Принята
на заседании педагогического совета
МАДОУ «ДС КВ №16» г. Усинска
Протокол №3
от «26» января 2021 года

УТВЕРЖДАЮ:
заведующий МАДОУ
«ДС КВ №16» г. Усинска
Н.Б. Соколова
приказ № 51 от «27» января 2021г.

Рабочая программа
по предмету «Плавание»
образовательная область: физическое развитие
Для воспитанников младшего, среднего,
старшего дошкольного возраста от 3 до 7 лет
Срок реализация программы 4 года

Составлена с учетом программы: Е. К. Вороновой «Программа обучения детей плаванию в детском саду», методического пособия «Обучение плаванию в детском саду», Т.Н. Осокиной, Е. А. Тимофеевой, методического пособия А.А. Чеменёвой, Т. В. Столмаковой «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста».

Программу составила:
инструктор по ФК (плавание)
Шилкина Е.П.

г. Усинск
2021г.

Пояснительная записка.

Рабочая программа «Плавание» (далее Программа) образовательной области «Физическое развитие» разработана в соответствии с основной образовательной программой МАДОУ «ДС КВ № 16» г. Усинска в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с дополнениями и изменениями);
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013г.№ 1155;
- Приказом Министерства просвещения РФ от 31 июля 2020 г. № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;
- СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28, а также на основе
-Примерной Основной образовательной программы дошкольного образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (Протокол от 20 мая 2015г. № 2/15).

В основе Программы лежит **«Программа обучения детей плаванию в детском саду» Е. К. Вороновой,** методическое пособие «Обучение плаванию в детском саду», Т.Н. Осокиной, **Е. А. Тимофеевой, методическое пособие А.А. Чеменёвой, Т. В. Столмаковой «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста».**

Программа определяет содержание и организацию образовательного процесса для детей дошкольного возраста от 3 до 7 лет. Она предусматривает формирование у детей в процессе обучения плаванию элементарных технических навыков, коммуникативной компетентности, развитие психических познавательных процессов. В то же время она нацелена на развитие физических и морально-волевых качеств дошкольников. Она ориентирована на гармоничное развитие всех мышц тела ребенка, укрепление его опорно-двигательного аппарата, повышений функций сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Программа является стратегической основой действий педагога и выступает в качестве перспективного плана работы в режиме развития и соответствует требованиям ФГОС ДО.

Цель и задачи реализации Программы.

Цель Программы - обучение детей дошкольного возраста плаванию, закаливание и укрепление детского организма, создание основы для разностороннего физического развития.

Задачи Программы:

- формировать навык плавания;
- формировать умение владеть своим телом в непривычной среде;
- формировать навыки личной гигиены;
- воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

Принципы и подходы к формированию Программы

Программа разработана в соответствии с принципами и подходами, определёнными Федеральным государственным образовательным стандартом к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования:

1. ***Принцип развивающего образования*** предполагает, что образовательное содержание предъявляется ребенку с учётом его возраста, актуальных и потенциальных возможностей, с

учётом интересов, склонностей и его способностей. Данный принцип предполагает работу педагога в зоне ближайшего развития ребёнка.

2. ***Принцип позитивной социализации ребенка*** предполагает освоение ребёнком в процессе партнерского сотрудничества со взрослым и сверстниками культурных норм, средств и способов деятельности, культурных образцов поведения и общения с другими людьми.

3. ***Принцип возрастной адекватности образования*** предполагает подбор педагогом содержания и методов дошкольного образования на основе законов возраста.

4. ***Принцип личностно-ориентированного взаимодействия*** предполагает отношение к ребенку как к равноценному партнеру.

5. ***Принцип индивидуализации образования*** в дошкольном возрасте предполагает помощь и поддержку ребёнка в сложной ситуации, предоставление ребёнку возможности выбора в разных видах деятельности, акцент на инициативность, самостоятельность и личностную активность.

6. ***Принцип участия семьи в образовании ребенка,*** т.е. родители должны стать равноправными и равно ответственными партнёрами педагогов, принимающими решения во всех вопросах развития и образования, сохранений здоровья и безопасности их детей.

7. ***Комплексно-тематический принцип*** построения образовательного процесса;

8. ***Принцип интеграции*** образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей.

Организация занятий по плаванию.

1. Обучение плаванию ведет инструктор по плаванию, имеющий специальную подготовку. Он полностью отвечает за порядок во время занятий и безопасность детей.
2. Воспитатель осуществляет педагогическую работу в группе: подготавливает детей к занятиям, проводит закаливающие процедуры, знакомит с правилами поведения в бассейне.
3. Занятия проходят в бассейне. Бассейн соответствует эстетическим и гигиеническим требованиям.
4. В бассейне имеется необходимый инвентарь для занятий: плавательные доски, нудлы, обручи, мячи и другие подручные средства.
5. Дети занимаются в резиновых шапочках и плавках. Для передвижения по детскому саду до и после занятий, необходимы махровый халат с капюшоном и длинными рукавами, обувь на резиновой подошве.

Структура проведения занятий.

Занятие состоит из 3 частей:

- подготовительная часть (общеразвивающие упражнения на суше или в воде);

- основная часть (специальные и подготовительные упражнения для обучения плаванию);

- заключительная часть (игры и упражнения).

Перед проведением занятий осмотр кожных покровов у детей осуществляет медицинский работник.

Нагрузка дозируется за счет количества повторений одного упражнения, количества упражнений, темпа выполнения упражнений, температуры воздуха и воды в помещении бассейна. Обязательным условием для занятий является хорошее самочувствие ребенка.

ОД по плаванию в разных возрастных группах в течение года.

