

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №270»
(МАДОУ «Детский сад №270»)

Принята на заседании
педагогического совета
протокол № 1



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00BFE8FFD360CF13DE540C3A501E91246F
Владелец: Мануйлова Ксения Анатольевна
Действителен: с 17.02.2025 до 13.05.2026

К. А. Мануйлова

Приказ № 140 от 29.08.2025

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
« Обучение плаванию»

Возраст учащихся: 4-7 лет
Срок реализации: 8 месяцев

Автор - составитель:
Пыхтина Жанна Валерьевна,

г. Барнаул, 2025

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №270»
(МАДОУ «Детский сад №270»)

Принята на заседании
педагогического совета
протокол № 1

Утверждена:
Заведующий
МАДОУ «Детский сад №270»
_____К.А.Мануйлова
Приказ № 140-осн от 29.08.2025

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
« Обучение плаванию»

Возраст учащихся: 4-7 лет
Срок реализации: 8 месяцев

Автор - составитель:
Пыхтина Жанна Валерьевна,

г. Барнаул, 2025

Оглавление

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель, задачи, ожидаемые результаты.....	6
1.3. Содержание программы.....	8
2. Комплекс организационно педагогических условий.....	13
2.1. Календарный учебный график.....	13
2.2. Условия реализации программы.....	13
2.3. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы.....	15
2.4. Взаимодействие с семьями воспитанников.....	16
2.5. Учебно-методическое обеспечение Программы	17

1.Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка

Нормативные правовые основы разработки ДООП:

- ✓ Федеральным законом от 29.12.2012. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- ✓ Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- ✓ Устав МАДОУ
- ✓ Положение о дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №270»

Актуальность:

Формирование здоровья ребёнка, полноценное развитие его организма одна из основных задач современного общества.

Среди многообразия видов спорта плавание является одним из наиболее доступных и полезных для детей. В процессе регулярных занятий развивается, укрепляется и закаляется весь организм: плавание является прекрасным средством профилактики и исправления нарушений осанки, сколиозов, плоскостопия, укрепления сердечно-сосудистой и нервной системы, развития дыхательного аппарата и мышечной системы, содействует росту и укреплению костной ткани.

Обучение плаванию в детском саду - одно из важнейших звеньев в воспитании и развитии ребенка. Благоприятное воздействие плавания на детский организм является общепризнанным.

Занятия плаванием имеют огромное воспитательное значение. Они создают условия для формирования важных черт личности: воспитания смелости, дисциплинированности, уравновешенности, развития умения действовать в коллективе, оказания помощи друг другу.

Задача сохранения и укрепления здоровья детей занимает ведущее место в образовательном пространстве.

Дошкольный возраст является самым благоприятным периодом для активного всестороннего развития как умственного, так и физического. В это время ребёнок получает и усваивает информацию в несколько раз больше, чем в период школьного обучения.

Сегодня, следуя моде времени, родители всё больше внимания обращают на умственное развитие своих детей, не проявляя должной заботы о развитии физическом.

Купание, игры в воде, плавание благоприятны для всестороннего физического развития ребёнка. Работоспособность мышц у дошкольников не велика, они довольно быстро утомляются при статических нагрузках. Детям более свойственна динамика. Во время плавания чередуются напряжение и расслабление разных мышц, что увеличивает их работоспособность и силу.

В воде уменьшается статическое напряжение тела, снижается нагрузка на ещё не окрепший и податливый детский позвоночник, который в этом случае правильно формируется; вырабатывается хорошая осанка. В то же время активное движение ног в воде в безопорном положении укрепляют стопы ребёнка, и предупреждает развитие плоскостопия.

Систематические занятия плаванием ведут к совершенствованию органов кровообращения и дыхания.

Плавание благотворно не только для физического развития ребёнка, но и для формирования его личности. Не всем детям общение с водой доставляет удовольствие и радость, некоторые боятся входить в воду, боятся глубины. Психологами установлено, что главная опасность на воде – не действия в ней, а неправильное поведение, чувство страха и боязнь глубины. Именно поэтому первые шаги в обучении плаванию направлены на то, чтобы помочь ребёнку преодолеть это неприятное и небезобидное чувство. Занятия плаванием развивают такие черты личности, как целеустремлённость, настойчивость, самообладание, решительность, смелость, дисциплинированность, умение действовать в коллективе и проявлять самостоятельность.

