|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Тема занятия** | **Цель** | **Содержание** | **Программное содержание** | **Методы и методические приемы** | **К-во** | |
| **1. «Прогулка в парк»** | **Цели:** Продолжать учить детей пролезать в обруч не касаясь его руками; уметь работать ногами, как при плавании кролем; погружаться в воду. | **1. Вводная часть.**   * **Разминка.**   **«Дружно встали на разминку»**  *Дружно встали на разминку*  *И назад сгибаем спинку.*  *Раз-два, раз-два, раз-два-три, Да не упади, смотри.*  *(****Дети наклоняются назад, для страховки упираясь ладонями в поясницу.)***  *Наклоняемся вперед*  *Кто до пола достает?*  *Эту сложную работу*  *Тоже делаем по счету.*  ***(Наклон вперед.)***  **2. Основная часть**  **Передвижение по дну бассейна:**   * **Игровое упражнение** **«Водяные жучки»** - передвижение на коленях. * **Игра** **«Маленькие и большие ноги»** * **Упражнение** **«Фонтан»** * **Игровое упражнение «Мост»** * **Игра** **«Веселые брызги»**   **3. Заключительная часть.**  **Игра малой подвижности «Матросская шапка»**  *(Стихотворение А. Барто)* | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Ознакомить с горизонтальным положением тела в воде.  Продолжить освоение с водой.  Укреплять мышцы ног. Научить не бояться брызг, не отворачиваться от них.  Укреплять мышцы спины.  Приучать детей не бояться воды, передвигаться, не держась друг за друга и не толкаясь.  Снятие психологической и физической активности. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Образные сравнения, выполнение в различном темпе, с разной амплитудой.  Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ, указания.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога.  Словесный: объяснения.  Практический: игровой метод, повторение упражнений.  Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога.  Словесный: объяснения.  Практический: игровой метод, повторение упражнений.  Образные сравнения, выполнения в различном темпе.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: указания, пояснения.  Практический: игровой метод. Образные сравнения. | 1. | |
| **2. «Веселые превращения»** | **Цели:** Воспитывать безбоязненное отношение к воде. Учить самостоятельно, без помощи взрослого, передвигаться по дну бассейна. Учить бросать мяч из-за головы двумя руками. | **1. Вводная часть.**   * **Разминка на суше.**   ***«Мы по лугу прогулялись»***  *Мы по лугу прогулялись*  *И немножко отдохнем.*  ***(Шагаем на месте).***  *Встанем, глубоко вздохнем.*  *Руки в стороны, вперед,*  ***(Развели руки в стороны, вперед).***  *Чудеса у нас на свете:*  *Стали карликами дети*  ***(Присели).***  *А потом все дружно встали,*  *Великанами мы стали.*  ***(Встали).***  *Дружно хлопаем,*  ***(Хлопаем в ладоши).***  *Ногами топаем!*  ***(Топаем ногами).***  *Хорошо мы погуляли и нисколько не устали!*  ***(Шагаем на месте).***  **2. Основная часть.**  - организованный вход в воду (индивидуально);  - умывание в воде бассейна;  - плескание.   * **Игровое упражнение «Водяные жуки»** * **Упражнение «Фонтан»** * **Игровое упражнение «Принеси игрушку»** * **Игра «Наша Таня»**   **3. Заключительная часть.**  **Игра малой подвижности «Матросская шапка»**  *(Стихотворение А. Барто).* | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Научить спускаться по лесенке в воду и выходить из нее. Вызвать интерес к занятию.  Закрепить горизонтальное положение тела в воде.  Укреплять мышцы ног.  Приучать детей двигаться в воде в разных направлениях, преодолевать сопротивление воды.  Учить бросать мяч из-за головы двумя руками. Приучать детей двигаться в воде в разных направлениях, преодолевать сопротивление воды.  Снятие психологической и физической активности. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Образные сравнения, выполнение в различном темпе, с разной амплитудой.  Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога.  Словесный: объяснения.  Практический: игровой метод, повторение упражнений.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: указания, пояснения.  Практический: игровой метод, повторение упражнений.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: указания, пояснения.  Практический: игровой метод, повторение упражнений.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: указания, пояснения.  Практический: игровой метод. Образные сравнения. | 1. | |