Возрастная группа	Количество подгрупп	Число детей в подгруппе	Длительность занятий, мин.	
			в одной подгруппе	во всей группе
Младшая	2	6-8	15 - 20 мин	30 - 40 мин
Средняя	2	8-10	20 - 25 мин	40 - 50 мин
Старшая	2	8-10	25 – 30 мин	50 - 60 мин
Подготовительная	2	8-10	25 – 30 мин	50 - 60 мин

Распределение количества НОД по плаванию в разном дошкольном возрасте на учебный год

Возрастная группа	Количество занятий		
	в неделю	В месяц	в год
Младшая (3 – 4года)	1	4	36
Средняя (4 – 5лет)	1	4	36
Старшая (5- 7лет)	2	8	72

Календарно-тематическое планирование НОД по плаванию в младшей группе (от 3 до 4 лет)
1 полугодие

Кол-во занятий	Тема НОД	Планируемые результаты	Характеристика основных видов деятельности воспитанников	Средства обучения
Раздел. Ознакомление с водой. Специальные плавательные упражнения: 3 часа				
1	Ознакомление с водой	- ребёнок знакомится с правилами поведения в бассейне - входит в воду с помощью взрослого. - совершенствует умение передвигаться в воде самостоятельно - в игре на воде с предметами проявляет интерес	Дети слушают беседу о необходимости соблюдения правил в бассейне, о пользе плавания, о соблюдении гигиенических навыков. С помощью взрослого учится спускаться в воду Передвигается в воде по команде инструктора Играет с игрушками на воде	Плавающие игрушки, плавательные круги, мячи
2	Передвижение в воде вдоль бортика	- передвигается в воде по команде инструктора - ходит в воде разными способами	Дети передвигаются в воде вдоль бортика: в шеренге по одному, ходят высоко поднимая колени, ходят, загребая воду	

			руками.	
3	Передвижение в воде по кругу	- передвигаться в воде по кругу	Дети передвигаются в воде по кругу. Ходят, высоко поднимая колени; ходят , загребая воду одной рукой, второй держаться за бортик	Плавающие игрушки, плавательные круги, мячи
Раздел. Погружение лица в воду: 4 часа				
4 - 5	Погружение лица в воду	- учится погружать лицо вводу с опорой.	Дети ходят по кругу, держась за обруч. Погружают лицо в воду с опорой.	Яркие плавающие игрушки, тонущие игрушки, плавательные доски, обручи.
6 -7	Погружение лица в воду с приседаниями	- совершенствует навык погружать лицо в воду с наклоном	Дети не боятся брызг, погружают лицо в воду с наклоном туловища вперед.	
Раздел. Горизонтальное положение на воде: 5 часов				
8	Лежание на воде в горизонтальном положении	- учится приседать в парах, - лежать на воде с опорой на руки.	Дети приседают в парах. Принимают упор лежа на прямые руки; вытягивают ноги – «ноги всплыли». Принимают горизонтальное положение в воде, опираясь на руки	Плавающие и тонущие игрушки

9	Горизонтальное положение туловища на воде. Передвижения	- усваивает упражнение приседать в парах. - передвигаться по дну бассейна на руках – «крокодилы»	Дети принимают горизонтальное положение в воде, опираясь на руки, ноги прямые, передвигаются по дну в разных направлениях	
10	Горизонтальное положение туловища на воде. Движения ногами	- учится принимать упор лежа спереди на прямых руках - двигать ногами как при плавании кроль на груди.	Дети принимают упор лежа спереди на прямых руках, выполняют упражнение - «фонтан»	Плавающие игрушки
11- 12	Горизонтальное положение туловища на воде. Движения ногами в упоре лежа	- формирует навык принимать упор лежа спереди на прямых руках, с движением ногами.	Дети выполняют движения прямыми ногами вверх-вниз, как при плавании кролем	
Раздел. Вдох и выдох: 3 часа				
13 - 14	Вдох и выдох	- учится войти в воду самостоятельно, окунуться, - продолжать упражнять в умении делать вдох и выдох	Дети самостоятельно заходят в воду, окунаются . Умеют выполнять упражнение: вдох – присесть, подуть на воду, губы касаются воды – «остуди чай»	Обручи, гимнастические палки, доски для плавания
15	Вдох и выдох с погружением в воду	-учить войти в воду самостоятельно, окунуться, - научить выполнять продолжительный выдох на воду.		
Раздел. Игры и развлечения в воде: 2 часа				

16 – 17	Свободное плавание	- формировать навык свободного плавания. - в играх, игровых упражнениях дети проявляют интерес.	Дети свободно передвигаются по периметру бассейна с предметами и без предметов. Правильно применяют инструментарий .	Плавающие игрушки, круги для плавания, нарукавники
Итого: 17				

2 полугодие

Кол-во занятий	**Тема НОД**	**Планируемые результаты**	**Характеристика основных видов деятельности воспитанников**	**Средства обучения**
Раздел. Ознакомление с водой. Специальные плавательные упражнения: 4 часа				
1-2	Правила поведения в бассейне и на воде	- ребёнок повторяет правила поведения в бассейне, - закрепляет знания о личной гигиене, о закаливании	Дети слушают беседу о необходимости соблюдения правил в бассейне, о пользе плавания, о соблюдении гигиенических навыков. Закрепить знания детей о правилах поведения в бассейне	Картинки с изображением водных процедур.

3 - 4	Передвижение в воде вдоль бортика, по кругу. Движения ногами как при плавании кроль на груди в упоре лежа .	- формировать навык самостоятельно передвигаться по бассейну, - учится работать ногами способом «кроль»	Дети, передвигаются в воде в разных направлениях по команде и без. Выполняют движения прямыми ногами вверх-вниз, как при плавании кролем на груди в упоре лежа .	Плавающие игрушки, плавательные доски, нарукавники
Раздел. Погружение лица в воду: 3 часа				
5 -6	Погружение лица в воду	- формировать навык погружать лицо в воду,	Дети умеют опускать лицо в воду погружаться в воду до глаз стоя в круг : по одному; в парах; по очереди. образное сравнение «глазки в воде»	Плавающие игрушки.
7	Погружение лица в воду в парах	- продолжать учится погружать лицо в воду - приседать в воду - окунуться до носа	Дети умеют опускать лицо воду. погружаться в воду до глаз, опускать в воду все лицо – образное сравнение «нос утонул» Дети выполняют	Плавающие игрушки. обручи, нарукавники.

