

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
«Саянский детский сад «Волшебный град»
Т.Л.Сухоручкина _____

План
физкультурно – оздоровительной работы в плавательном бассейне
в МБДОУ «Саянский детский сад «Волшебный град»
на 2020/21 учебный год

Цели и задачи при обучении плаванию детей дошкольного возраста.

Ведущая цель - создание благоприятных условий для оздоровления, закаливания, и обеспечения всестороннего развития психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями дошкольников.

Важными задачами - является освоение основных навыков плавания, воспитание психофизических качеств (ловкости, быстроты, выносливости и т.д.), воспитание привычки и любви к пользованию водой, потребности в дальнейших занятиях плаванием, формированию гигиенических навыков.

Цель:

1. Помочь детям преодолеть водобоязнь на занятиях по плаванию, адаптироваться в водной среде.
2. Научить детей уверенно и безбоязненно держаться на воде.
3. Максимально использовать все факторы, способствующие укреплению здоровья и их физическому развитию.
4. Заложить прочную основу для дальнейшей образовательной деятельности по обучению плаванию, привить интерес и любовь к воде.

Задачи:

I. Оздоровительные:

- Приобщать ребенка к здоровому образу жизни;
- укреплять здоровье детей;
- совершенствовать опорно-двигательный аппарат;
- формировать правильную осанку.

II. Образовательные:

- Формировать двигательные умения и навыки;
- формировать знания о здоровом образе жизни;
- формировать знания о способах плавания.

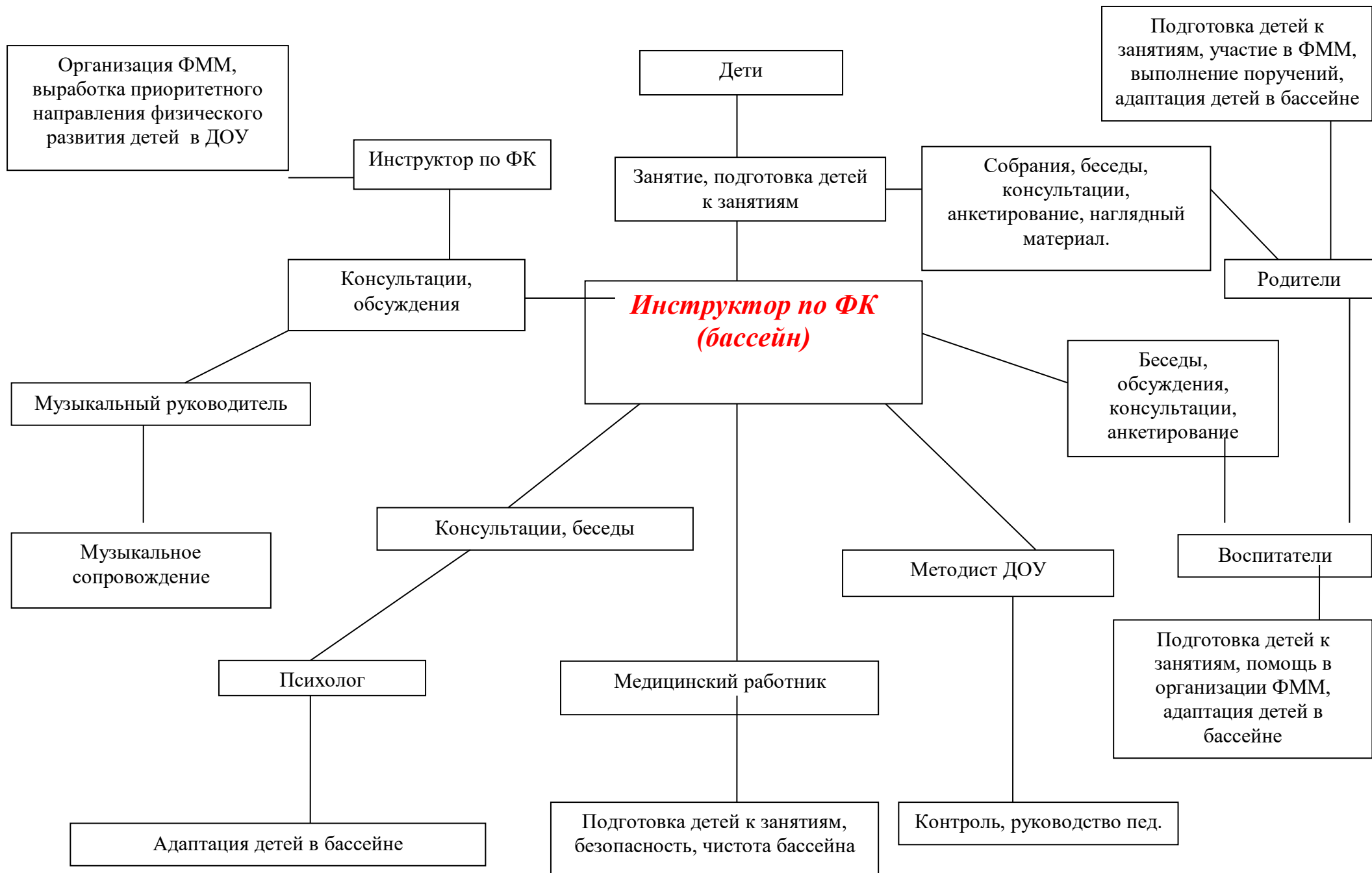
III. Воспитательные:

- Воспитывать двигательную культуру, соответствующую возрастным и индивидуальным особенностям детей;
- научить детей ухаживать за спортивным оборудованием, инвентарем и пользоваться им;
- воспитывать нравственно-волевые качества, такие как смелость, настойчивость, уверенность;
- воспитывать чувство заботы о своем здоровье.

IV. Логопедическое направление:

- Помогать в развитии речевого и физиологического дыхания;
- совершенствование во взаимосвязи с речью, общей и мелкой моторики, выработка четких координированных движений.

Модель работы инструктора по физической культуре (бассейн)



Расписание утренней гимнастики на 2020– 2021 уч. год

МУЗЫКАЛЬНЫЙ ЗАЛ	8.05 – 8.15	Средняя группа «Капелька» и «Радуга»
	8.17 – 8.27	Средняя группа «Непоседы» и «Пчёлки»
	8.27 – 8.37	Старшая группа «Звёздочка»

Расписание занятий в плавательном бассейне 2020 – 2021уч./год (4 подготовительные, 3 старшие, 4 средние, 2 вторые младшие)

Дни недели									
Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
группа	время	группа	время	группа	время	группа	время	группа	время
(187) подгот. «Ромашечка»	09.40- 10.10 (1)	(200) подгот. «Ручеёк»	9.40-10.10 (1)	(150) старш. «Растишки»	9.35- 10.00 (1)	(52) сред. «Радуга»	09.30- 09.50(1)	(35) млад. «Капитошка» (музыка 9.00- 09.15)	09.50- 10.05(1)
	10.20- 10.50 (2)		10.20-10.50 (2)		10.10-10.35 (2)		10.00- 10.20(2)		10.20- 10.35(2)
(191) старш. «Звездочки»	11.00- 11.25 (1)	(178) подгот. «Улыбка» (музыка 9.40- 10.10)	11.00- 11.30 (1)	(163) старш. «Почемучки»	10.45-11.10 (1)	(57) сред. «Капелька» (музыка 9.00- 9.20)	10.30- 10.50(1)	(40) млад. «Золотая рыбка» (музыка 09.20- 09.35)	10.50- 11.05(1)
	11.35- 12.00(2)		11.40-12.10 (2)		11.20-11.45 (2)		11.00- 11.20(2)		11.15- 11.30(2)
Смешанная группа	15.30- 16.20 (1)	(154) подгот. «Семицветик» (музыка 9.00- 9.30)	15.30- 16.00. (1)	(174) сред. «Непоседы»	15.30-15.50 (1)	(165) сред. «Пчелки»	15.30- 15.50(1)		
			16.10-16.40 (2)		16.00-16.20 (2)		16.00- 16.20(2)		