| **3. «Путешествие по реке»** | **Цели:** Продолжать учить самостоятельно передвигаться по дну бассейна в различных положениях. Воспитывать безбоязненное отношение к воде. Развивать координацию движений. | **1. Вводная часть.**   * **Разминка на суше.**   *К речке быстрой мы спустились,*  ***(Шагаем на месте)****.*  *Наклонились, и умылись.*  ***(Наклоны вперед, руки на поясе).***  *Раз, два, три, четыре,*  ***(Наклоны вперед, руки на поясе).***  *Вот как славно освежились.*  *Делать так руками нужно:*  *Вместе — раз, это брасс.*  ***(Круги двумя руками вперед).***  *Одной, другой рукой — это кроль.*  *(Круги руками поочередно).*  *Все, как один, плывем как дельфин.*  ***(Прыжки на месте).***  *Вышли на берег крутой*  ***(Поднимаемся по лесенке).***  *Но не отправимся домой.*  ***(Спускаемся в воду).***  **2. Основная часть.**   * **Игровое упражнение «Маленькие и большие ноги»**   *Маленькие ножки бежали по дорожке,*  *Топ, топ, топ.*  ***(Быстро притопывают ногами).***  *Большие ноги шли по дороге,*  *Топ, топ, топ.*  ***(Высоко поднимают колени и топают, чтоб появились брызги).***   * **Игровое упражнение «Утка и утята»** * **Упражнение «Фонтан»** * **Игра «Наша Таня»**   **3. Заключительная часть.**   * **Игра малой подвижности «Матросская шапка»**   *(Стихотворение А. Барто).* | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Продолжить освоение с водой.  Приучать детей самостоятельно и безбоязненно передвигаться в воде.  Укреплять мышцы ног. Научить не бояться брызг, не отворачиваться от них.  Учить бросать мяч из-за головы двумя руками. Приучать детей двигаться в воде в разных направлениях, преодолевать сопротивление воды.  Снятие психологической и физической активности. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ, указания.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ, указания.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога.  Словесный: объяснения.  Практический: игровой метод, повторение упражнений.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: указания, пояснения.  Практический: игровой метод, повторение упражнений.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: указания, пояснения.  Практический: игровой метод. Образные сравнения. | 1. | |
| **4. «На озере»** | **Цели:** Учить детей делать вдох и задерживать дыхание. Продолжать учить самостоятельно передвигаться по дну бассейна в различных положениях. Учить работать ногами, как при плавании кролем. | **1. Вводная часть.**   * **Разминка на суше.**   *К речке быстрой мы спустились,*  ***(Шагаем на месте).***  *Наклонились, и умылись.*  ***(Наклоны вперед, руки на поясе).***  *Раз, два, три, четыре,*  ***(Наклоны вперед, руки на поясе).***  *Вот как славно освежились.*  *Делать так руками нужно:*  *Вместе — раз, это брасс.*  ***(Круги двумя руками вперед).***  *Одной, другой рукой — это кроль.*  ***(Круги руками поочередно).***  *Все, как один, плывем как дельфин.*  ***(Прыжки на месте).***  *Вышли на берег крутой*  ***(Поднимаемся по лесенке).***  *Но не отправимся домой.*  ***(Спускаемся в воду).***  **2. Основная часть.**   * **Игровое упражнение «Водяные жуки»** * **Упражнение «Фонтан»** * **Игровое упражнение «Принеси игрушку»** * **Игровое упражнение «Надуй шарик»** * **Игра «Наша Таня»**   **3. Заключительная часть.**   * **Игра малой подвижности «Матросская шапка»**   (Стихотворение А. Барто). | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Закрепить горизонтальное положение тела в воде.  Укреплять мышцы ног. Научить не бояться брызг, не отворачиваться от них.  Приучать детей двигаться в воде в разных направлениях, преодолевать сопротивление воды.  Начать учить детей глубокий вдох и постепенный выдох.  Учить бросать мяч из-за головы двумя руками. Приучать детей двигаться в воде в разных направлениях, преодолевать сопротивление воды.  Снятие психологической и физической активности. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Образные сравнения, выполнение в различном темпе, с разной амплитудой.  Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры, помощь педагога.  Словесный: объяснения.  Практический: игровой метод, повторение упражнений.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: указания, пояснения.  Практический: игровой метод, повторение упражнений.  Наглядный: показ, имитация, помощь педагога.  Словесный: указания, пояснения.  Практический: повторение упражнений, игровой метод.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: указания, пояснения.  Практический: игровой метод, повторение упражнений.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: указания, пояснения.  Практический: игровой метод. Образные сравнения. | 1. | |