			наклоны туловища вперед, опускать лицо в воду.	
Раздел. Всплывание и лежание на воде: 7 часов.				
8 - 9	Лежание на воде с поддержкой	- учится лежать на воде при поддержке взрослого	Ребёнок умеет лежать на воде с помощью инструктора.	доски для плавания
10-11	Всплывание и лежание на воде с опорой	- формирует навык, всплывать и лежать на воде - учится выполнять упражнение «звездочка»	Дети формируют навык выполнять упражнение на всплывание «звездочка»	нарукавники, плавающие игрушки
12-13	Всплывание и лежание на воде без опоры	- продолжает приобретать навык всплывать и лежать на воде	Дети умеют всплывать и лежать на воде с помощью упражнения «Медуза» Учить всплывать и лежать на воде	нарукавники, плавающие игрушки
14	Лежание на воде	- учится самостоятельно лежать на воде	Дети умеют лежать на воде с помощью упражнения «Поплавок»	плавающие игрушки
Раздел. Игры и развлечения на воде: 3 часа				
15-17	Свободное плавание. Игры, специальные упражнения	- свободно передвигаться по бассейну, проявляет интерес к играм на воде, - передвигаться в воле с повторением изученного материала	Дети умеют свободно передвигаться по бассейну с, предметами и без, играют с игрушками. Повторяют изученный материала.	Гимнастические палки, доски для плавания

Раздел. Обследование приобретённых навыков; 2 часа.				
18-19	Свободное плавание. Игры, специальные упражнения	- свободно передвигаться в воде, - погружать лицо в воду, -- погружаться в воду с головой, -- принимать горизонтальное положение в воде, -- всплывать и лежать на воде - применять полученные плавательные умения и навыки	Инструктор с детьми закрепляет знания правил поведения в бассейне и ранее разученные навыки гигиены и плавательные навыки Дети умеют; свободно передвигаться в воде; погружать лицо в воду; погружаться в воду с головой; принимать горизонтальное положение в воде; всплывать и лежать на воде	Плавательные круги, нарукавники, обручи, плавающие игрушки.
Итого: 19	**Итого за учебный год 36**			

Календарно-тематическое планирование НОД по плаванию в средней группе (от 4 до 5 лет)
1 полугодие

Кол-во занятий	Тема НОД	Планируемые результаты	Характеристика основных видов деятельности воспитанников	Средства обучения
Раздел. Специальные плавательные упражнения: 4 часа				
1	Правила поведения в бассейне и на воде	- ребёнок знакомится с правилами поведения в бассейне - входит в воду самостоятельно. - совершенствует умение передвигаться в воде самостоятельно - в игре на воде с игрушками проявляет интерес.	Дети слушают о необходимости соблюдения правил в бассейне, о пользе плавания, о соблюдении гигиенических навыков. Передвигаются в воде самостоятельно, под руководством инструктора Играют с игрушками на воде	Плавающие игрушки, плавательные доски, мячи.
2	Передвижение в воде вдоль бортика, по кругу, поперек бассейна. Движения ногами в упоре лежа	- ребенок самостоятельно передвигается по дну бассейна вдоль бортика, по кругу, поперек бассейна. - работает ногами способом «кроль».	Дети уверенно передвигаются по бассейну в разных направлениях. Уверено работают ногами как при плавании «кроль», в упоре лёжа.	Плавающие игрушки
3	Передвижение в воде, на глубине по пояс, в полуприсяде, вперед и назад	- передвигается в воде, в полуприсяде, на глубине по пояс вперед и назад. - ходить, высоко поднимая колени, - ходить , загребая воду руками	С уверенностью передвигаются по бассейну в полуприсяде. Умеют передвигаться в разных направлениях	Плавающие игрушки
4	Передвижение в воде парами	- передвигается в воде, разными способами (ходьба, бег) парами	Дети умеют передвигаться в воде парами, разными видами ходьбы.	Плавающие игрушки
Раздел. Погружение в воду: 3 часа				
5	Погружение лица в воду	- ходят по кругу, держась за обруч. - умеет приседать, погружать лицо в воду.	дети самостоятельно погружают лицо в воду, наклоняясь вперёд. Приседают – погружаются т до носа	Плавающие игрушки, обруч

		Выполнять наклоны туловища вперед, опуская лицо в воду.		
6	Погружение в воду с головой с закрытыми глазами.	- вырабатывает навык погружения в воду с головой с поддержкой с закрытыми глазами.	Дети погружаются в воду с головой, не открывая глаз. Умеют ориентироваться в пространстве.	Плавающие игрушки, плавающие круги
7	Погружение в воду с головой с открыванием глаз в воде..	- погружается в воду с головой в парах, - формирует навык открывания глаз под водой.	Дети умеют открывать глаза в воде, погружаясь в воду с головой. Дети безбоязненно чувствуют себя воде Играют в игру «Достань игрушку».	Тонущие игрушки, плавающие круги
Раздел. Всплывание, лежание, скольжение на воде: 4 часа				
8	Горизонтальное положение на воде. Движения ногами в упоре лежа	- умеет выполнять движения прямыми ногами вверх-вниз, как при плавании кролем	Дети умеют работать ногами как при плавании «кроль на груди» в упоре лёжа.	Плавающие и тонущие игрушки, плавательные доски
9	Всплывание и лежание на воде	- всплывать и лежать на воде, на груди с фиксированной опорой и подвижной опорой	Дети умеют принимать горизонтальное положение на воде, опираясь на руки; двигая ногами, как при плавании кролем. Умеют выполнять упражнения «Медуза», «Звездочка», «Поплавок»	Плавающие и тонущие игрушки, плавательные доски
10 -11	Лежание и скольжение на груди	- учится лежать на воде, с неподвижной и подвижной опорой, - скользить на груди «стрелой»	Дети умеют принимать горизонтальное положение на воде с опорой. Скользят на груди с плавательной доской выполняя упражнение «стрела» Игра «На буксире»	Плавательные доски, нарукавники..
Раздел. Вдох и выдох: 3 часа				
			Дети смело	

12	Выдох в воду	- учится выполнять глубокий вдох и продолжительный выдох.	выполняют продолжительный выдох.	гимнастические палки, доски для плавания
13-14	Вдох и выдох в воду	- приобретает навык ходить в полуприсяде, держась за плавательную доску. – выполнять глубокий вдох в продолжительный выдох воду.	Дети смело передвигаются по бассейну с плавательной доской. Выполняют вдох, погрузившись с головой в воду; выполняют продолжительный выдох.	доски для плавания
Раздел. Игры и развлечения в воде: 3 часа				
15 – 17	Свободное плавание	- свободно передвигается по бассейну в разных направлениях, - свободно владеет пройденным материалом	Дети правильно, с желанием выполняют ранее приобретённые навыки в воде.	Круги для плавания, мячи, плавающие игрушки.
Итого:17				