**Циклограмма деятельности инструктора по физической культуре (плавательный бассейн)
на 2020 – 2021 уч. год.**

Дни недели	Время	Продолжительность	Вид деятельности
Понедельник	7:50-8.00	10 мин.	подготовка к утренней гимнастике
	8.05-8:37	32 мин.	утренняя гимнастика
	8:50-9.30	40 мин.	подготовка к занятиям
	9:40-12.00	2 час.20 мин.	оздоровительные занятия по расписанию
	13:00-15:00	2 часа	планирование оздоровительных занятий работа с документацией
	15.30-16.20	50 мин.	оздоровительные занятия по расписанию
	16:30-16:55	25 мин.	индивидуальные беседы, консультации
Вторник	7:50-8.00	10 мин.	подготовка к утренней гимнастике
	8.05-8:37	32 мин.	утренняя гимнастика
	8:50-9.30	40мин.	подготовка к занятиям
	9:40-12.10	2 час.30 мин.	оздоровительные занятия по расписанию
	13:10-15:00	1ч.55 мин.	планирование оздоровительных занятий работа с документацией
	15.30-16.40	25 мин.	оздоровительные занятия по расписанию

Среда	7:50-8.00	10 мин.	подготовка к утренней гимнастике
	8.05-8:37	32 мин.	утренняя гимнастика
	8:50-9.20	30 мин.	подготовка к занятиям
	9:35 -11.45	2 час.10 мин.	оздоровительные занятия по расписанию
	13:00-15:00	2 часа.	планирование оздоровительных занятий, работа с документацией
	15.30-16.20	50 мин.	оздоровительные занятия по расписанию
	16:30-16:55	25 мин.	индивидуальные беседы

Четверг	7:50-8.00	10 мин.	подготовка к утренней гимнастике
	8.05-8:37	32 мин.	утренняя гимнастика
	8:50-9.20	30 мин.	подготовка к занятиям
	9:30-11.20	1 час.50 мин.	оздоровительные занятия по расписанию
	13:00-15:00	2 ч.	планирование оздоровительных занятий работа с документацией
	15.30-16.20	50 мин.	оздоровительные занятия по расписанию
	16:30-16:55	25 мин.	индивидуальные беседы (воспитатели, родители)
Пятница	7:50-8.00	10 мин.	подготовка к утренней гимнастике
	8.05-8:37	32 мин.	утренняя гимнастика
	8:50-9.30	40 мин.	подготовка к занятиям
	9:50-11.30	1 ч.40 мин.	оздоровительные занятия по расписанию
	13:00-15:00	2 ч.	планирование оздоровительных занятий работа с документацией
	15.10-16.55	1ч.45 мин.	индивидуальные беседы (воспитатели, родители), консультации, работа с сайтом.

План-график физкультурно-спортивных развлечений (занятий) в бассейне на 2020-2021 уч.г.

Физкультурно - спортивные мероприятия	Срок	Место проведения	Возрастные группы	Ответственные
Физкультурно-спортивное занятия на воде	ноябрь (конец месяца)	бассейн	Старшие группы	Инструктор по физ.культуре педагоги ДОУ, медработник
Физкультурно-спортивное развлечение на воде	февраль	бассейн	Средние группы	Инструктор по физ.культуре педагоги ДОУ, медработник
Игровое занятие ко «Дню здоровья»	апрель	бассейн	2 младшая группа	Инструктор по физ.культуре педагоги ДОУ, медработник
Физ. праздник «Весёлые старты на воде»	май (начало месяца)	бассейн	Подготовительные группы	Инструктор по физ.культуре педагоги ДОУ, медработник
Игровые занятия	февраль, май	бассейн	2 младшая группа	Инструктор по физ.культуре
	январь, май	бассейн	Средние группы	Инструктор по физ.культуре
	январь, май	бассейн	Старшие группы	Инструктор по физ.культуре
	январь, май	бассейн	Подготовительные группы	Инструктор по физ.культуре

Работа с воспитателями на 2020 - 2021 уч/год

Растить детей здоровыми и сильными, первоначальная задача каждой дошкольной образовательной организации. Результаты многочисленных исследований показали, что самый гармоничный и «здоровый» вид физкультурных занятий – это плавание.