| **5. «Прогулка в парк»** | **Цели:** учить детей пролезать в обруч, не касаясь его руками; уметь работать ногами, как при плавании кролем; погружаться в воду. | **1. Вводная часть**   * **Разминка**   **«Начинается разминка»**  *Начинается разминка.*  *Встали, выровняли спинки.*  *Вправо-влево наклонились*  *И еще раз повторили*  ***(Наклоны в стороны)***  *Приседаем мы по счету,*  *Раз-два-три-четыре-пять.*  *Это нужная работа –*  *Мышцы ног тренировать.*  ***(Приседания).***  *А теперь рывки руками*  *Выполняем вместе с вами.*  ***(Рывки руками перед грудью).***  **2. Основная часть**   * **Игра** «Маленькие и большие ноги» * **Игра** «Карусели»   *Карусели, карусели,*  *Мы с тобой на лодку сели*  ***(Дети идут по кругу, взявшись за руки)***  *И поехали, и поехали*  ***(Идут по всему бассейну, имитируя движения веслами).***  *Карусели, карусели,*  *Мы с тобой на лошадь сели*  ***(Дети изображают галоп лошади, при этом цокая языком)***  *И поехали, и поехали.*  *Карусели, карусели*  ***(Дети идут по кругу),***  *Мы с тобой в машину сели*  ***(Изображают машину, произнося звук «р-р-р»)***  *И поехали, и поехали.*  *Карусели, карусели*  ***(Дети идут по кругу),***  *Мы с тобой на поезд сели*  ***(Руки на пояс во время движения произносить «чу-чу-чу»)***  *И поехали, и поехали.*   * **Игра** «Поезд в туннеле» * **Игровое упражнение** «Резвый мячик» * **Игра** «Хоровод»   *Мы идем, идем, идем*  ***(Идут по кругу, взявшись за руки),***  *Хоровод ведем, ведем.*  *Сосчитаем до пяти*  *Ну попробуй нас найти*  ***(На счет «5» дети опускаются под воду)***  *Раз, два, три, четыре, пять.*  **3. Заключительная часть**   * **Игра малой подвижности «Баю-бай»** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Продолжать учить погружаться в воду.  Приучать преодолевать сопротивление воды.  Учить пролезать в обруч не опуская лица в воду.  Учить делать глубокий вдох и продолжительный выдох.  Учить погружаться под воду.  Снятие эмоционального напряжения. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Использование образных сравнений.  Наглядный: имитация, зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: указания, название упражнений.  Практической: игровой метод.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: объяснение, указания.  Практический: игровой метод.  Наглядный: показ, образные названия и сравнения, помощь педагога.  Словесный: указания, пояснения.  Практический: игровой и контрольный метод.  Наглядный: показ.  Словесный: указания.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ.  Словесный: объяснения.  Практический: игровой метод, повторение упражнений.  Словесный: пояснения.  Практический: повторение упражнений, игровой метод. | 1. | |
| **6. «Водяной зоопарк»** | **Цели:** учить детей отгадывать загадывать загадки; продолжать учить передвигаться по дну бассейна в различных положениях; закреплять умение ходить на пятках, высоко поднимая колени; побуждать опускать лицо в воду с открытыми глазами. | **1. Вводная часть.**   * **Разминка.**   **«Раз-два-три-четыре-пять»**  *Чтоб получше нам размяться,*  *Будем глубже наклоняться.*  *Наклоняемся вперед,*  *А потом наоборот.*  ***(Наклоны вперед и назад).***  *Вот еще одно заданье –*  *Выполняем приседанья.*  *Не ленитесь приседать!*  *Раз-два-три-четыре-пять.*  *(****Приседания).***  *Мы шагаем дружно, бодро,*  *Но пора закончить отдых.*  ***(Ходьба на месте).***  **2. Основная часть.**   * **Загадка.**   *Вдоль по речке, по водице*  *Плывет лодок вереница,*  *Впереди корабль плывет,*  *За собою их ведет.*  *Весел нет у малых лодок,*  *А корабль больно ходок.*  *Вправо, влево, взад, вперед*  *Всю ватагу повернет.*  *(Утка)*   * **Игра «Утка и утята»** * **Загадка**   *По реке плывет бревно.*  *Ох, и злющее оно!*  *Тем, кто в речку угодил,*  *Нос откусит… (крокодил).*   * **Игра «Крокодилы на охоте»** * **Загадка**   *Все движутся вперед,*  *А он наоборот.*  *Он может два часа подряд*  *Все время двигаться назад.*  *(Рак).*   * **Игра «Раки»** * **Игра «Цапли»** * **Упражнение «Ходьба в воде»** * **Игра «Смелые ребята»**   **3. Заключительная часть.**   * **Игра малой подвижности «Найди, что покажу»** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Продолжать учить передвигаться по дну бассейна в различных положениях.  Развивать координацию движений.  Развивать координацию движений.  Развивать координацию движений.  Закреплять умение ходить на пятках: «кочергой», «клюшкой», «растопыркой».  Учить погружаться в воду с открытыми глазами.  Снятие психологической и физической нагрузки. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: показ, имитация.  Словесный: указания, распоряжения, команды.  Практический: игровой метод.  Наглядный: имитация.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод.  Наглядный: имитация.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод.  Наглядный: имитация.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры, имитация.  Словесный: распоряжение, название упражнений.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: помощь педагога.  Словесный: объяснение.  Практический: игровой метод.  Методический прием: Постепенное усложнение игры.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: указания, пояснения.  Практический: игровой метод. Образные сравнения. | 1. | |
