

Перспективный план работы инструктора по обучению плаванию

на 2020 – 2021 учебный год

Инструктор по ФК:
Исаев Владимир Викторович

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Сегодня отмечается резкий рост числа детей дошкольного возраста различными отклонениями в состоянии здоровья. Поэтому все более актуально становится поиск новых способов укрепления психического здоровья ребенка, стимуляции физического развития, закаливания организма, повышения устойчивости к различным заболеваниям. Превосходным средством для развития и совершенствования физических качеств дошкольника является плавание. При этом важнейшее значение имеет ранее обучение детей плаванию. Сочетание воды, воздуха, температуры и двигательной активности ребенка – одна из самых сильных форм воздействия на развивающийся организм с момента рождения. Очень важно поддерживать положительное эмоциональное состояние детей на всех этапах обучения плаванию стремиться к тому, чтобы упражнения и игры в воде доставляли удовольствие, побуждали к самостоятельности, вызывали стремление научиться плавать.

Игра – главный метод обучения и воспитания детей, поэтому использую в своей работе методику проведения подвижных игр на воде, игры для ознакомления со свойствами воды, игры с погружением в воду с головой, игры с открытыми глазами в воде. Основная цель работы – научить детей плаванию, умение преодолеть водобоязнь, быстро ориентироваться на воде и под водой. Обучение детей построено на принципах развивающего обучения и воспитания, в ходе реализации которого, формируются знания о здоровом образе жизни, формируются необходимые умения и навыки в обучении.

Годовой план инструктора по физической культуре (плаванию) содержит: *цель, задачи воспитательно-оздоровительной работы на год, прогнозируемый результат.*

Годовой план включает:

- Работу с педагогами.
- Работу с детьми.
- Работу с семьей.
- Работу с социумом: школа-гимназия № 2, спортивная школа им. Кизима
- Оснащение физкультурно-оздоровительной среды.

Цель работы: Укрепление и охрана здоровья детей, создание условий для систематического закаливания организма.

Задачи:

- научить детей элементарным плавательным навыкам;
- адаптировать к водной среде с последующим переходом к спортивным способам плавания (кролю на груди и спине, брассу), помочь детям освоить способы плавания;
- учить четко, выполнять все правила личной гигиены (принимать душ перед занятием, мыть тело быстро и тщательно, после занятия быстро одеваться);
- развивать двигательные умения и навыки;
- прививать привычку соблюдать правила поведения в бассейне;
- воспитывать физические качества (гибкость, ловкость, силу, быстроту, выносливость, координационных способностей);
- научить погружаться на дно бассейна и поднимать оттуда различные предметы;
- обучать прыжкам с бортика ногами вниз головой вниз из положения, сидя и стоя;
- совершенствование силовых и скоростных плавательных навыков.

Прогнозируемый результат

Прогнозируемый результат работы с педагогами:

1. Применение в практической деятельности методов и приемов, направленных на формирование мотивации к культуре здоровья, здоровому образу жизни у дошкольников и приобщение их к систематическим занятиям спортом.
2. Профессиональный рост педагогов, развитие их профессиональных способностей в области физического развития дошкольников.

Прогнозируемый результат работы с детьми:

1. Двигательная активность детей соответствует возрастным нормативам; отсутствуют признаки сильного и выраженного утомления.
2. У детей сформированы потребность и мотивация к занятиям физической культуры, здорового образа жизни.
3. Наблюдаются стремление участвовать в разных формах двигательной деятельности, а так же свободное и вариативное использование основных движений в самостоятельной деятельности.

Прогнозируемый результат работы с семьей:

Сформирована активная позиция родителя (законного представителя) в вопросах формирования мотивации к культуре здоровья, здоровому образу жизни и приобщению дошкольников к систематическим занятиям спортом.

План работы на 2020-21 учебный год

№ п/п	Наименование мероприятия	Срок выполнения
<i>Анализ и планирование</i>		
1	Составление плана работы на год, разработка рабочей программы	август - сентябрь
2	Оформление табеля посещаемости на год, составление коррекционного плана работы	август-сентябрь
3	Ведение табеля посещаемости детей по плаванию	ежедневно
4	Анализ результатов диагностики на начало и конец учебного года	октябрь апрель
<i>Диагностическая работа</i>		
1	Диагностическое обследование детей на начало учебного года	октябрь
2	Итоговое диагностическое обследование детей	апрель
<i>Организационная работа</i>		
1	Комплектование списочного состава детей по группам	август
2	Составление картотеки игр на воде. Пополнение спортивного инвентаря. Систематизация наглядного материала (символы упражнений и игр на воде)	в течение учебного года
3	Изготовление нетрадиционного физкультурного оборудования по плаванию, изготовление атрибутов для сенсорно-моторного развития детей (профилактика плоскостопия, сколиоза, зрения)	в течение года
<i>Методическая работа</i>		
1	Пополнение библиотеки литературой по плаванию	в течение года
2	Научно-методическая помощь работникам ДОУ по вопросам обучения детей плаванию	в течение года
3	Участие в работе методических объединений ГМО ДОУ г. Дудинка	по плану УО, ИМЦ
4	Оказание помощи в проведении музыкально-спортивных развлечений в ДОУ	по плану ДОУ
5	Подготовка информативно-методического материала для воспитателей и родителей	в течение года
6	Участие в конкурсах («Лыжня России», лыжня «Таймыра», лыжня	в течение года

