


Таймырское муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Дудинский детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности
по художественно-эстетическому направлению развития детей «Забава»
647000, г. Дудинка, ул. Островского д.3, тел/факс (39191) 5-05-10, e-mail: zabawa00@mail.ru

Утверждаю:
Заведующий ТМБДОУ «Забава»
Исаев Владимир Викторович
от «29» 08 года



Перспективный план работы кружка по обучению плаванию «Водно-спортивные игры»

на 2023 - 2024 учебный год

Инструктор по ФК:
Исаев Владимир Викторович

г. Дудинка

Кружковая деятельность «Водно - спортивные игры»

Руководитель: Исаев В.В. – инструктор по физической культуре ТМБ ДОУ «Забава»

Пояснительная записка.

Одно из основных направлений образовательной деятельности в годовом плане работы ДОУ является физкультурно-оздоровительное, ориентированное на эффективное физическое развитие и укрепление здоровья ребёнка. В процессе решения этой задачи особое внимание уделяется усилению образовательного потенциала физической культуры через использование альтернативных методов и приёмов, дополняющих и обогащающих традиционные формы детской деятельности в условиях образовательного учреждения. Одна из них – это занятия плаванием. Плавание способствует разностороннему физическому развитию, стимулирует деятельность нервной, сердечно - сосудистой и дыхательной систем, значительно расширяет возможности опорно-двигательного аппарата, служит одним из лучших средств закаливания и формирования правильной осанки ребёнка. Поиск эффективных путей реализации данного направления с учётом современных требований привёл к организации дополнительной образовательной секции кружковой работы по плаванию «Водно-спортивные игры».

Физкультурно-оздоровительная кружковая работа является одной из форм по оздоровлению и укреплению детского организма, гармоничного психофизического развития. Элементы синхронного плавания укрепляет опорно-двигательный аппарат, совершенствует дыхательную систему, общую координацию.

Цель:

создание условий для повышения эффективности оздоровления и укрепления детского организма, гармоничного психофизического развития с помощью одной из форм дополнительного образования по плаванию.

Задачи:

Оздоровительные:

- Укрепить здоровье детей, содействовать их гармоничному психофизическому развитию.
- Содействовать расширению адаптивных возможностей детского организма.
- Совершенствовать опорно-двигательный аппарат, формирование правильной осанки, повышение работоспособности организма.

Образовательные:

- Формировать теоретические и практические основы освоения водного пространства.
- Учить плавательным навыкам и умениям.

Развивающие:

- Расширять спектр двигательных умений и навыков в воде.
- Развивать творческое самовыражение в игровых действиях в воде.

Воспитательные:

- Воспитывать нравственно-волевые качества, настойчивость, смелость, выдержку, силу воли.
- Формировать устойчивый интерес к занятиям по плаванию, обеспечить эмоциональное благополучие при выполнении упражнений в водной среде.

Ожидаемые результаты:

- Укрепление здоровья детей, снижение заболеваемости.
- Расширение адаптивных возможностей детского организма.
- Повышение показателей физического развития детей.
- Расширение спектра двигательных умений и навыков в воде.
- Развитие творческого потенциала и личностного роста ребёнка.
- Развитие эмоционального и двигательного раскрепощения в воде, проявления чувства радости и удовольствия от движения.
- Формирование нравственно-волевых качеств.