| **7.** | **Цели:** продолжать учить пролезать в обруч, не касаясь его руками; работать ногами, как при плавании кролем, учить находить свое место в колонне; дуть на воду; ориентироваться в пространстве; побуждать детей опускать лицо в оду с открытыми глазами. | **1. Вводная часть.**   * **Разминка.**   **«Начинается разминка»**  *Начинается разминка.*  *Встали, выровняли спинки.*  *Вправо-влево наклонились*  *И еще раз повторили*  ***(Наклоны в стороны)***  *Приседаем мы по счету,*  *Раз-два-три-четыре-пять.*  *Это нужная работа –*  *Мышцы ног тренировать.*  ***(Приседания).***  *А теперь рывки руками*  *Выполняем вместе с вами.*  ***(Рывки руками перед грудью).***  **2. Основная часть.**   * **Игра «Фонтаны»** * **Игра «Поезд в туннель»** * **Игра «Море волнуется»** * **Игра «Подуем на воду»** * **Игра «Усатый сом»** * **Игра «Бегом за мечом»**   **3. Заключительная часть.**   * **Свободное плавание.** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Упражнение для ног.  Учить пролезать в обруч, погружая лицо в воду.  Приучать преодолевать сопротивление воды.  Учить делать глубокий вдох и продолжительный выдох.  Совершенствовать у детей ориентирование в воде.  Научить погружаться с головой в воду с открытыми глазами.  Приучить детей передвигаться в воде, преодолевать ее сопротивление.  Развивать у детей самостоятельность. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: показ, имитация.  Словесный: объяснения, указания, названия упражнений.  Практический: игровой метод, повторение упражнений.  Наглядный: показ, имитация.  Словесный: объяснения, указания, названия упражнений.  Практический: игровой метод, повторение упражнений.  Наглядный: показ, имитация.  Словесный: объяснения, указания, названия упражнений.  Практический: игровой метод.  Методические приемы: использование игрушек.  Наглядный: показ.  Словесный: объяснения, указания.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: имитация.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод.  Методические приемы: использование игрушек.  На различной глубине, в разных направлениях.  Наглядный: имитация.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод.  Методические приемы: использование игрушек.  На различной глубине, в разных направлениях. | 1. | |
| **8.** | **Цели:** развивать ориентировку в пространстве; помочь детям руками почувствовать сопротивление воды; учить их смело погружаться в воду, продолжать учить движениям ногами, как при плавании кролем; обучать выдоху в воду. | **1. Основная часть.**   * **Разминка.**   **«Начинается разминка»**  *Начинается разминка.*  *Встали, выровняли спинки.*  *Вправо-влево наклонились*  *И еще раз повторили*  ***(Наклоны в стороны)***  *Приседаем мы по счету,*  *Раз-два-три-четыре-пять.*  *Это нужная работа –*  *Мышцы ног тренировать.*  ***(Приседания).***  *А теперь рывки руками*  *Выполняем вместе с вами.*  ***(Рывки руками перед грудью).***  **2. Основная часть.**   * **Игра «Кузнечики»** * **Игра «Волны на море»** * **Игра «Щука»** * **Игра «Фонтан»** * **Игровое упражнение «Гудок»** * **Игра «Хоровод»**   **3. Заключительная часть.**   * **Свободное плавание.** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Упражнять детей в разных видах передвижения в воде.  Приучить преодолевать сопротивление воды.  Учить детей смело погружаться в воду, а так же осваивать погружение в воду с головой.  Научить не бояться брызг, продолжать учить движениям ногами.  Обучать выдоху в воду.  Учить детей погружаться с головой в воду.  Развивать самостоятельность детей. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: имитация, зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: указания.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, имитация.  Словесный: объяснения, указания.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания.  Практический: игровой метод.  Наглядный: показ, имитация.  Словесный: указания.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: имитация, указания, показ.  Словесный: объяснения, указания.  Практический: повторение упражнения.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: указания, объяснения.  Практический: игровой метод.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод.  Методические приемы: использование игрушек. | 1. | |
| **9.** | **Цели:** продолжать детей учить делать движения ногами, как при плавании кролем; знакомить с сопротивлением воды. | **1. Основная часть.**   * **Разминка**   **«Мы по лугу прогулялись»**  *Мы по лугу прогулялись*  *И немножко отдохнем.*  ***(Шагаем на месте).***  *Встанем, глубоко вздохнем.*  *Руки в стороны, вперед.*  ***(Развели руки в стороны, вперед).***  *Чудеса у нас на свете:*  *Стали карликами дети*  ***(Присели).***  *А потом все дружно встали,*  *Великанами мы стали.*  ***(Встали).***  *Дружно хлопаем,*  ***(Хлопаем в ладоши).***  *Ногами топаем!*  ***(Топаем ногами).***  *Хорошо мы погуляли*  *И нисколько не устали!*  ***(Шагаем на месте).***  **2. Основная часть.**   * **Игры «Лягушата» и «Найди свой домик» чередуются.