	ДОУ», «День бегуна», «Соревнования среди трудовых коллективов города», соревнования по плаванию, сдачи норм ГТО и т. д)	
7	Сдача отчёта-анализа о проведённой работе за год	май (итоговый педсовет)
Работа с педагогическим коллективом		
1	Совместное составление сценария и проведение осеннего бала «Алиса в стране шахматных чудес»	сентябрь
2	Выступление на педагогическом совете, темы выступления: «Игры, которые лечат», «Игры на воде», «Учет гендерных особенностей детей при организации игр и физических упражнений»	по годовому плану ДОУ
3	Консультации для воспитателей: <ul style="list-style-type: none"> • «Плавание – психическое и физическое здоровье детей»; • «Взаимодействие детского сада в оздоровлении детей в процессе обучения плаванию»; • «Плавание и сколиоз»; • «Плавание и плоскостопие»; • Консультации по вопросам индивидуальной работы с детьми, отстающими по освоению плавательных умений и навыков 	октябрь ноябрь январь март апрель в течение года
4	Выступление на итоговом педсовете с самоанализом за год	май
5	Оформление стендов, папок-передвижек в группах: 2-я младшие и средние группы <ul style="list-style-type: none"> • «Роль родителей в воспитании здорового ребёнка» • «Физические упражнения, как средство профилактики нарушений осанки» • «За здоровьем - босиком!» Старшие группы <ul style="list-style-type: none"> • «Роль родителей в воспитании здорового ребёнка» • «Физические упражнения, как средство профилактики нарушений осанки» • «Влияние двигательной активности на физическое развитие и здоровье детей дошкольного возраста» • «Физическое воспитание в семье» Подготовительные группы <ul style="list-style-type: none"> • «Влияние двигательной активности на физическое развитие и здоровье детей дошкольного возраста» • «Физические упражнения, как средство профилактики нарушений осанки» • «За здоровьем - босиком!» «В здоровом теле-здоровый дух» 	сентябрь декабрь апрель октябрь ноябрь январь февраль сентябрь январь февраль апрель
6	Участие в мероприятиях, семинарах, мастер-классах, лекциях проводимых по плану ДОУ	по плану ДОУ
7	Поддержка преемственности с воспитателями, м/с, инструктором по ФК	в течение года
Работа с детьми		
1	Ежедневные занятия по плаванию по подгруппам	согласно расписанию
2	Индивидуально работа с детьми по плаванию	ежедневно, согласно расписанию
3	Организация тематических НОД и бесед, праздников, развлечений на воде	в течение года по плану инструктора по ФК
4	Организация работы по кружковой работе «Водно-спортивные игры»	в течение года
5	Организация работы по инновационному образовательному проекту «Северный клуб шахматистов» (работа по гранту «Мир новых возможностей» номинации «Полюс будущего» Норникель)	в течение года
Работа с родителями		

1	2 младшие, средние группы	в течение года
	«Плавание, как средство повышения двигательной активности детей» (групповые родительские собрания)	октябрь, по плану педагогов ДОУ
	«Организация начального обучению плаванию малышей» (инд. Консультации педагогов и родителей)	ноябрь
	Участие в новогодних утренниках персонажем Дедом Морозом (открытые новогодние утренники)	декабрь
	«Плавание – средство воспитания дошкольников» (открытое занятие)	январь
	«За здоровьем - босиком!» «В здоровом теле - здоровый дух» (папка-передвижка) (инд. консультации)	февраль-март
	«Техника безопасности при плавании в открытых водоёмах» (родительские собрания)	апрель-май, по плану педагогов ДОУ
2	Старшие группы	в течение года
	«Плавание, как средство повышения двигательной активности детей» (групповые родительские собрания)	октябрь, по плану педагогов ДОУ
	«Роль родителей в воспитании здорового ребёнка» (папка-передвижка)	ноябрь
	Участие в новогодних утренниках персонажем Дедом Морозом (открытые новогодние утренники)	декабрь
	«В здоровом теле - здоровый дух», «Влияние двигательной активности на физическое развитие и здоровье детей дошкольного возраста» (инд. консультации)	январь
	«В гостях у Нептуна», посвященный 23 февраля (открытое занятие)	февраль
	«За здоровьем - босиком!» «Физическое воспитание в семье» (инд. консультации)	март - апрель
	«Техника безопасности при плавании в открытых водоёмах» (родительские собрания)	апрель-май, по плану педагогов ДОУ
3	Подготовительные к школе группы	в течение года
	«Плавание, как средство повышения двигательной активности детей» (групповые родительские собрания)	октябрь, по плану педагогов ДОУ
	«Роль родителей в воспитании здорового ребёнка» (инд. консультации)	в течение года
	Участие в новогодних утренниках персонажем Дедом Морозом (открытые новогодние утренники)	декабрь
	«Физические упражнения, как средство профилактики нарушений осанки» (папка-передвижка)	январь
	«В гостях у Нептуна», посвященный 23 февраля (открытое занятие)	февраль
	«В здоровом теле - здоровый дух» «За здоровьем - босиком!» (папка-передвижка)	апрель
	«Техника безопасности при плавании в открытых водоёмах» (родительские собрания)	апрель-май, по плану педагогов ДОУ
	Взаимодействие с социумом	
1	Осенний бал в шахматном королевстве: «Алиса в стране шахматных чудес»	сентябрь
2	Участие в муниципальном конкурсе «Лучший педагогический работник ДОУ» День открытых дверей НОД в рамках ГМО инструкторов по ФК городских ДОУ г. Дудинка	по графику УО, ИМЦ
3	День открытых дверей по кружковой работе «Водно-спортивные игры»	по плану ДОУ

