План работы инструктора по плаванию на 2026-2027 учебный год

Задачи обучения:

Средние группы:

1. Учить детей не бояться воды, свободно передвигаться.
2. Учить выполнять движения у бортика, в игре, свободно.
3. Учить дуть на игрушки, делая энергичный выдох, пускать пузыри.
4. Учить опускать лицо в воду с открытыми глазами.
5. Учить доставать предметы со дна.

Старшие группы:

1. Учить технике упражнений «Поплавок», «Звезда».
2. Учить технике скольжения на груди и спине.
3. Учить технике работы ног (плавание способом «кроль»).
4. Учить выполнять полный выдох в воду.
5. Учить технике скольжения с работой ног.

Подготовительные группы:

1. Использовать все виды ходьбы, бега, прыжков с усложнением, соревновательного характера.
2. Учить технике скольжения с работой ног с разным положением рук.
3. Учить технике согласованной работы рук, ног и дыхания.
4. Учить технике скольжения с работой ног и поворотом туловища.

5. Учить технике плавания способом «кроль» в полной координации.

Развивать: быстроту, ловкость, смелость, внимание, координацию движений.
Воспитывать: чувство товарищества, уверенность в себе, дисциплинированность.

Работа с педагогами:

1. Консультация «Значение плавания» (октябрь).
2. Консультация «Физиология закаливания» (январь).
3. Консультация «Дети и вода» (апрель).

Работа с родителями:

1. Участие в родительских собраниях (сентябрь).
2. Консультация «Подготовка детей к занятиям по плаванию» (октябрь).
3.Консультация «Практические советы по преодолению водобоязни и освоению с водной средой» (ноябрь).
4. Консультация «Плавание как основа разностороннего развития ребенка дошкольного возраста», «Зима плаванию не помеха» (декабрь).
5.Консультация «О пользе плавания»(январь).
6. Консультация «Мама, папа, я - спортивная семья» (февраль).
7. Консультация «Плавание – это способ укрепления здоровья и полезный для жизни навык!» (март).
8. Семинар – практикум для родителей «Плавание в детском саду» (апрель).
9. Оформление рекомендаций по организации летнего отдыха «Отдых на воде» (май).

Работа с детьми:

Праздники:

1. Зимний спортивный праздник на воде; старш. гр. (январь).
2.День Нептуна; подгот. гр. (май).

Развлечения:

1. «Дельфины резвятся» старш. гр. (октябрь).
2. «Веселые старты» старш. гр., подготов. гр. (ноябрь).