Обучение включает в себя следующие основные предметы:

Обучение плаванию

Вид программы:

Дополнительная.

Направленность программы:

Физкультурно-спортивная

Адресат программы: Пятый год жизни ребёнка характеризуется дисбалансом в развитии дыхательного аппарата: при относительной мощности лёгких пока ещё узок просвет верхних воздухоносных путей (полости носа, гортани) и слабы дыхательные мышцы. Вместе с тем размах грудной клетки при вдохе и выдохе значительно шире, вследствие чего

жизненная ёмкость лёгких у пятилетнего ребёнка значительно больше, чем у 3-4 летнего. Дыхательные пути сравнительно узки, что вызывает преобладание брюшного типа дыхания, при котором главной дыхательной мышцей является диафрагма. С четырёх лет у детей уже довольно хорошо развиты миндалины, и они легко гипертрофируются. В этом возрасте обычно учащаются ангины, и в миндалинах нередко формируется очаг хронической инфекции.

Интенсивно развивается кровеносная система. Сердечно-сосудистая система, при условии соблюдения адекватности нагрузок, сравнительно лучше приспособлена к потребностям растущего организма, чем дыхательная.

В течение пятого года жизни происходит значительный сдвиг в развитии мускулатуры, возрастают сила и работоспособность мышц.

Мелкие мышцы (пальцев, кистей, стоп) ещё недостаточно развиты в сравнении с крупной мускулатурой, из-за чего детям даются движения всей рукой, а не её мелкими мышечными группами.

Быстро вырабатываются условные рефлексы, но закрепляются не сразу, поэтому навыки ребенка, вначале непрочны и легко разрушаются. Процессы возбуждения и торможения в коре головного мозга легко распространяются, поэтому внимание детей неустойчиво, ответные реакции носят эмоциональный характер и дети быстро утомляются.

Тем не менее, на пятом году жизни движения ребёнка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает всё более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятие, развивается целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движения, выделять их элементы. У них появляется интерес к результатам движения, потребность выполнять его в соответствии с образом. Всё это позволяет приступить к обучению техники основных движений, отработке их качества.

В возрасте 6-7 лет у детей продолжает развиваться устойчивость, распределение и переключаемость внимания. Наблюдается переход от непроизвольного к произвольному вниманию. Продолжает совершенствоваться речь, понимание и звуковая сторона. Достижением этого возраста характеризуется распределением ролей в игровой деятельности. Восприятие в этом возрасте характеризуется анализом сложных форм объектов, спортивного оборудования. Развивается образ Я, самооценка, самоконтроль. Воспитанники могут распределять роли до начала игры, строить свое поведение, придерживаясь роли, правил игры. Наблюдается организация игрового пространства.

Развитие опорно-двигательной системы ребёнка ещё не завершено (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура).

Позвоночный столб ребёнка шестого года жизни чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, связок - нарушается осанка. У ребёнка преобладает тонус мышц-разгибателей, что не даёт возможности при длинном статическом положении долго удерживать спину прямой.

Сердечнососудистая система ещё не достигает полного развития. Общее физическое развитие и динамика функциональной зрелости системы дыхания идёт неравномерно. У детей возрастает осознанность освоения более сложных основных движений. Это позволяет повысить требования к качеству их выполнения, больше внимания уделять развитию физических и морально-волевых качеств.

Срок и объем освоения программы:

- 8 месяцев.

Форма обучения: очная.

Особенности организации образовательной деятельности: группы разновозрастные.

Режим занятий:

Программа разработана для детей 4-7 лет, включает в себя 62 часа (1 час равен 1 учебному часу в соответствии с возрастом ребенка согласно СанПиН 3.1/2.4.3598-20), срок реализации 8 месяцев (занятий проводятся 2 раза в неделю), продолжительность занятий от 20 до 30 минут.

Основная форма работы с детьми – групповые занятия с оптимальным количеством детей 10-15 человек.

