**Комплексно – тематическое планирование образовательной деятельности по обучению плаванию детей 3 – 4 лет**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **№ Занятий** | **Тема** | **Содержание деятельности** | **Игровые упражнения** |
| **Октябрь** | **1.** | **«Моя семья»** | Ознакомление с помещениями бассейна и правилами поведения в нем. Обучить правильному входу в воду и выходу из нее по лесенке, движению по воде: свободно передвигаться по воде разными способами с различными положениями рук (держась за поручень). | «Дружная семейка»«Маленькие и большие ножки»«Хоровод» |
| **2.** | Продолжать обучать правильному входу в воду и выходу из нее по лесенке, движению по воде: свободно передвигаться по воде разными способами с различными положениями рук (держась за поручень).  | «Дружная семейка»«Лодочки плывут»«Кто как ходит» |
| **3.** | **«Я девочка, ты мальчик»** | Продолжать приучать детей самостоятельно входить и выходить из воды.  Воспитывать безбоязненное отношение к воде: приучать детей окунаться и умываться, не вытирая лицо руками. Учить передвижению на руках по дну бассейна.Учить выполнять выдох перед собой в воздухе. | «Мы разные» «Ветерок»«Карлики и великаны»«Крабы и раки»«Носик утонул» |
| **4.** | **«Моя безопасность»** | Продолжать воспитывать безбоязненное отношение к воде: не бояться окунать лицо в воду, стоя на дне (держась за опору), выполнять движения руками производя брызги. Учить передвижению в воде шагом, бегом, прыжками самостоятельно (держась за поручень).  | «Что можно, а что нельзя?» «Носик утонул»«Веселая прогулка» «Буря» |
| **Ноябрь** | **5.** | **«Неделя игры и игрушки»** | Продолжать учить организованно входить в воду, окунаться и умываться. Учить передвижению в воде изученными ранее способами в сочетании с движениями рук. | «Три веселых братца»«Утка и утята»«Личико в воде»(игры с игрушками в воде) |
| **6.** | Приучать самостоятельно окунаться и умываться, не бояться брызг, не вытирать лицо руками. Продолжать учить передвижению в воде шагом, бегом, прыжками. Учить приседать в воду до уровня пояса, груди, подбородка. | «Маленькие и большие ножки»«Волны на море»«Пять веселых лягушат»(игры с игрушками в воде) |
| **7.** | **«Все профессии нужны, все профессии важны»** | Продолжать учить опускать лицо в воду, стоя на дне самостоятельно (держась за бортик). Продолжать выполнять погружение в воду (до уровня пояса, груди, подбородка) самостоятельно и при поддержке преподавателя. Продолжать учить выполнять выдох на воду. | «Спасатели на воде»«Моем носики»«Дождик»«Островки»«Лягушка»«Быстрый мячик» |
| **8.** | Продолжать приучать не бояться брызг, не вытирать лицо руками. Продолжать учить погружаться в воду с опорой и без (помощь преподавателя). Продолжать приучать опускать лицо в воду, стоя на дне. Учить выполнять выдох на воду.Учить работать ногами, как при плавании кролем. | «Рыбаки»«Спрячемся под воду»«Смелые ребята»«Лодочка плывет»«Фонтан» |
|  **декабрь** | **9.** | **«Моя улица, мой дом, мой город»** | Продолжать приучать самостоятельно окунаться, не бояться брызг, не вытирать лицо руками. Продолжать выполнять передвижения в воде ранее изученными способами. Учить опускать лицо вводу, стоя на дне. Учить выполнять выдох на границе воды и воздуха. | «Найди свой домик»«Поймай воду»«Дождик»«Наша Таня»«Остуди» |
| **10.** | Продолжать учить погружаться в воду с головой, держась за бортик. Учить опускать лицо воду, стоя на дне. Задерживать дыхание до 5-6. Продолжать развивать координацию движения в воде.Учить работать ногами, как при плавании кролем. | «Пустой домик»«Лягушата»«Пятнашки с мячом»«Пузырь» |
| **11.** | **«В гости к Новогодней елке»** | Продолжать приучать опускать лицо вводу, стоя на дне.Продолжать выполнять погружение в воду с головой с последующим выпрыгиванием из воды, держась за бортик. Учить проходить через обруч с задержанным дыханием. | «Резвый мяч»«Сердитая рыбка»«Водяной»«Два мороза» |
| **12.** | Продолжать приучать не бояться брызг, не вытирать лицо руками.Продолжать учить погружаться с головой под воду с опорой и без.Учить опускать лицо в воду и открывать глаза в воде. Продолжать учить выполнять выдох на границе воды и воздуха.Учить принимать безопорное положение в воде, держась за бортик. | «Туннель»«Звезда»«Кто смелый?»«Водяные жуки»«Пузыри»(плавание на кругах) |
| **Январь** | **13.** | **«Вот зима, кругом бело…»** | Продолжать выполнять передвижения в воде ранее изученными способами. Учить опускать лицо в воду с последующим выдохом в воду.Продолжать учить опускаться под воду с задержанным дыханием.Закреплять понятие «большой» и «маленький».Смело опускать лицо в воду с последующим рассмотрением предметов на дне. Принимать безопорное положение на спине с доской. | «Мы веселые ребята»«Пузыри»«Сядь на дно»«Карлики и великаны»«Водолазы»«Льдина» |
| **14.** | Продолжать учить не бояться воды, ориентироваться в пространстве, различать цвета, продолжать развивать дыхание.Учить принимать безопорное положение в воде держась за трубу, с задержанным дыханием. Продолжать учить работать ногами, как при плавании кролем. | «Мой веселый звонкий мяч»«Морская звезда»«Фонтан»«Белые медведи» |