** * **Игра «Подуем на чай»** * **Игра «Волны на море»** * **Игровое упражнение «Насос»**   **3. Заключительная часть.**   * **Свободное плавание с мячами.** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Приучать детей ориентироваться в необычных условиях, внимательно слушать сигналы и действовать в соответствии с ними.  Учить делать продолжительный выдох.  Познакомить с сопротивлением воды.  Учить делать выдох в воду.  Развивать самостоятельность детей. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: указания, распоряжения.  Практический: игровой метод.  Методический прием: передвижение шагом, бегом, прыжками.  Наглядный: показ.  Словесный: объяснение, указания.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: выдох через рот непосредственно в воду в ограниченное пространство.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, имитация.  Словесный: объяснения, название упражнений.  Практический: повторение упражнений, контрольный метод.  Методический прием: постепенное усложнение.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод.  Методические приемы: использование игрушек. | 1. | |
| **10.** | **Цели:** продолжать учить свободно передвигаться в воде; учить делать выдох в воду; отталкиваться руками о воду; работать ногами, как при плавании кролем. | **1. Основная часть.**   * **Разминка**   **«Мы по лугу прогулялись»**  *Мы по лугу прогулялись*  *И немножко отдохнем.*  ***(Шагаем на месте).***  *Встанем, глубоко вздохнем.*  *Руки в стороны, вперед.*  ***(Развели руки в стороны, вперед).***  *Чудеса у нас на свете:*  *Стали карликами дети*  ***(Присели).***  *А потом все дружно встали,*  *Великанами мы стали.*  ***(Встали).***  *Дружно хлопаем,*  ***(Хлопаем в ладоши).***  *Ногами топаем!*  ***(Топаем ногами).***  *Хорошо мы погуляли*  *И нисколько не устали!*  ***(Шагаем на месте).***  **2. Основная часть.**   * **Загадка**   *Сильнее солнца, слабее ветра,*  *Ног нет, а идет, глаз нет, а плачет.* ***(Туча и дождь).***   * **Игра «Дождик»** * **Упражнение «Фонтаны»** * **Игра «Плыви, игрушка»** * **Игра «Переправа»** * **Игра «Принеси игрушку и посчитай»**   **3. Заключительная часть.**  **Свободное плавание.** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Приучать детей не бояться воды, брызг.  Упражнения для ног.  Учить делать выдох в воду.  Дать почувствовать сопротивление воды для правильного выполнения гребковых движений рук.  Приучать детей двигаться в воде в разных направлениях, преодолевать сопротивление воды.  Развивать самостоятельность детей. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: имитация.  Словесный: беседа, рассказ.  Практический: игровой метод.  Наглядный: показ.  Словесный: объяснения, указания.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ.  Словесный: объяснения, распоряжения.  Практический: повторение упражнений, игровой метод.  Методический прием: выдох через рот на игрушку.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: имитация гребковых движений.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: распоряжения.  Практический: игровой метод.  Методический прием: использование игрушек. | 1. | |
| **11.** | **Цели:** продолжать учить не бояться воды; работать руками и ногами, как при плавании кролем; ориентироваться в пространстве; продолжать выполнять выдох в воду. | **1. Основная часть.**   * **Разминка.**   **«Упражненья»**  *Крутим мельницу вперед,*  *А потом наоборот.*  ***(Вращение прямыми руками вперед и назад).***  *Наклоняться будем все,*  *Будто прыгаем в бассейн.*  ***(Наклон вперед).***  *А потом назад прогнемся,*  *Хорошенько разомнемся.*  ***(Наклоны назад).***  *И попрыгать нам пора,*  *Мы не прыгали с утра.*  ***(Прыжки на месте).***  *Шаг на месте в заключенье.*  *Это тоже упражненье.*  ***(Ходьба на месте).***  **2. Основная часть**   * **Ходьба полупрясядом** * **Игровое упражнение «Кипятим воду в котле»** * **Игровое упражнение «Утки-нырки»** * **Упражнение «Медуза»** * **Упражнение «Мостик»** * **Игра «Найди свой домик»**   **3. Заключительная часть.**   * **Игра малой подвижности «Сделай фигуру»** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Развивать ориентирование в воде.  Изучать погружение в воду с головой, выполняя полный выдох в воду.  Освоение безопорного положения в воде.  Учить лежать в воде без движения.  Освоение исходного положения для выполнения движений ногами.  Развивать и ориентирование в воде.  Снизить эмоциональное и физическое напряжение. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: указания, объяснения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, имитация.  Словесный: объяснение, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ.  Словесный: объяснения, указания.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания.  Практический: повтор упражнений.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: указания, распоряжения.  Практический: игровой метод.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод. | 1. | |