План работы

Средний дошкольный возраст	Старший дошкольный возраст	
Свободное плавание (водно-спортивные игры)	Плавание (водно-спортивные игры)	
Октябрь-ноябрь-декабрь		
<p>Игры для ознакомления со свойствами воды</p> <ul style="list-style-type: none"> -«Маленькие и большие ножки»; -«Рыбки резвятся»; -«Поймай воду»; - «Волны на море»; -«Поймай лодочку, рыбку»; -«Догоните меня»; -«Солнышко и дождик»; -«Переправа»; -«Найди свой домик»; -«Кораблики»; -«Найди себе пару»; -«Бегом за мячом!»; -«Сердитая рыбка»; -«Медвежонок Умка и рыбки»; 	<p>Игры для ознакомления со свойствами воды</p> <ul style="list-style-type: none"> -«Невод»; -«Карусели»; -«Караси и карпы»; -«Мы веселые ребята»; -«Байдарки»; -«Карасик и щука»; -«Караси и щука»; -«Как кто плавает»; 	<p>Элементы синхронного плавания</p> <ul style="list-style-type: none"> -Правила поведения. -Значение синхронного плавания для здоровья. -Проверка навыков детей. -Задержка дыхания -Разучивание новых движений, использование при этом элементов «медузы», «цепочки». «Поплавок» - с единым шнуром. - Обучение свободному ориентированию в чаше бассейна, умелому распределению рисунков по всей поверхности бассейна, закрепление движений.
Январь -февраль		

<p>Игры с погружением в воду с головой</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Фонтан»; - «Караси и щука»; - «Поезд в туннель»; - «Спрячемся под воду»; - «Оса»; - «Жучок-паучок»; - «Хоровод»; - «Щука»; 	<p>Игры с погружением в воду с головой</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Морской бой»; - «Охотники и утки»; - «Насос»; - «Удочка»; <p>Игры с выдохом в воду</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Резвый мячик»; - «Качели»; <p>Игры с открыванием глаз в воде</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Водолазы»; 	<ul style="list-style-type: none"> - Закрепление навыков всплывания и лежания на воде, выдоха в воду сериями. - Обучение детей плавному выполнению перестроения из одного рисунка в другой кратчайшим путем. - Обучение детей плавному слиянию движений с музыкальным сопровождением. - Формирование понятий, что рисунки на воде – коллективная работа. - Совершенствование длительной задержки дыхания.
--	---	--

Март-апрель

<p>Игры с погружением в воду и открыванием глаз</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Достань игрушку»; - «Брод»; - «Смелые ребята»; - «Нырни в обруч»; <p>Игровые упражнения:</p> <p>«Ледокол», «Лодочки с веслами», «Островки», «Крокодилы», «Цапли», «Дровосек в воде», «Катание на кругах», «Покажи пятки».</p>	<p>Игры со скольжением и плаванием</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Я плыву»; - «Поезд в туннель!»; - «Пятнашки с поплавком»; - «Караси и карпы»; - «Зеркальце»⁴ - «Пловцы»; - «Чье звено скорее соберётся?»; <p>Игровые упражнения:</p> <p>«Прыжок дельфина», «Торпеда», «передай мяч», «Разговор по телефону», «Гонка мячей», «Мяч в кругу», «На буксире», «Винт», «Тюлени», «Кто кого?», «Катание на кругах», «Тачка», «Воротники», «Коробочка», «Поплавок», «Нырни в круг», «Пролезь в круг», «Футбол в воде», «Медуза», «Мяч по кругу».</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Совершенствование навыков хорошо слышать, видеть и быстро ориентироваться под водой. - Синхронное выполнений. - Открытые просмотры и участие детей с рисунками на воде в праздниках. - Знакомство с другими спортивными играми на воде. - Формирование дружеских отношений.
---	---	---

Итоговое мероприятие «Водно-спортивный праздник» (развлечение)

Возрастные группы

Возрастная группа	Направление развития ребёнка	Образовательная область	Раздел НОД/название кружка
Подготовительная А	Физическое развитие	Здоровье	Плавание (водно-спортивные игры)
Подготовительная Б			
Старшая А			
Старшая Б			
Старшая В			
Средняя А	Физическое	Здоровье	Свободное плавание (водно-

Средняя Б	развитие		спортивные игры)
-----------	----------	--	------------------

График работы

группы	среда	четверг
Подготовительная А		11.20-11.50
Подготовительная Б	9.30-10.00	
Старшая А	10.10-10.35	
Старшая Б		10.30-10.55
Старшая В	10.45-11.10	
Средняя А		9.20-9.40
Средняя Б		9.50-10.10

Занятие (кружок) проводятся 1 раз в неделю.