2 полугодие

Кол-во занятий	**Тема НОД**	**Планируемые результаты**	**Характеристика основных видов деятельности воспитанников**	**Средства обучения**
Раздел. Специальные плавательные упражнения: 3 часа				
1	Правила поведения в бассейне и на воде	- ребёнок продолжает знакомится с правилами поведения в бассейне, - формирует и совершенствует навыки личной гигиены, - совершенствует умение передвигаться в воде самостоятельно	В беседе дети закрепляют знания о правилах поведения в бассейне. Продолжают самостоятельно передвигаться по бассейну различными способами	Плавающие и тонущие игрушки, плавательные доски, нарукавники,

		- в игре на воде с предметами проявляет интерес		мячи
2	Передвижение в воде в полуприседе на глубине по пояс вперед и назад	- продолжает передвигается по бассейну в разных направлениях, разными способами.	Дети смело передвигаются в воде в полуприседе на глубине по пояс вперед и назад , делают «мельницу» руками. Ходят, высоко поднимая колени, загребая воду руками	Плавающие игрушки, плавательные доски.
3	Передвижение в воде, наклонив туловище вперед и опираясь руками о доску	- формирует навык передвигаться в воде, с плавательной доской в руках в разных направлениях.	Дети смело передвигаются по бассейну с плавательной доской в руках, наклонив туловище вперед. и опираясь руками о доску.	Плавающие игрушки, плавательные доски
Раздел. Погружение в воду: 4 часа				
4	Погружение в воду с головой	- учить погружается в воду с головой самостоятельно , - у детей воспитывается безбоязненное отношение к воде, - ребёнок учится ориентироваться в водном пространстве.	Дети умеют погружаться в воду с головой, по одному, в парах, по очереди Играют в игру «Утка и утята»	Плавательные доски, обруч, плавающие игрушки
5	Погружение в воду с головой с закрытыми глазами.	- ребёнок формирует навык погружения в воду с головой с закрытыми глазами.		
6 – 7	Погружение в воду с головой с открытыми глазами.	- ребенок погружается в воду с головой; - открывает глаза в воде.	Дети умеют открывать глаз в воде. Выполняют вдох и выдох в воду. У детей воспитывается уверенность в себе Дети с желанием выполняют упражнение «Открой глаза, посмотри».	Плавательные доски, обруч, плавающие игрушки

			Играют в игру «Достань игрушку». Подныривают под обруч.	
Раздел. Всплывание, лежание, скольжение на воде: 7 часов				
8	Всплывание и лежание на воде на груди	- выполняет всплывание и лежание на воде на груди с фиксированной и подвижной опорой.	Дети выполняют скольжение на груди и на спине с поддержкой. Выполняют упражнения «Медуза», «Звездочка»,«Поплавок	Доски для плавания, нарукавники, игрушки.
9	Всплывание и лежание на воде на спине.	- ребёнок лежит и всплывает на спине.	Дети умеют всплывать и лежать на воде, на спине с фиксированной и подвижной опорой	Доски для плавания, нарукавники, игрушки
10 - 11	Лежание и скольжение на груди	- принимает горизонтальное положение лёжа на груди, держась за поручень, - работает ногами, способом «кроль» с подвижной опорой. - формирует навык скользить на груди, с плавательной доской,	Дети умеют принимать горизонтальное положение с опорой, работая ногами как при плавании «кроль на груди» Умеют скользить с доской на груди	Доски для плавания, нарукавники, игрушки
12 - 13	Скольжение на спине с поддержкой	- формирует умение скользить на спине с доской с поддержкой инструктора. - работает ногами способом «кроль» с подвижной опорой. - скользит «стрелой» с плавательной доской.	Дети умеют скользить на спине с поддержкой инструктора, работают ногами способом «кроль» с доской. Скользить «стрелой» оттолкнувшись одной ноги от стены бассейна и толчком двух со дна бассейна Игра «На буксире» с движением ног.	Доски для плавания, нарукавники, игрушки

14	Скольжение на груди с предметом в руках	- учится лежать на груди с опорой. - работает ногами способом «кроль» с подвижной опорой. - скользит на груди «стрелой» с плавательной доской.	Дети умеют работать ногами способом «кроль» с подвижной опорой, работают ногами способом «кроль» с доской. Скользят «стрелой» оттолкнувшись одной ноги от стены бассейна и толчком двух со дна бассейна.	Доски для плавания, нарукавники, игрушки
Раздел. Игры и развлечения на воде: 4 часа				
15-18	Свободное плавание. Игры, упражнения. Развлечения.	- ребёнок свободно передвигается, отрывает ноги от дна бассейна с опорой и без, скользит с предметом. - играет, с повторением изученного материала.	Дети непринуждённо, с удовольствием, интересом выполняют изученный материал, приобретённые навыки.	Круги, доски для плавания, нарукавники
Раздел. Обследование приобретённых навыков: 1 час				
19	Свободное плавание.	- умение погружать лицо в воду, погружаться в воду с головой, открывать глаза в воде, принимать горизонтальное положение в воде, скользить, -- применять полученные плавательные умения и навыки в воде.	Дети умеют передвигаться, погружать лицо в воду, погружаться в воду с головой, принимать горизонтальное положение в воде, всплывать и лежать на воде	Плавательные доски, нарукавники, плавающие игрушки.
Итого за учебный год 36 часов				

Календарно-тематическое планирование НОД по плаванию в старшей группе (от 5 до 6 лет).
1 полугодие

Кол-во занятий	Тема НОД	Планируемые результаты	Характеристика основных видов деятельности воспитанников	Средства обучения
Раздел. Специальные плавательные упражнения: 14 часов				
1-2	Правила поведения в бассейне и на воде	- закрепить знания детей о правилах поведения в бассейне и на воде. - самостоятельно принимает душ, - совершенствует умения лежать и скользить по воде на груди. - в игре на воде с игрушками проявляет интерес.	Дети закрепляют знания о правилах поведения в бассейне, о пользе плавания, о соблюдении гигиенических навыков. Дети умеют принимать горизонтальное положение тела в воде, лежать и скользить на груди. Играют с игрушками на воде	Плавающие и тонущие игрушки, плавательные доски, мячи, нарукавники
3-6	Передвижения в бассейне. Ходьба, бег, прыжки, скольжения	- передвигается в различных направлениях, разными способами, - ребенок лежит на воде, на груди с опорой и без опоры	Дошкольники свободно передвигаются по бассейну в разных направлениях, разными способами. Принимают горизонтальное положение на груди с опорой	Игрушки, плавательные доски, нарукавники
7-10	Передвижения по дну бассейна в горизонтальном положении на руках. Работа ногами как при плавании способом «кроль»	- принимает горизонтальное положение на груди, - передвигается по дну бассейна в упоре лежа спереди, в упоре лёжа сзади, - работает ногами способом «кроль» с опорой и	Дети умеют передвигаться по бассейну в упоре лёжа спереди и сзади; работают ногами способом «кроль» С интересом пользуются вспомогательными	игрушки, плавательные доски, нарукавники