Объём образовательной нагрузки:

Возраст воспитанников	Продолжительность занятия, (мин)	Периодичность		
		Неделя	Месяц	Год
4-5 лет	20	2	8	62
5-6 лет	25	2	8	62
6-7 лет	30	2	8	62

Расписание занятий составлено с учетом мнения родителей (законных представителей).

Структура занятий традиционная и состоит из вводной, основной, заключительной частей.

Подготовительная часть. Организация занимающихся, объяснение задач в доступной форме, показ и объяснение нового материала, выполнение общеразвивающих и подготовительных (специальных) упражнений на суше и подготовительных упражнений в воде.

Основная часть. Изучение нового материала, закрепление и совершенствование ранее приобретенных навыков плавания с помощью упражнений, игр, эстафет.

Заключительная часть. Снижение физической и эмоциональной нагрузки. Она предполагает проведение упражнений, игр малой подвижности, свободное плавание для приведения организма в спокойное состояние.

Индивидуальная работа.

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 с консультативным материалом;
- оформление фотовыставок в течение года.

1.2. Цель, задачи, планируемые результаты

Цель: создание благоприятных условий для оздоровления, закаливания, и обеспечения всестороннего развития психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями дошкольников в процессе обучения плаванию).

Задачи: Оздоровительные:

- укрепить здоровье детей, содействовать их гармоничному психофизическому развитию;
- содействовать расширению адаптивных возможностей детского организма, повышению его защитных свойств и устойчивости к заболеваниям;
- совершенствовать опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать работоспособность организма;
- расширять спектр двигательных умений и навыков в воде;

- развивать творческое самовыражение в игровых действиях в воде.

Образовательные:

- формировать теоретические и практические основы освоения водного пространства;
- учить плавательным навыкам и умениям, умению владеть своим телом в непривычной среде;
- развивать физические качества (ловкость, быстрота, выносливость, сила и др).

Воспитательные:

- воспитывать нравственно-волевые качества, настойчивость, смелость, выдержку, силу воли;
- формировать стойкие гигиенические навыки;
- формировать потребность к здоровому образу жизни, устойчивый интерес к занятиям по плаванию;
- способствовать эмоциональному и двигательному раскрепощению, появлению чувства радости и удовольствия от движений в воде.

Планируемые результаты:

После освоения Программы дети *должны понимать*:

- элементарные правила безопасного поведения в бассейне;
- названия плавательных упражнений, способов плавания;
- название плавательного инвентаря для обучения.

Дети *должны уметь*:

- выполнять элементарные передвижения в воде;
- выполнять погружение в воду с головой;
- выполнять выдох в воду при погружении лица;
- выполнять игровые упражнения в воде;
- передвигаться в воде стилем «Кроль»;
- выполнять скольжение на груди с опорой;
- выполнять скольжение на спине с опорой.

Уровень развития основных навыков плавания оценивается путем наблюдений за ребенком и с помощью тестирования плавательных умений и навыков детей в каждой возрастной группе. В качестве критериев оценки выбран ряд контрольных упражнений. Мониторинг проводится 2 раза в год (декабрь, апрель). Получаемая в ходе мониторинга информация, является основанием для прогнозирования деятельности, осуществления необходимой коррекции, инструментом оповещения родителей о состоянии и проблемах, выявленных у ребенка.

**1.3. Содержание программы
«Обучение плаванию» 4-5 лет
(8 месяцев обучения)
Учебный план**

Таблица 1.3.1

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Свободное передвижение в воде	14	1	13	-
2	Погружения в воду	15	3	14	-
3	Скольжение на груди	9	---	9	-
4	Скольжение на спине	3	---	3	-
5	Обучение плаванию на груди при помощи рук, способом кроль в разных положениях.	11	---	11	-
6	Обучение плаванию при помощи движений ног способом кроль на груди, руки – брасс, дельфин (свободно).	7	1	6	-
	Итого 62				