| **12.** | **Цели:** учить ложиться на спину; продолжать учить не бояться воды; работать руками и ногами, как при плавании кролем; ориентироваться в пространстве; продолжать выполнять выдох в воду. | **1. Основная часть.**   * **Разминка.**   **«Упражненья»**  *Крутим мельницу вперед,*  *А потом наоборот.*  ***(Вращение прямыми руками вперед и назад).***  *Наклоняться будем все,*  *Будто прыгаем в бассейн.*  ***(Наклон вперед).***  *А потом назад прогнемся,*  *Хорошенько разомнемся.*  ***(Наклоны назад).***  *И попрыгать нам пора,*  *Мы не прыгали с утра.*  ***(Прыжки на месте).***  *Шаг на месте в заключенье.*  *Это тоже упражненье.*  ***(Ходьба на месте).***  **2. Основная часть.**   * **Игра «Фонтан»** * **Игра «Пузыри - у кого больше»** * **Игровое упражнение «Мельница»** * **Упражнение «Ляг на спину»** * **Игра «Гуси»**   **3. Заключительная часть.**   * **Игра малой подвижности «Найди, что назову»** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Продолжать учить не бояться воды.  Продолжат выполнять продолжительный выдох в воду.  Учить работать руками как при плавании кролем.  Учить ложиться на спину.  Упражнять детей в разных видах передвижения в воде.  Учить погружаться в воду с открытыми глазами. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: показ.  Словесный: объяснения, указания.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: объяснения, указания.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: выдох через рот до появления пузырей.  Наглядный: показ, имитация, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: имитация гребковых движений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: использование специального инвентаря (досточки).  Наглядный: имитация.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод.  Наглядный: имитация.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод. | 1. | |
| **13.** | **Цели:** продолжать учить проходить в обруч, не держась за него руками; погружать лицо в воду; работать руками и ногами, как при плавании кролем. | **1. Вводная часть.**   * **Разминка.**   *Хомка-хомка, хомячок,*  *Полосатенький бочок.*  *Хомка раненько встает,*  *Щеки моет, шейку трет.*  *Подметает хомка хатку*  *И выходит на зарядку.*  *Раз, два, три, четыре, пять!*  ***(Дети имитируют все движения хомячка).***  **2. Основная часть.**   * **Игровое упражнение «Ножницы» - держась за поручень** * **Игра «Утка и утята»** * **Игра «По реке плывет кораблик»** * **Игровое упражнение «Ляг на спину»** * **Игра «Пароходы в тоннеле»** * **Игра «Карусели»**   *Еле, еле, еле, еле*  *Завертелись карусели.*  *А потом, потом, потом*  *Все бегом, бегом, бегом.*  *Тише, тише, не спешите,*  *Карусель остановите.*  **3. Заключительная часть.**   * **Игра малой подвижности «Найди что назову»** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Отрабатывать движения прямыми ногами, как при способе кроль.  Приучать детей свободно передвигаться в акватории бассейна с дополнительными заданиями.  Приучать детей свободно передвигаться в акватории бассейна с дополнительными заданиями.  Формировать навыки лежания на спине.  Учить детей погружаться в воду с головой.  Приучать детей двигаться по кругу, не бояться воды.  Учить погружаться в воду с открытыми глазами. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: показ.  Словесный: объяснения, указания.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Методический прием: использование игрушек.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: использование специального инвентаря (досточки).  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: имитация.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод.  Наглядный: имитация.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод. | 1. | |
| **14.** | **Цели:** продолжать учить погружать лицо в воду, открывать лицо под водой. Продолжать учить работать руками и ногами, как при плавании кролем, делать выдох в воду. | **1. Вводная часть.**   * **Разминка.**   *Хомка-хомка, хомячок,*  *Полосатенький бочок.*  *Хомка раненько встает,*  *Щеки моет, шейку трет.*  *Подметает хомка хатку*  *И выходит на зарядку.*  *Раз, два, три, четыре, пять!*  ***(Дети имитируют все движения хомячка).***  **2. Основная часть.**   * **Игра «Утка и утята»** * **Игра «Фонтаны» - держась за поручень.** * **Игра «Гудок»** * **Игра «Мельница»** * **Упражнение «Ляг на воду»** * **Игровое упражнение «Кто дальше?»** * **Игра «Кто быстрей найдет фигуру»**   **3. Заключительная часть.**   * **Игра малой подвижности «Найди, что назову»** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Продолжать разучивать разные виды передвижения в воде.  Упражнение для ног.  Упражнение на дыхание.  