		без опоры.	предметами для плавания, играют с игрушками.	
Раздел. Погружение в воду: 4 часов				
11- 14	Погружение в воду с головой с закрытыми глазами. Задерживать дыхание.	- формировать навык задерживать дыхание, погружается в воду с головой, задержав дыхание с закрытыми глазами.	Детей самостоятельно погружаются в воду с головой на задержке дыхания с закрытыми глазами, Игра «Утка и утята». Свободно ориентируются в водном пространстве. Дети погружаются в воду с открытыми глазами, на задержке дыхания. Ориентируются в пространстве. Безбоязненно относятся к воде Играют в игру «Достань игрушку».Выполняют упражнения на дыхание.	Тонущие игрушки, плавательные доски.
15-18	Погружение в воду с головой с открытыми глазами. Задержка дыхания.	- приобретать способность погружаться в воду без опоры, с подвижной опорой, - умеет открывать глаза в воде, - применяет плавательные умения в игре.		
Раздел. Всплывание, лежание, скольжение на воде: 8 часов				
19- 22	Всплывание и лежание на воде на груди с фиксированной и подвижной опорой.	- всплывает и лежит на воде, на груди с фиксированной опорой и подвижной опорой, - выполняет упражнения «Медуза», «Звездочка», «Поплавок»	Умеют всплывать и лежать на воде на груди с фиксированной и подвижной опорой, С желанием выполняют упражнения «Медуза», «Звездочка», «Поплавок»	Доски для плавания, нудлы, мячи.
23 -26	Принятие горизонтального положения тела с опорой и без. Скольжение на груди	- формировать навык лежать на груди у фиксированной опоры и без опоры. - скользить на груди с предметом.	Дети умеют принимать горизонтальное положение тела на груди с опорой и без опоры.	Доски для плавания, нудлы, мячи.

	«стрелой»		Скользить на груди «стрелой»	
Раздел. Вдох и выдох: 4 часов				
27-32	Продолжительный выдох на воду. Выдох под водой.	- приобретать навык выполнять продолжительный выдох на поверхность воды, - выполнять продолжительный выдох в воду (лицо погружено в воду до уровня глаз). - выполнять продолжительный выдох в воду с полным погружением лица под воду. - выполнять упражнения «водолаз», «насос»	Дети умеют выполнять глубокий вдох и продолжительный выдох в воду. Погружаться в воду до глав при этом выполнять продолжительный выдох; погружаться в воду с головой при этом выполнять продолжительный выдох в воду. Дети с желанием выполняют специальные упражнения «водолаз», «насос».	Тонущие игрушки, обручи.
Раздел. Игры и развлечения в воде:4 часа				
33-34	Свободное плавание. Игры.	- ребёнок свободно передвигается в воде разными способами, в разных направлениях, - открывает глаза в воде, - задерживает дыхание и погружаться в воду, - выполняет выдох под водой, - скользит на груди, - применяет полученные плавательные навыки в играх, досугах, развлечениях..	Дети свободно владеют полученными плавательными навыками и умениями. Играют с использованием раннее полученных умений. С инструктором закрепляют правила поведения в бассейне	Доски для плавания, нудлы, тонущие игрушки, мячи, круги, надувные игрушки.
Итого: 34				

2 полугодие

Кол-во занятий	Тема НОД	Планируемые результаты	Характеристика основных видов деятельности воспитанников	Средства обучения
Раздел. Погружение в воду: 4 часа				
1 - 4	Погружение в воду с головой с открытыми глазами.	- умение ребёнка погружается в воду с головой, - смело открывать глаза в воде. - применять полученные плавательные навыки.	Дети погружаются в воду с головой, открывая глаза в воде; по одному, в парах по очереди. Умеют выполнять вдох и выдох в воду. Выполняют специальные упражнения, «Открой глаза, посмотри», «Достань игрушку». Подныривают под обруч, стараясь оказаться в центре его – упражнение «Поезд в тоннеле». У детей воспитывается уверенность в себе.	Тонущие игрушки, плавательные доски, обруч
Раздел. Всплывание, лежание, скольжение на воде: 14 часов				
5 - 7	Скольжение на груди с подвижной опорой	- формировать навык принимать горизонтальное положение тела в воде с помощью неподвижной и подвижной опоры. - скользить по воде на груди «стрелой» с предметом.	Дети приобрели навык принимать горизонтальное положение тела в воде, управлять туловищем в положении лежа на груди. Выполняют «стрелу», толчком одной ноги от стены бассейна и толчком двумя ногами со дна бассейна (с плавательной доской)	Нарукавники, доски для плавания
8- 10	Плавание с работой ногами способом «кроль» с предметом.	- принимает горизонтальное положение тела в воде с помощью неподвижной и подвижной опоры.	Дети умеют скользить не груди «стрелой» с помощью работы ногами	Доски для плавания,