Содержание учебного плана 4-5 лет

Месяц/часы		Содержание программы	Кол-во часов
Октябрь	1	Беседа о правилах безопасного поведения в бассейне. Знакомство с помещениями бассейна, основными правилами поведения в нём.	1
	2	Приучать детей входить в воду, самостоятельно окунаться, не бояться брызг, не вытирать лицо руками.	2
	3		
	4	Упражнять в выполнении разных движений в воде.	3
	5	Продолжать приучать детей самостоятельно входить в воду.	
	6		
	7	Приучать детей не бояться опускать лицо в воду.	2
	8		
Ноябрь	9	Беседа о правилах безопасного поведения в бассейне. Приучать детей смело входить в воду, самостоятельно окунаться, не бояться воды.	1
	10	Приступить к упражнениям на погружение лица в воду.	2
	11		
	12	Приучать детей переходить от одного бортика бассейна к другому самостоятельно, не толкаясь, энергично разгребая воду руками.	2
	13		
	14	Приучать детей принимать горизонтальное положение в воде, опираясь на руки. Учить передвигаться в таком положении (глубина воды по колено).	2
	15		
	16	Учить детей работе рук кролем, при передвижениях	1

		воде.	
Декабрь	17	Беседа о правилах безопасного поведения в бассейне. Приучать детей смело входить в воду, самостоятельно окунаться, не бояться воды.	1
	18	Приступить к упражнениям на погружение лица в воду.	1
	19	Приучать детей переходить от одного бортика бассейна к другому самостоятельно, не толкаясь, энергично разгребая воду руками.	2
	20		
	21	Приучать детей принимать горизонтальное положение в воде, опираясь на руки. Учить передвигаться в таком положении (глубина воды по колено).	2
	22		
	23	Учить детей работе рук кролем, при передвижениях в воде.	2
	24		
Январь	25	Беседа о правилах безопасного поведения в бассейне.	1
	26	Продолжать упражнять в различных движениях в воде: ходьбе, беге, прыжках.	2
	27		
	28	Приучать передвигаться организованно.	1
	29	Учить детей выполнять ложиться на воду.	2
	30		
	31	Упражнять в передвижении в воде.	2
	32		
Февраль	33	Беседа о правилах безопасного поведения в бассейне.	3
	34		
	35	Воспитывать организованность, умение выполнять задания преподавателя. Приучать двигать ногами, как при плавании кролем, в упоре лёжа на руках (на	

		суше и в воде).	
	36	Упражнять в различных движениях в воде: ходьбе, беге, прыжках. Воспитывать уверенность в передвижении в воде.	2
	37		
	38	Приучать смело погружать лицо в воду, не вытирать руками.	2
	39		
	40	Упражнять детей в выполнении энергичных движений руками в воде.	1
Март	41	Беседа о правилах безопасного поведения в бассейне.	2
	42		
	43	Упражнять в различных движениях в воде: ходьбе, беге, прыжках. Воспитывать уверенность в передвижении в воде.	2
	44		
	45	Приучать смело погружать лицо в воду, не вытирать руками.	1
	46	Упражнять детей в выполнении энергичных движений руками в воде.	3
	47		
	48		
Апрель-май	49	Беседа о правилах безопасного поведения в бассейне.	1
	50	Приучать смело погружать лицо в воду, не вытирать руками. Упражнять детей в выполнении энергичных движений руками в воде.	3
	51		
	52		
	53	Учить детей погружаться в воду с головой.	1
	54	Приучать не бояться воды, выполнять вдох-выдох. Упражнять в выполнении вдоха-выдоха.	2
	55		
	56 -62	Воспитывать самостоятельность, уверенность в	4

		передвижении в воде.	
--	--	----------------------	--

Содержание учебного плана для детей 6-7 лет

Месяц/часы		Содержание программы	Кол-во часов
Октябрь	1	Беседа о правилах поведения в бассейне.	2
	2		
	3	Продолжать учить детей всплывать и лежать на воде.	3
	4		
	5		
	6	Упражнять в умении делать глубокий вдох и продолжительный выдох.	2
	7		
	8	Продолжать учить детей всплывать и лежать на воде. -	2
	9		
Ноябрь	10	Упражнять в умении делать глубокий вдох и продолжительный выдох.	2
	11		
	12	Упражнять в скольжении по воде.	1
	13	Продолжать учить всплывать и лежать на воде на спине.	2
	14		
	15	Закрепить выполнение упражнения «стрела». Совершенствовать скольжение на груди и спине по поверхности воды.	2
	16		
	17	Учить действовать по сигналу преподавателя, согласовывая свои действия с действиями товарищей.	1