| **15.** | **«В здоровом теле – здоровый дух»** | Продолжать учить детей безбоязненно передвигаться в воде, обливать себя. Закреплять умение проходить в обруч с задержанным дыханием.Продолжать учить выполнять вдох и продолжительный выдох вводу.Учить работать ногами как при плавании кролем. | «Мы веселые ребята»(Эстафеты с погружением) |
| **Февраль** | **16.** | **«Неделя вежливости и доброты»** | Учить бросать мяч двумя руками от груди и передавать его под водой.Закреплять понятия «один», «много». Учить отталкиваться от дна и принимать безопорное положение на воде (с поддержкой инвентаря: плавательные доски, круги, надувные мячи). | «Передай соседу мяч»«Собери и принеси»«Кто дальше?» |
| **17.** | **«Папин праздник»** | Продолжать учить погружаться под воду с головой с задержанным дыханием, с последующим выпрыгивание из воды. Продолжать учить работать ногами как при плавании кролем, держась за бортик. Работа над дыханием.  Выполнять «звезду», держась за трубу (самостоятельно, но с помощью педагога). | «Лягушата»«Фонтан»«Кто смелый?»«Звезда»«Пузыри»«Военные водолазы»«День и ночь» |
| **18.** | Закреплять знание цветов. Продолжать учить ориентироваться в пространстве. Выполнять работу ног «кролем». Продолжать учить выполнять выдох в воду, погружаться в воду с головой с задержанным дыханием. Открывать глаза в воде с последующим рассмотрением предметов (цифр). Принимать безопорное положение на спине (с доской). | «Собери и принеси»«Фонтаны»«Сядь на дно и рассмотри»«Пятнашки»«Резвый мяч» |
| **19.** | **«Мамин праздник»** | Самостоятельно выполнять «звезду». Выполнять вдох опускать лицо в воду и выполнять выдох воду. Учить доставать игрушки со дна бассейна. Продолжать учить отталкиваться от дна бассейна ногами и принимать безопорное движение. | «Ровным кругом»«Звезда»«Проскользни через обруч»«Водолазы» |
| **Март** | **20.** | Учить детей передвигаться по дну бассейна шагом, выполняя вдох и выдох воду. Учить сочетать дыхание с работой рук (стоя на дне бассейна и в ходьбе). Продолжать учить принимать безопорное положение в воде на спине (с доской). | «Самолеты»«Корабли»«Лодки плывут»«Мышка в клетке» |
| **21.** | **«Знакомство с народной культурой и традициями»** | Продолжать учить отталкиваться ногами от дна бассейна. Учить нырять в обруч с задержанным дыханием. Учить передвигаться по дну бассейна парами, в колонне по одному. Учить отталкиваться от дна бассейна и принимать безопорное положение на спине (с доской). | «Пронырни»«Поезд»«Стойкий солдатик» |
| **22.** | **«В гостях у сказки»** | Продолжать упражнять в ходьбе с гребковыми движениями руками. Учить принимать безопорное положение на спине. Совершенствовать навык лежания в воде на груди. | «Жили у бабуси два веселых гуся»«Толкаюсь о воду» |
| **23.** | **«Синичкин календарь. Птицы Сибирского леса»** | Учить выполнять скольжение на груди, отталкиваясь ногами от стенки бассейна. Продолжать учить принимать безопорное положение в воде на спине. Учить расслаблять тело в воде. Задерживать дыхание до 8. | «Кто дальше?»«Звезда»«Кто дольше?»«Летает не летает» |
| **Апрель** | **24.** | Продолжать учить нырять в обруч с задержанным дыханием. Открывать глаза в воде с последующим нахождением предметов. Учить чередовать вдох и выдох в воду в движении (шагом). Работа ног кролем с доской.Индивидуальная работа с детьми. | «Моторные лодки»«Достань клад»«море волнуется»«Вороны-вороны» |
| **25.** | **«Весенний перезвон»** | Обучать движению рук, как при плавании кролем (на суше и в воде).Обучать всплыванию и лежанию на воде («Звезда», «Поплавок»).Обучать движению ног, как при плавании кролем (на суше и в воде). | «Поплавок»«Звезда»«Буксир»«Торпеда» |
| **26.** | **«Байкал – жемчужина Сибири»** | Учить принимать безопорное положение в воде на спине (поддержка педагога). Учить спрыгивать в воду. Погружаться под воду и проплывать под водой. | «Сердитая рыбка»«Рыбка в сетке»«Кто дальше?» |
| **27.** | **«Неделя театра»** | Работа на дыханием. Работа ног кролем. Работа рук, стоя на дне бассейна и в движении (брасс, мельница) | «Солнышко и туча»«Пятнашки с мячом» |
| **Май**  | **28.** | **«Книжки и игрушки для Танюшки и Андрюшки»** | Закрепить навык скольжения га груди без поддержи и на спине с поддержкой (с доской).Закрепить навык лежания на воде на груди и спине. Закрепить навык работы ног кролем.  | «На буксире»«Звезда»«Моторные лодки» |
| **29.** | Продолжать закреплять навык скольжения на груди и спине. Учить прыгать в воду. Закрепить навык ныряния (погружение в воду) и открывание глаз. | «Веселая математика» |
| **30.** | **«Веселый сфетофорчик»** | Закрепит навык передвижения в воде. Продолжать учить детей выполнять вдох выдох в воду, работа ног кролем. Скольжение на груди с доской и без. Учить принимать безопорное положение в воде на спине. | «Сердитая рыбка»«Сфетофорчик» |
| **31.** | **«Лето, ах, лето!»** | Закрепление пройденного материала, индивидуальная работа с детьми. | Свободные игры на воде |