4	Участие в массовых городских соревнованиях среди детских садов в спортивном комплексе г. Дудинка: -«Папа, мама, я – спортивная семья»; -«Спартакиада дошкольников»; -« 1 июня – День защиты детей»	декабрь февраль июнь
Работа в летний оздоровительный период		
1	Спортивно-музыкальный праздник городской «День защиты детей» Спортивно-музыкальное развлечение по ПДД «Светофорик» Консультация для педагогов и родителей «Физическое воспитание в семье» (инд. консультация)	июнь
2	Развлечение «Зарница» Праздник «Иван Купала» Консультация для педагогов и родителей «Физические упражнения, как средство профилактики нарушений осанки»	июль
3	Спортивный досуг «В стране правил пожарной безопасности» Консультация для педагогов и родителей «Влияние двигательной активности на физическое развитие и здоровье детей дошкольного возраста»	август

Реализация грантового проекта «Северный клуб шахматистов» (Норильский никель «Мир новых возможностей» полюс «Будущего»)

№	Мероприятие	Сроки проведения
1.	Осенний бал в шахматном королевстве: «Алиса в стране шахматных чудес»	25.09.2020
2.	Шахматный квест – семейный праздник «Папа, мама, я – шахматная семья»	16.10.2020
3.	Праздник «Северный Аргиш шахмат»	20.11.2020
4.	Продуктивная деятельность – шахматная мастерская «Пешка. Ферзь. Король»	декабрь
5.	«Дед Мороз в шахматном королевстве»	09.01.2021
6.	«По следам трех Мушкетеров»	16.01.2021
7.	Спортивный досуг «Шахматвиль эстафеты»	20.02.2021
8.	Работа мини – музея «Северный шахматенок»	В течение работы проекта

РЕЖИМ РАБОТЫ ПЛАВАТЕЛЬНОГО БАССЕЙНА в 2020-2021 учебном году

ПОНЕДЕЛЬНИК		ВТОРНИК		СРЕДА		ЧЕТВЕРГ		ПЯТНИЦА	
08.30 – 09.00		Консультации для родителей, педагогов				Индивидуальные беседы с родителями			
09.00 – 09.10		Проверка санитарного состояния бассейна, контроль над наполняемостью чаши бассейна водой для определённого возраста детей. Подготовка к занятию							
09.10-09.40	Подготов. «А»	09.10-09.30	Средняя «А»	09.10-09.40	Подготов. «А» (водно-спорт.игры)	09.10-09.30	Средняя «А» (водно-спорт.игры)	9.20-9.40	2 мл. «А» плавание
09.50-10.20	Подготов. «Б»	09.40-10.00	Средняя «Б»	09.50-10.20	Подготов. «Б» (водно-спорт.игры)	09.40-10.00	Средняя «Б» (водно-спорт.игры)	9.50-10.10	2 мл. «Б» плавание
10.30-11.00	Подготов. «В»	10.10-10.35	Старшая «А»	10.30-11.00	Подготов. «В» (водно-спорт.игры)	10.10-10.35	Старшая «А» (водно-спорт.игры)	10.10-12.00	Составление планов, конспектов занятий, консультаций
		10.45-11.10	Старшая «Б»			10.45-11.10	Старшая «Б» (водно-спорт.игры)		
11.25-12.00	Составление планов, конспектов занятий, консультаций								

12.00- 14.30	Уборка инвентаря. Подведение итогов занятий. Составление планов, конспектов занятий. Консультации для педагогов.
-----------------	--