Ведущая цель программы занятий в плавательном бассейне – это создание благоприятных условий для оздоровления, закаливания, и обеспечения всестороннего развития психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями дошкольников. Важными задачами программы является освоение основных навыков плавания, воспитание психофизических качеств, воспитание привычки и любви к пользованию водой, потребности в дальнейших занятиях плаванием, формирование стойких гигиенических навыков.

Цель при обучении детей плаванию:

- Помочь детям преодолеть водобоязнь на занятиях по плаванию, адаптироваться в водной среде.
- Научить детей уверенно и безбоязненно держаться на воде.
- Максимально использовать все факторы, способствующие укреплению здоровья детей и их физическому развитию.
- Заложить прочную основу для дальнейшей образовательной деятельности по обучению плаванию, привить интерес и любовь к воде.

Задачи при обучении детей плаванию:

- Приобщать ребенка к здоровому образу жизни.
- Совершенствовать опорно-двигательный аппарат.
- Формировать правильную осанку.
- Формировать двигательные умения и навыки.
- Формировать знания о способах плавания.
- Воспитывать нравственно-волевые качества.

№	Возрастные группы	Т е м ы	Месяц проведения									
			Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	
1	Вторые младшие группы	Знакомство детей с правилами поведения в бассейне и с гигиеническими требованиями.	+									
		Консультация для воспитателей по всем интересующим вопросам.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		Подготовка детей к игровым занятиям. Разучить с детьми игровые упражнения «Карусель», «Капля раз, капля два..»			+			+				
		Игровое мероприятия в бассейне ко дню здоровья.								+		
		Летнее оздоровление и правила безопасности в воде.									+	
2	Средние группы	Повторить правила поведения в бассейне и в раздевалках. Напомнить: «Что должен иметь каждый ребенок при посещении бассейна».	+									
		Консультация для воспитателей по всем интересующим темам.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		Физкультурно-спортивное развлечение в бассейне.						+				
		Подготовка детей к игровым занятиям. Разучить с детьми -разминку «К морю быстро мы спустились..», -упражнение «Море волнуется раз, два...», -дыхательное упражнение «Дудочка».				+	+	+				
		Рисунки на тему «Мы любим плавать и нырять».						+	+	+	+	
		Подготовка детей к летнее сезону. «Как вести себя в водоеме».									+	
3	Старшие группы	Повторить правила поведения в бассейне, в раздевалках. Напомнить: «Что должен иметь каждый ребенок при посещении бассейна».	+									
		Консультация для воспитателей по всем интересующим вопросам.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		Физкультурно-спортивное развлечение в бассейне.			+							

		Подготовка к игровым занятиям: - повторить ходьбу по кругу спиной с движением рук; -упражнение «Фонтан» сидя на лавочке; -дыхательное упражнение «Передышка», «Ха-дыхание».						+	+	+				
		Рисунки на темы: «Я выбираю спорт», «Мы любим плавать и нырять».								+	+	+	+	
		Подготовка детей к летнее сезону. «Безопасность в воде».											+	
4	Подготовительные к школе группы	Беседа о правилах поведения в бассейне и в раздевалках.	+											
		Консультация для воспитателей по всем интересующим темам.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		Рисунки на темы: Здоровья, спорт и творчество», «Мы любим плавать и нырять».										+	+	+
		Беседа о спортивных видах плавания.		+		+		+						
		а) Подготовка детей к «Веселым стартам на воде», б) Подготовка детей к летнее сезону.												+

Работа с родителями 2020-2021 уч/год

	В течении учебного года	Содержание темы	Месяц										
			Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май		
1. Полезные советы для родителей. 2. Практические советы по преодолению водобоязни и освоению		Консультация: «Правила поведения в бассейне», «Гигиенические требования при посещении бассейна».	+	+	+			+					
		Папка передвижка «Здоровье и вода всегда рядом»	+										
		«Купание без слез»		+									
		«Если ребенок боится воды»				+							