		- работает ногами способом «кроль» с подвижной опорой.	как при плавании способом «кроль на груди» с плавательной доской в руках. Продолжают формировать навык продолжительного выдоха в воду.	надувные игрушки.
11 - 14	Скольжение «стрелой» на груди с работой ногами как при плавании способом «кроль»	- скользить «стрелой» на груди с задержкой дыхания. -- плыть «стрелой» на груди с работой ногами как при плавании «кроль на груди»	Дети умеют скользить «стрелой» на груди с задержкой дыхания, лицо опущено в воду Плавают «стрелой» на груди работая ногами как при плавании «кроль на груди»	Нудлы, нарукавники, доски для плавания.
15 -18	Плавать, работая ногами как при плавании способом «кроль» с задержкой дыхания, с выдохом в воду.	- плавает с доской в руках с задержкой дыхания. - выполняет упражнение «торпеда» с выдохом в воду.	Умеют плавать с задержкой дыхания. С желанием выполняют упражнение «торпеда», с выдохом в воду и работой ногами как при «крое на груди» Проплывают 3 – 4 м с различным положением рук	Нудлы, нарукавники, доски для плавания, плавающие игрушки.
Раздел. Движения рук при плавании способом «кроль на груди»: 12 часов				
19 - 23	Работа руками как при плавании способом «кроль на груди»	- работает руками как при плавании способом «кроль» на груди в различных сочетаниях.	Дети работают руками как при плавании способом «кроль на груди». в различных сочетаниях; на месте и с продвижением, стоя на дне бассейна в наклоне, с продвижением	Плавательные доски, нарукавники.
24- 26	Работа руками как при плавании способом «кроль на спине»	-- формировать навык работы руками как при плавании способом «кроль на спине».	Дети умеют работать руками как при плавании способом «кроль на спине». в различных сочетаниях; на месте и с продвижением, лёжа на спине с фиксацией ног, с поясом.	Плавательные доски, нарукавники пояса, игрушки.

27 –29	Работа на согласование работы рук и ног в плавании способом «кроль на груди».	- формировать навык плавать в координации рук и ног как при плавании «кроль на груди»..	Дети с желанием совершенствуют работу ног и рук облегченным способом «кроль» на дистанцию 3 - 4м способом «кроль» с задержкой дыхания со вспомогательными предметами.	Плавательные доски, нарукавники пояса, игрушки
30-32	Работа на согласование работы рук и ног в плавании способом «кроль на спине».	- плавает в координации рук и ног как при плавании «кроль на спине»	Дети умеют согласовывать работу рук и ног при плавании «кроль на спине» с желанием совершенствуют работу ног и рук на дистанцию 3 - 4м с помощью доски для плавания.	Плавательные доски, нарукавники, игрушки
Раздел. Игры и развлечения на воде: 4 часа				
33 - 36	Эстафетное плавание. Игры, упражнения	- плавает с плавательной доской и без нее, на груди и на спине. плавает облегченным способом «кроль» на груди 3- 4м, играет. выполняет изученные упражнения.	Дети свободно держаться на воде, играют с плавательными игрушками, при плавании используют раннее полученные плавательные навыки и умения.	Гимнастические палки, доски для плавания, нудлы. круги для плавания.
Раздел. Обследование приобретённых навыков : 2 час				
37 - 38	Кроль на груди с работой ногами как при плавании «кроль на груди» с плавательной доской в сочетании с дыханием	- проплывает дистанцию способом «кроль на груди» с плавательной доской. 6-7м	Дошкольники знают правила поведения в бассейне и ранее изученные плавательные навыки. Дети умеют плавать способом «кроль на груди» с плавательной доской работая ногами. Проплывают дистанцию 6 - 7 м.	Плавательные доски.
Итого: 38	**Итого за учебный год: 72 часа.**			

Календарно-тематическое планирование НОД по плаванию в подготовительной группе (6 – 7 лет)
1 полугодие

Кол-во занятий	Тема НОД	Планируемые результаты	Характеристика основных видов деятельности воспитанников	Средства обучения
Раздел. Специальные плавательные упражнения: 6 часов				
1 - 2	Правила поведения в бассейне и на воде	- ребёнок продолжает формировать знания о правилах поведения в бассейне, о личной гигиене. - в самостоятельной деятельности, играет на воде с предметами, проявляет интерес. Проверка плавательной подготовки	Дети имеют знания о правилах поведения в бассейне и на воде. Владеют навыками личной гигиены. Умеют самостоятельно передвигаться по бассейну различными способами, в разных направлениях. Умеют лежать на груди и на спине с опорой и без опоры. Уверенно работает ногами способом «»кроль	Плавающие игрушки, плавательные доски, нудлы, мячи
3- 4	Передвижения в бассейне. Ходьба, бег, прыжки, скольжения	- свободно передвигаться по бассейну разными способами в разных направлениях. - уметь принимать горизонтальное положение на воде, с опорой и без.		
5 - 6	Передвижения по дну бассейна в упоре лежа. Работать ногами как при плавании способом «кроль»	- передвигается по дну бассейна в упоре лежа спереди, в упоре лёжа сзади. - умеет работать ногами способом «кроль» с не подвижной и подвижной опорой.		
Раздел. Погружение в воду: 6 часов				
7 - 9	Погружение в воду с головой с закрытыми глазами	- формировать навык погружаться в воду с головой с закрытыми глазами	Дети умеют самостоятельно погружаться в воду с головой с закрытыми, открытыми глазами. С опорой и без опоры. Ориентируются в водном пространстве. Воспитывается	Тонущие игрушки, плавательные доски, обруч.
10 - 12	Погружение в воду с головой с открытыми глазами	- формировать навык погружаться в воду с головой без опоры, с подвижной опорой, с открытыми глазами.		

			безбоязненное отношение к воде Играют «Достань игрушку». Смело выполняют упражнения на дыхание	
Раздел. Всплывание и лежание на воде: 6 часов				
13 - 18	Всплывание и лежание на воде на груди с фиксированной опорой	- закреплять навык всплывать и лежать на воде, на груди с фиксированной и подвижной опорой.	Дети умеют всплывать и лежать на воде, на груди с фиксированной и подвижной опорой; выполняют скольжение на груди «стрелой». Дети с желанием и умело выполняют упражнения «Медуза», «Звездочка», «Поплавок»	Доски для плавания, нудлы, нарукавники, игрушки.
Раздел. Скольжение на груди: 6 часов				
19 - 20	Лежание на груди, скольжение на груди «стрелой»	- закрепить навык лежать на груди у фиксированной опоры, скользить на груди с подвижной опорой и без опоры	Дети умеют лежать, скользить на груди с опорой и без опоры, работая руками и ногами как при плавании «краалем на груди».	Доски для плавания, нудлы, нарукавники, игрушки.
21 - 22	Скольжение на груди с работой руками как при плавании способом «кроль»	- закрепить навык выполнять скольжение на груди с работой руками как при плавании «кроль на груди».		
23 - 24	Скольжение на груди с работой ногами как при плавании способом «кроль»	- закрепить навык выполнять скольжение на груди с работой ногами как при плавании «кроль на груди».		
Раздел. Движения ног и рук при плавании способом «кроль» на груди: 6 часов				
25 - 26	Работа руками как при плавании способом «кроль на груди	- закрепить навык работы руками способом «кроль» на груди в различных сочетаниях на месте и с продвижением	Дошкольники овладели умением навыка плавания, с помощью работы рук и ног как при плавании	Плавательные круги, плавательные