Упражнение для рук.  Учить детей ложиться и лежать на спине.  Учить детей выполнять скольжение на груди.  Развивать внимание детей.  Учить погружаться в воду с открытыми глазами. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: команды, указания.  Практический: игровой метод.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснение.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: имитация.  Словесный: объяснение, указания.  Практический: повторение упражнений, контрольный метод.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: разучивание по частя, повторение.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: использование вспомогательных снарядов (досточки).  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: пояснения, указания.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод.  Методический прием: использование игрушек.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод. | 1. | |
| **15.** | **Цели:** продолжать учить делать выдох в воду; передвигаться по дну бассейна в различных положениях; побуждать принимать безопорное положение в воде; продолжать учить работать руками и ногами, как при плавании кролем. | **1. Вводная часть.**   * **Разминка.**   **«На зарядку становись!»**  *На зарядку становись!*  *Вверх рука, другая вниз!*  ***(Одна прямая рука вверх, дрыгая вниз, рывком меняем руки).***  *Повторяем упражненье,*  *Делаем быстрей движенья.*  ***(Руки перед грудью, рывки руками).***  *Раз – вперед наклонимся.*  *Два – назад прогнемся.*  *И наклоны в стороны*  *Делать мы возьмемся.*  ***(Наклоны вперед, назад и в стороны).***  *Приседания опять*  *Будем дружно выполнять.*  *Раз – два – три – четыре – пять.*  *Кто там начал отставать?*  ***(Приседания).***  *На ходьбу мы перейдем,*  *(Ходьба на месте).*  ***Заниматься мы начнем.***  **2. Основная часть.**   * **Игра «Утки - нырки»** * **Игра «Крокодилы на охоте»** * **Игра «Крокодилы»** * **Игровое упражнение «Фонтаны» - держась за поручень** * **Игра «Веселые пузыри»** * **Игровое упражнение «Кто дальше?»**   **3. Заключительная часть.**   * **Игра малой подвижности «Покажи повадки животных»** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Освоение безопорного положения в воде.  Передвижения в воде.  Передвижения в воде на руках.  Упражнение для ног.  Упражнение на дыхание.  Учить детей выполнять скольжение на груди.  Снизить эмоциональное и физическое напряжение. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: показ, имитация.  Словесный: объяснения, указания.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: указания, команды.  Практический: игровой метод.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: указания, команды.  Практический: игровой метод.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснение.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: имитация.  Словесный: объяснение, указания.  Практический: повторение упражнений, контрольный метод.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: пояснения, указания.  Практический: повторение упражнений.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод. | 1. | |
| **16.** | **Цели:** учить детей выполнять движения в соответствии с текстом; продолжать учить делать выдох в воду; погружаться под воду с головой; ориентироваться в пространстве; учить детей принимать безопорное положение. Развивать координацию. | **1. Вводная часть.**   * **Разминка.**   **«На зарядку становись!»**  *На зарядку становись!*  *Вверх рука, другая вниз!*  ***(Одна прямая рука вверх, дрыгая вниз, рывком меняем руки).***  *Повторяем упражненье,*  *Делаем быстрей движенья.*  ***(Руки перед грудью, рывки руками).***  *Раз – вперед наклонимся.*  *Два – назад прогнемся.*  *И наклоны в стороны*  *Делать мы возьмемся.*  ***(Наклоны вперед, назад и в стороны).***  *Приседания опять*  *Будем дружно выполнять.*  *Раз – два – три – четыре – пять.*  *Кто там начал отставать?*  ***(Приседания).***  *На ходьбу мы перейдем,*  *(Ходьба на месте).*  ***Заниматься мы начнем.***  **2. Основная часть.**   * **Игровое упражнение «Фонтан» - держась за поручень** * **Игра «Пузыри, кто больше»** * **Игровое упражнение «Мельница»** * **Игровое упражнение «Звездочка»** * **Игровое упражнение «Стрела»** * **Игра «Смелые ребята»**   **3. Заключительная часть.**   * **Игра малой подвижности «Найди такую же фигуру»** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Упражнение для ног.  Упражнение на дыхание.  Упражнение для рук.  Учить лежать на груди и спине.  Учить детей выполнять скольжение на груди.  Упражнять в погружении в воду с головой.  Снизить эмоциональную и физическую нагрузку. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснение.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: имитация.  Словесный: объяснение, указания.  Практический: повторение упражнений, контрольный метод.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: разучивание по частя, повторение.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: пояснения, указания.  Практический: повторение упражнений.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод. | 1. | |
