка;
- -формировать навыки личной гигиены;
- - способствовать правильному формированию опорно-двигательной системы организма
- *Образовательные:*
- -формировать навыки плавания, умения владеть своим телом в непривычной среде;
- -формировать знания о здоровом образе жизни;
- *Воспитательные:*
- -воспитывать нравственно волевые качества, такие как смелость, настойчивость, уверенность в себе.



*Все собрались! Все здоровы!  
Плавать и играть готовы?*

*Ну, тогда подтянись,  
На разминку становись*





# Принципы реализации программы

---

- Реализация программы осуществляется поэтапно в соответствии с целями и задачами физического воспитания.
- систематичность, последовательность и постепенность подачи учебного материала;
- наглядность и доступность учебного материала;
- учет ведущей (игровой) деятельности.
- учет индивидуальных особенностей ребенка;
- детская активность.

# « Сухое плавание »





# Планируемые результаты

- В ходе реализации программы ребёнок научиться:
- Основным навыкам плавания
- Бережно относиться к своему здоровью
- Навыкам личной гигиены
- Умению владеть своим телом в непривычной среде.
- снижению заболеваемости детей и укрепление организма;
- сформированное эмоциональное отношение ребенка к занятиям по плаванию;
- сформированный навык подготовительных и специальных упражнений по плаванию;
- сформированный навык плавания кролем на груди и на спине.
- **Формы подведения итогов реализации программы:**
- -показ открытых занятий и развлечений для педагогов ДОУ;
- -показ открытых занятий и развлечений на воде для родителей, дети которых посещают занятия по плаванию в данном дошкольном учреждении;
- -оформление стендов в группах по результатам мониторинга;
- -оформление фотовыставок в течение года.
- Итоги реализации программы предоставляются на открытых занятиях, творческой самореализации детей, их участия в конкурсах, соревнованиях, эстафетах и других мероприятиях.



# Объём образовательной программы

---

- Сроки реализации рабочей программы – 1 год.
- Программа рассчитана на два занятия в неделю по подгруппам в количестве 10 человек, продолжительность 1 занятия – 30 минут. Занятия проводятся вне основной образовательной деятельности. Количество детей – 20 человек.





# Направление работы

- Месяц
- *Средний дошкольный возраст*
- Двигательные навыки
- Упражнения для общефизической подготовке
- Сентябрь
- Октябрь Ноябрь
- Упражнения для специальной подготовке
- Декабрь
- Январь
- Февраль
- Март
- Игры для освоения передвижений в воде
- Апрель
- Май
- *Старший дошкольный возраст*
- Двигательные навыки
- Упражнения для, общефизической подготовки
- Сентябрь
- Октябрь Ноябрь
- Упражнения и игры для развития кистей
- Дыхательные упражнения
- Упражнения для специальной подготовке
- Декабрь
- Январь
- Февраль
- Март
- Упражнения для овладения навыком скольжения
- Игры-эстафеты
- Апрель
- Май





*Дорожка для  
стоп*



Нам  
весело  
у  
бортика !