Декабрь	18	Учить плавать кролем на груди и на спине с доской в руках.	2
	19		
	20	Закрепить умение выполнять выдохи в воду сериями.	2
	21		
	22	Продолжать учить детей движениям рук, как при плавании кролем. Учить сочетать скольжение с выдохом в воду.	2
	23		
	24	Упражнять детей выполнять движения руками, как при плавании кролем.	2
	25		
Январь	26	Побуждать плавать на груди и спине.	1
	27	Учить детей выполнять старт в воду из разных положений.	2
	28		
	29	Учить выполнять гребковые движения рук попеременно.	3
	30		
	31		
	32	Учить согласовывать движения ног кролем на груди с дыханием в упоре на месте.	2
	33		
Февраль	34	Совершенствовать умение скользить на спине.	1
	35	Совершенствовать умение скользить на спине.	3
	36		
	37		
	38	Учить согласовывать движения рук и дыхания, как при плавании способом кроль.	2
	39		
	40	Упражнять в выполнении старта в воду.	2
	41		

Март	42	Развивать умение ориентироваться в глубокой воде.	1
	43	Продолжать учить скольжению на груди.	2
	44		
	45	Упражнять в выполнении выдоха в воду при горизонтальном положении тела.	3
	46		
	47		
	48	Закреплять умение свободно лежать на воде, всплывать.	2
	49		
Май - Апрель	50	Учить выдоху в воду во время скольжения на груди.	1
	51	Учить детей всплывать и лежать на спине.	2
	52		
	53	Совершенствовать умение выполнять скольжение на груди и спине.	2
	54		
	55	Учить согласовывать дыхание с движениями при плавании кролем на спине и груди.	2
	56		
	57	Совершенствовать движения ногами в положении на груди и спине.	6
	58		
	59		
	60-62		

2.Комплекс организационно - педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Таблица 2.1.1.

Даты начала и окончания учебного года	с 29.09.2025 по 25.05.2026 г.
---------------------------------------	-------------------------------

2.2. Условия реализации программы

Таблица 2.2.1.

Аспекты	Характеристика
Материально-техническое обеспечение	- резиновые и пластмассовые игрушки; - тонущие игрушки; - мячи надувные разных размеров; - плавающие игрушки, предметы разных форм и размеров; - калабашки; - нудлы; - дорожка массажная;
Информационное обеспечение	- плакаты «Правила поведения на воде», «Правила поведения в бассейне» картинки с изображением морских животных; - картинки, схемы, фотографии, иллюстрирующие различные способы и стили плавания; - картотека игр и упражнений на воде для каждой возрастной группы; - комплексы дыхательных упражнений; - подборка стихов, потешек, загадок о воде, плавании.
Кадровое обеспечение	Педагог дополнительного образования, инструктор по физической культуре

2.3. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы.

Форма обучения- групповые занятия, численностью детей 10-15 человек. Формирование групп детей для занятий плаванием осуществляется на основе учёта индивидуальных и возрастных особенностей, состояния их здоровья и уровня освоения плавательных умений и навыков.

Наряду с групповой формой работы, осуществляется индивидуализация процесса обучения и применение дифференцированного подхода к детям, т. к. в связи с их индивидуальными особенностями результативность в освоении навыков плавания может быть разной.

Форма организации занятий по реализации Программы:

- традиционная;
- игровая;
- тренировочная;
- занятие, построенное на одном виде плавания;
- игровая;
- занятие с элементами синхронного плавания и аква-аэробики;- контрольное занятие.

Методы обучения и воспитания Словесные методы:

- описание;
- объяснение упражнений;
- пояснение;
- распоряжение;
- команда;
- рассказ;
- беседа;
- название упражнений.

Наглядные методы:

- показ;
- имитация;
- звуковые и зрительные ориентиры; - использование наглядных пособий.

Практические методы:

- упражнения;
- конкретные задания; - игровые приемы; - поддержка и помощь.

