**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 |