**МОЕМСЯ ПОД  
ДУШЕМ**



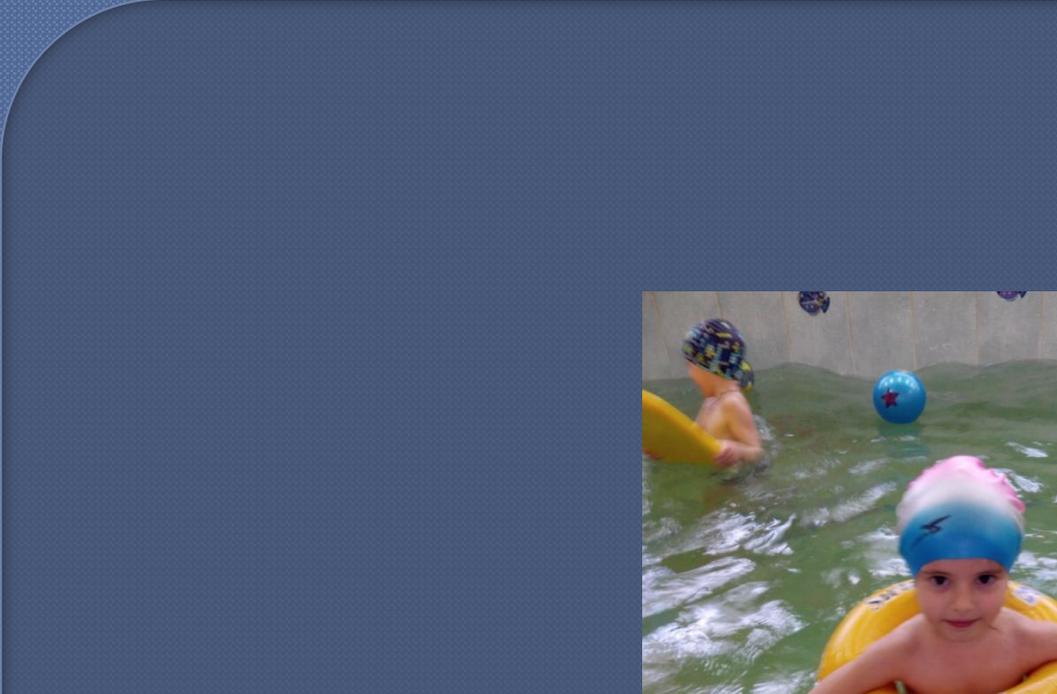
**Велотренажёр**







**Вход в воду  
прыжком**







ИЗМЕРЯЕМ  
ТЕМПЕРАТУРУ



# Упражнение «Стрела»

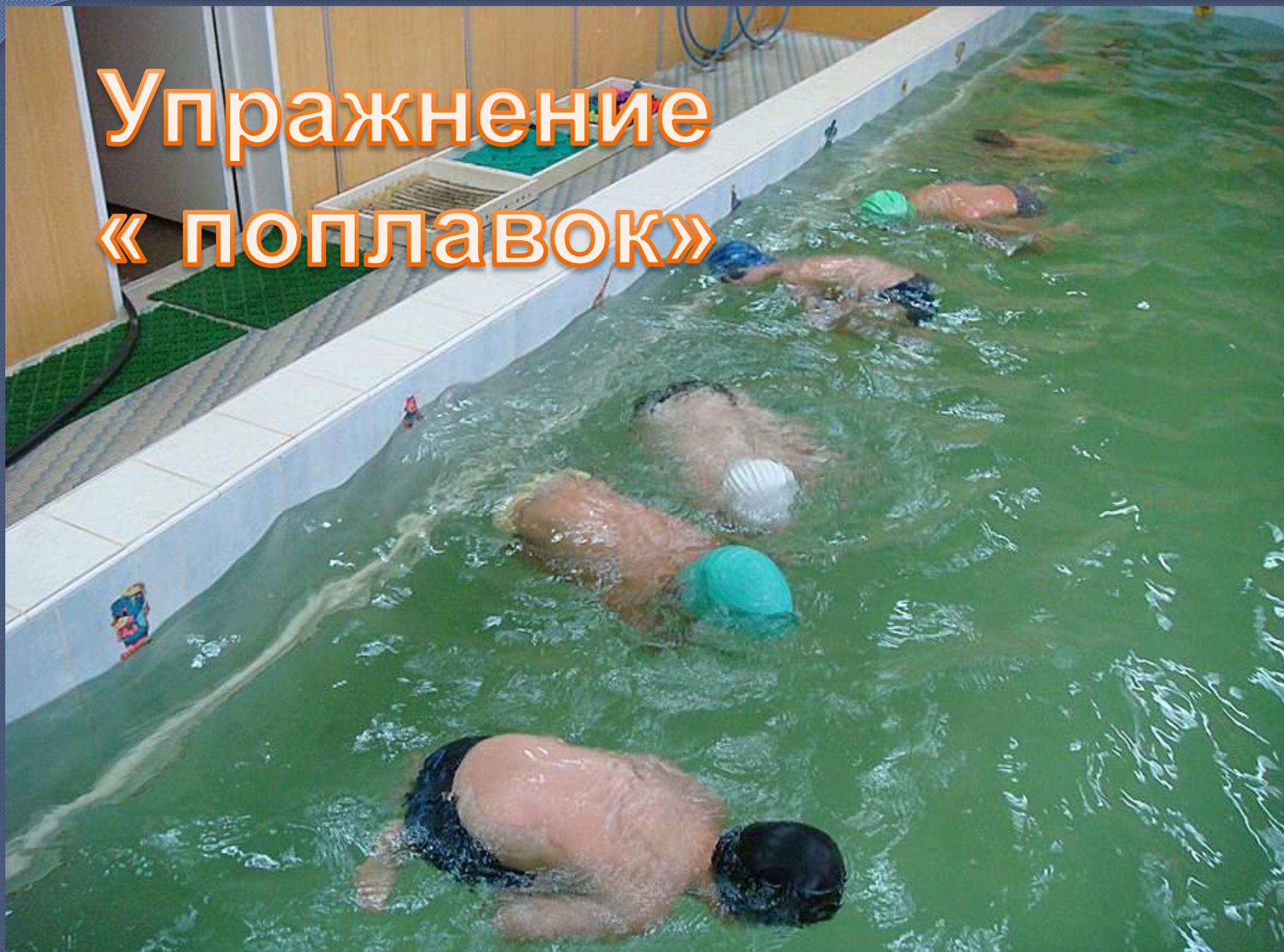
**Игра  
«Подводная  
пещера»**



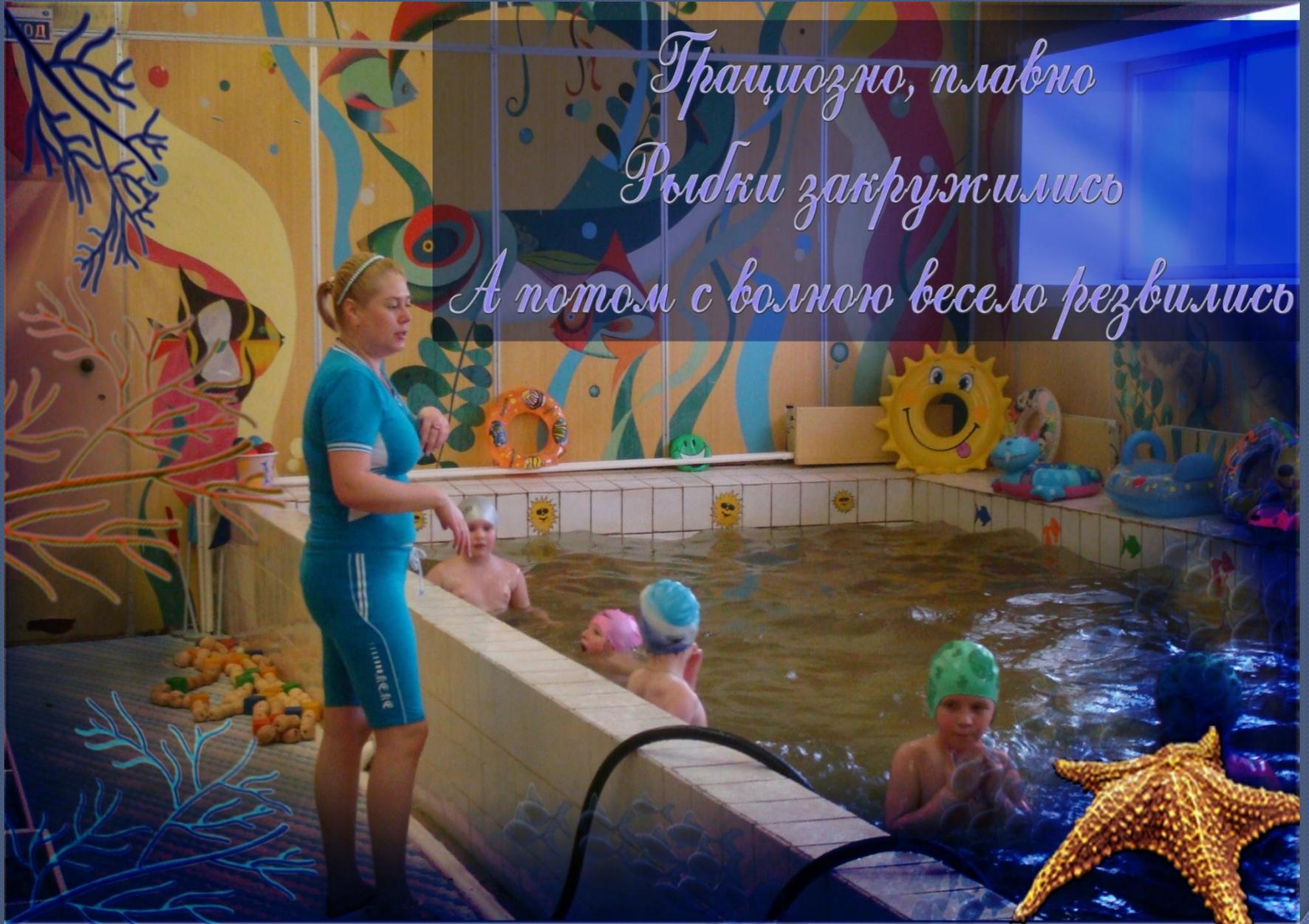




# Упражнение « ПОПЛАВОК »



Грациозно, плавно  
Рыбки закружились  
А потом с волною весело резвились



# Упражнение «Морская звезда на груди»





**Упражнение  
«Морская звезда на спине»**







# Одеваемся в группу





СУШИМ ВОЛОСЫ

# ДЕТСКИЙ САД №29 «Ёлочка»