27 - 30	Согласование работы рук, ног и дыхания в плавании способом «кроль на груди»	- формировать навык плавания в согласовании работы рук, ног и дыхания способом «кроль на груди»	« кроль на груди» Проплывать дистанцию 4 - 5м способом «кроль» с задержкой дыхания с помощью доски для плавания и без опоры.	доски, нудлы, плавающие игрушки.
Раздел. Игры и развлечения в воде: 4 часа				
31- 34	Свободное плавание	- плавает с плавательной доской и без нее, на груди и на спине, - работает руками и ногами как при плавании «кролем на груди» , - плавает облегченным способом «кроль» на груди 4 - 5м, - играет, выполняет изученные упражнения.	Дети применяют полученные умения и навыки, свободно держаться на воде, играют с игрушками.	Игрушки для плавания
Итого: 34				

2 полугодие

Кол-во занятий	**Тема НОД**	**Планируемые результаты**	**Характеристика основных видов деятельности воспитанников**	**Средства обучения**
Раздел. Всплывание, лежание на воде: 2 часа				
1 - 2	«Торпеда» - работать ногами как при плавании способом «кроль на груди»	- формировать навык скольжения на груди с предметом, работая ногами: с задержкой дыхания: с выдохом в воду.	Дети закрепляют умение управлять туловищем в положении лежа на груди. Дети умеют скользить и работать ногами способом «кроль». Умеют выполнять выдох в воду Плавание 4-5м с различным положением рук с задержкой дыхания, с выдохом в воду	Плавающие игрушки, доски для плавания.

Раздел. Скольжение на груди: 2 часа				
3 - 4	Скольжение на груди с работой ногами способом «кроль» в согласовании с дыханием	- формировать навык скольжения на груди с работой ногами способом «кроль на груди» в согласовании с дыханием.	Дети выполняют скольжение с работой ногами способом кроль на груди в согласовании с дыханием.	Доски для плавания, теннисные мячи, игрушки для плавания.
Раздел. Скольжение на спине: 10 часов				
5 - 6	Плавание на спине с работой руками, как при плавании «кроль на спине»	- формировать навык плавания на спине с работой руками.	Дети умеют плавать на груди и на спине, работая ногами и руками как при плавании «кроль» в сочетании с дыханием. Дети с интересом играют на воде.	Доски для плавания, нудлы, колобашки, надувные круги, плавающие игрушки
7 -8	Плавание на спине с работой ногами как при плавании «кроль на спине»	- формировать навык плавания на спине с работой ногами.		
9 - 11	Плавание на груди с работой ногами как при плавании «кроль на груди» с дыханием	- плавать на груди работая ногами в технике «кроль» в согласовании с дыханием		
12 - 14	Плавание на груди и спине с работой ногами в согласовании с дыханием	- плавать на груди и спине с работой ногами в согласовании с дыханием		
Раздел. Движения ног и рук при плавании способом «кроль» на груди: 6 часов				
15 - 17	Работа руками способом «кроль», стоя на дне бассейна в наклоне, с продвижением	- формировать умения работы руками способом «кроль» на груди в различных сочетаниях на месте и с продвижением	Совершенствовать работу ног и рук облегченным способом «кроль» на груди в согласовании с дыханием	Плавательные доски, Игрушки.

18 -20	Согласование работы рук , ног и дыхания в плавании способом «кроль»	- формировать умения согласованного движения работы рук, ног и дыхания в плавании « кроль на груди».	Дети плавают в согласовании работы рук, ног и дыхания. Дети проплывают дистанцию 5-6 м способом «кроль» с задержкой дыхания с помощью доски для плавания .	Плавательные доски, нудлы, игрушки.
Раздел. Движения ног и рук при плавании способом «кроль» на спине: 12 часов				
21 – 26	Работа рук способом «кроль» на спине	- учить работать руками способом «кроль» на спине в различных сочетаниях на месте и с продвижением	Дети плавают облегченным способом «кроль» на спине в согласовании с работой ног, рук и дыхания. Играют в свободные игры.	Плавательные доски, Надувные игрушки.
27 - 32	Упражнения на согласование работы рук и ног в плавании способом «кроль» на спине в согласовании с дыханием	- -формировать навык плавания способом «кроль» на спине в согласовании с дыханием с помощью доски для плавания и без опоры.		
Раздел. Игры и развлечения на воде: 2 часа				
33 - 34	Эстафетное плавание. Игры, упражнения	- проводить эстафетное плавание с плавательной доской и без нее. - плавание облегченным способом «кроль» на груди 4-5м.	Закрепить с детьми правила поведения в бассейне и ранее изученные навыков Дети с увлечением и удовольствием играют в уже знакомые и вновь изученные игры.	Гимнастические палки, доски для плавания
Раздел. Обследование приобретённых навыков: 4 часа				
25 - 38	Кроль на груди в полной координации с плавательной доской в сочетании с дыханием	Проплывание дистанции способом «кроль» 6-7м с плавательной доской. 3 гребка - вдох, выдох в воду	Выявить уровень знаний, умений и навыков детей	Плавательные доски
Итого: 38	**Итого за учебный год:72**			

Обследование приобретённых навыков.

При реализации Программы проводится оценка индивидуального развития детей. Такая оценка производится инструктором по физической культуре в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) могут использоваться исключительно для решения следующих *образовательных задач:*

1.Индивидуализации образования (в том числе поддержки ребёнка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития).
2.Оптимизации работы с группой детей.

Оценка качества обучения плаванию детей 3 – 7лет.

Уровень развития основных навыков плавания оценивается с помощью тестирования плавательных умений и навыков детей по каждой возрастной группе. В качестве критериев оценки выбран ряд контрольных упражнений по методике А.А. Чеменевой (2011г).

Оценка плавательной подготовленности дошкольников по мере решения конкретной задачи.