Приемы:

- объяснение;
- показ;
- пояснение;

- повторение;
- подражание;
- соревнования (индивидуальные и командные);
- анализ и оценка выполнения движений; - проверка; - вопросы.

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

Задачи обучения плаванию детей 4-5 лет.

Воспитание гигиенических навыков. Продолжать учить самостоятельно раздеваться и одеваться в определённой последовательности, аккуратно складывать и вешать одежду. Продолжать учить мыться под душем, пользуясь мылом и мочалкой, проявлять при этом самостоятельность, насухо вытираться полотенцем, с незначительной помощью воспитателя сушить волосы.

Развитие двигательных умений и навыков. Продолжать учить самостоятельно передвигаться в воде, выполняя различные задания. Учить ходить по бассейну, загребая воду руками и в положении полуприседа, наклонившись вперёд. Использовать на занятиях все виды бега, указанные в Программе для данной возрастной группы. Учить выпрыгивать из воды, прыгать, отрывая ноги ото дна бассейна с продвижением вперёд; выпрыгивать с последующим погружением в воду; учить прыгать с бортика, отталкиваясь двумя ногами. Учить вытягиваться на поверхности воды, расслабив тело («Звезда», «Медуза»); скользить по поверхности воды, оттолкнувшись ото дна или борта («Стрела»).

Погружение. Учить погружаться в воду самостоятельно и поочерёдно в паре («Насос»); открывать в воде глаза, доставать со дна предметы руками («Водолазы»).

Дыхание. Учить делать выдох в воду, погрузив лицо и всю голову.

Воспитание физических качеств: быстрота, сила, смелость, выносливость.

Распределение видов упражнений в порядке усложнения:

Ходьба: «Цапля», приставной шаг, крестный шаг; широкий шаг, высоко поднимая колено; широкий шаг, высоко поднимая носок; ходьба по бассейну, загребая воду руками – лицом вперёд, спиной вперёд, в положении полуприседа, помогая себе руками, с наклоном туловища вперёд.

Бег: «Кто быстрее?», «Лошадки».

Прыжки: на месте у бортика («Кто выше?»), на обеих ногах, руки на поясе; с продвижением вперёд; от бортика к бортику, отрывая ноги ото дна; выпрыгивание с последующим погружением до подбородка, до глаз, с головой; подпрыгивание с последующим падением в воду.

Погружение в воду: до подбородка, до глаз, с головой. Погружение лица с пусканием пузырей; стоя в положении наклона сделать вдох, опустить лицо в воду – выдох; «Насос», «Водолазы», «Медуза», «Звезда», «Стрела».

Игры: «Цапля», «Караси и карпы», «Кто достанет клад?», «Хоровод», «Смелые ребята», «Лягушата», «Пузыри», «Удочка», «Оса», «Вратарь», «Бегом за мячом», «Дровосек», «Карусели», «Водолазы», «Покажи пятки», «Медуза», «Звезда», «Стрела».

Процесс обучения плаванию органически взаимосвязан с совершенствованием физического развития и физической подготовленности и несёт в первую очередь оздоровительный характер.

2.4. Взаимодействие с семьями воспитанников.

Месяц	Форма работы	Тема
Ноябрь	Беседа с родителями	«Роль родителей в воспитании здорового ребёнка»
Декабрь	Открытое занятие	«На занятие в бассейн! Как подготовить ребенка»
Январь	Индивидуальные консультации	По запросу
Февраль		«Физические упражнения, как средство профилактики нарушений осанки»
Март		«Задачи обучения плаванию. Результаты и достижения детей»
Апрель	Консультация для родителей	«Техника безопасности при плавании в открытых водоёмах»
Май	Открытое занятие	«Плавание - средство воспитания дошкольников»

2.5. Учебно-методическое обеспечение Программы

1. Воронова Е. К. Программа обучения плаванию в детском саду. - СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010.-80 с.
2. Осокина Т. И. Как научить детей плавать: Пособие для воспитателя дет. сада – М.: Просвещение, 1985.-80 с.
3. Рыбак М.В. Занятия в бассейне с дошкольниками. – М.: ТЦ Сфера, 2012.- 96с. (Растим детей здоровыми).