Возрастная группа	Задача
младшая	Научить, не бояться воды, самостоятельно входить в нее, безбоязненно играть и плескаться. делать попытки лежать на воде, делать выдох на границе воды и воздуха.
Средняя	То же, что и в младшей группе, а также научить кратковременно, держаться и скользить на воде, выполнять плавательные движения ногами, пытаться делать выдох в воду.
Старшая	То же и в средней группе, а также более уверенно держаться на воде, скользить по ней, научить выдоху в воду, пытаться плавать способами кроль на груди и на спине.
Подготовительная к школе	Тоже, что и в старшей группе, а также уверенно держаться на воде более продолжительное время, скользить на ней, выполнять плавательные движения ногами и руками, пытаться плавать способами кроль на груди и на спине.

Контрольное тестирование (младший возраст 3 – 4 года)

Навык плавания	Контрольное упражнение
Передвижения в воде	Ходьба вперед и назад (вперед спиной) в воде глубиной до бедер или до груди с помощью рук, прыжки лицом, спиной вперёд на двух ногах, положение рук произвольное.
Выдох в воду	Вдох над водой и выдох в воду.

Погружение в воду с открыванием глаз под водой	Стоя около бортика, держась за поручень, присесть, полностью погрузиться в воду с головой, глаза приоткрыты.
Плавание с надувной игрушкой при помощи движения ног.	Надев круг или другой поддерживающий предмет, принять горизонтальное положение на груди, опустив подбородок на круг, или на спине, положив затылок на круг, таз у поверхности воды. Плыть при помощи ног способом кроль.

Контрольное тестирование (средний возраст 4 – 5 лет).

Навык плавания	Контрольное упражнение
Ориентирование в воде с открытыми глаза	Инвентарь: тонущие игрушки или шайбы. На небольшой глубине (на расстоянии вытянутой вниз руки ребёнка) собрать предметы расположенные на дне на расстоянии 0.3-0.5м друг от друга
Лежание на груди	Инвентарь: надувные игрушки. нарукавники. Из положения, стоя в воде, ноги врозь, руки в стороны, выполнить упражнение « звезда» на груди. Положение тела горизонтальное, руки и ноги прямые, разведены в стороны.
Лежание на спине	Инвентарь: надувные игрушки, нарукавники. Из положения стоя в воде, ноги врозь, руки в стороны выполнить упражнение « звезда» на спине.
Плавание с доской при помощи движения ног способом кроль на груди	Инвентарь: доска для плавания. Положение тела горизонтальное, руки вытянуты вперёд, плечи опущены в воду, подбородок лежит на поверхности воды. Плыть ритмично работая прямыми ногами, носки оттянуты.

Контрольное тестирование (старший возраст 5- 6 лет)

Навык плавания	Контрольное упражнение
Скольжение на груди	Стоя у бортика, руки впереди, кисти рук соединены, присесть, оттолкнуться ногой от бортика или двумя ногами от дна и выполнить упражнение « стрела» на груди. Тело ребёнка должно лежать у поверхности воды, руки и ноги соединены. вытянуты, лицо опущено в воду.
Скольжение на спине	Стоя у бортика, руки соединены в кистях, присесть, прогнуться, оттолкнуться одной ногой от бортика или двумя ногами от дна и выполнить упражнение «стрела» на спине. Туловище прямое, ноги и руки выпрямлены и соединены.
Плавание с доской при помощи движения ног способом кроль на груди	Инвентарь: доска для плавания. Положение тела горизонтальное, руки вытянуты вперёд, плечи опущены в воду, подбородок лежит на поверхности воды. Плыть, ритмично работая прямыми ногами. Дыхание произвольное.

Плавание произвольным способом	Проплыть 8м. любым способом, при помощи движений ног, рук. Дыхание произвольное.

Контрольное тестирование (подготовительный к школе возраст 6 -7лет)

Навык плавания	Контрольное упражнение
Упражнение «Торпеда» на спине или на груди	Оттолкнувшись от дна бассейна, лечь на воду, опустить лицо в воду, руки вытянуть вперёд. Плыть при помощи движений ног способом кроль на груди на задержке дыхания (выполнить 1 вдох) ли на спине, руки вытянуты за головой.
Выдох в воду	Ритмичный вдох - выдох в сочетании с движениями ног.
	Дыхание в положении лежа на груди с поворотом головы в сторону с неподвижной опорой.
Лежание	Упражнение «Звездочка» на груди, на спине в глубокой воде
Плавание облегченным способом на груди и на спине	Плавание кролем на груди или комбинированным способом.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Волошина Л.Н.Воспитание двигательной культуры дошкольников: Учебно-методическое пособие/Л.Н.Волошина. – М.:АРКТИ, 2005.-108 с. (Развитие и воспитание).
2. Галицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультуры в дошкольном образовательном учреждении / Н.С. Галицина.- М.:, 2005.-143с.
3. Козлов А.В. Плавание: Учебная программа/А.В.Козлов. - М.: Просвещение, 1993
4. Осокина Т.И. Как учить детей плавать: Пособие для воспитателя детского сада / Т.И.Осокина. - М.: Просвещение, 1985.-80 с.
5. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Богина Т.Л. Обучение плаванию в детском саду: Книга для воспитателей детского сада и родителей/Т.И.Осокина, Е.А.Тимофеева, Т.Л. Богина. - М.: Просвещение, 1991.-158 с.
6. Сажина С.Д.Составление рабочих учебных программ для ДОУ: Методическое рекомендации / С.Д.Сажина. – М.: ТЦ Сфера, 2008.- 112 с.- (Библиотека руководителя ДОУ).
7. Маханева М.Д., Баранова Г.В. Фигурное плавание в детском саду. Методическое пособие. - М.: ТЦ Сфера, 2009. – 64 с. – (Синяя птица).
8. Петрова Н.Л., Баранов В. А. Плавание. Техника обучения детей с раннего возраста / Н.Л. Петрова, В.А. Баранов. – М.: «Издательство ФАИР», 2008.-120 с

9. А.А.Чеменёвой, Т. В. Столмаковой методическое пособие «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста».
10. И. П. Нечунаев. Плавание. Книга- тренер / Москва: Эксмо, 2012 – 272с.: ил.

Технические средства

1. Компьютер.

Оборудование

Доски для плавания, обручи, резиновые круги, резиновые игрушки, скамейки, резиновые коврики, нудлы, разделительная дорожка, буксиры, калабашки, надувные игрушки, нарукавники, пластмассовые игрушки, картотека игр, картотека картинок со специальными упражнениями, иллюстрационный материал.