| **17.** | **Цели:** продолжать учить детей работать руками и ногами, как при плавании кролем из положения стоя; продолжать учить погружаться в воду с головой и делать выдох в воду; создавать условия для овладения детьми умением принимать безопорное положение. | **1. Основная часть.**   * **Разминка.**   **«Вверх ладошки»**  *Вверх ладошки! Хлоп! Хлоп!*  *По коленкам – шлеп, шлеп!*  *По плечам теперь похлопай!*  *По бокам себя пошлепай!*  *Можем хлопнуть за спиной!*  *Хлопаем перед собой!*  *Вправо можем! Влево можем!*  ***(Хлопки согласно тексту).***  *И крест-накрест руки сложим.*  ***(Руки сложили накрест перед грудью).***  **2. Основная часть.**   * **Игровое упражнение «Фонтаны» - держась за поручень.** * **Игра «Акула»** * **Игровое упражнение «Звездочка»** * **Игра «Старинный пароход»** * **Игра «Моторная лодка на пристани»**   **3. Заключительная часть.**   * **Свободное плавание.** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Укрепление мышц спины, живота, ног.  Продолжать учиться погружаться в воду с головой.  Освоение безопорного положения в воде.  Учить скольжению со вспомогательным предметом.  Учить скольжению с движениями ног.  Учить самостоятельности детей. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснение.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: использование вспомогательных снарядов (досточки).  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: использование вспомогательных снарядов (досточки).  Словесный: указания.  Практический: игровой метод.  Методический прием: использование игрушек. | 1. | |
| **18.** | **Цели:** продолжать учить погружаться под воду с головой; делать продолжительный выдох в воду; работать руками и ногами, как при плавании кролем. | **1. Основная часть.**   * **Разминка.**   **«Вверх ладошки»**  *Вверх ладошки! Хлоп! Хлоп!*  *По коленкам – шлеп, шлеп!*  *По плечам теперь похлопай!*  *По бокам себя пошлепай!*  *Можем хлопнуть за спиной!*  *Хлопаем перед собой!*  *Вправо можем! Влево можем!*  ***(Хлопки согласно тексту).***  *И крест-накрест руки сложим.*  ***(Руки сложили накрест перед грудью).***  **2. Основная часть.**   * **Игра «Плывет, плывет кораблик»** * **Игра «Щука»** * **Игра «Торпеды»** * **Игра «Плывет, плывет кораблик»** * **Игра «Моторные лодки»**   **3. Заключительная часть.**   * **Игра малой подвижности** **«Найди такую же фигуру»** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Приучать детей передвигаться в воде друг за другом, не бояться воды.  Учить детей смело погружаться в воду, а так же погружаться в воду с головой.  Освоение скольжения на спине.  Продолжать учить скольжению на вспомогательном предмете.  Продолжать учить скольжению на вспомогательном предмете с движением ног, как при плавании кролем.  Снизить эмоциональную и физическую нагрузку. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: указания, команды.  Практический: игровой метод.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: использование вспомогательных снарядов (досточки).  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: использование вспомогательных снарядов (досточки).  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод.  Методический прием: использование игрушек. | 1. | |
| **19.** | **Цели:** продолжать учить делать выдох в воду; упражнять работать ногами с помощью неподвижной и подвижной опор; продолжать учить ложиться на воду. | **1. Основная часть.**   * **Разминка.**   **«Каждый день»**  *Каждый день по утрам*  *Делаем зарядку.*  ***(Ходьба на месте).***  *Очень нравится нам делать по порядку:*  *Весело шагать,*  ***(Ходьба).***  *Руки поднимать,*  ***(Руки вверх).***  *Приседать и вставать,*  ***(Приседание 4 – 6 раз).***  *Прыгать и скакать.*  ***(10 прыжков).***  **2. Основная часть.**   * **Игра «Моторные лодки на пристани»** * **Игровое упражнение «Веселые пузыри»** * **Игровое упражнение «Звездочка»** * **Игра «Моторные лодки»** * **Игровое упражнение «Стрела»** * **Игра «Торпеды»**   **3. Заключительная часть.**   * **Свободное плавание** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Закреплять движения ног у неподвижной опоры.  Упражнение на дыхание.  Закреплять безопорное положение на воде.  Учить скольжению со вспомогательным предметом с движениями ног.  Учить детей выполнять скольжение на груди.  Учить скольжению на спине.  Приучать детей к свободному передвижению в воде. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснение.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: имитация.  Словесный: объяснение, указания.  Практический: повторение упражнений, контрольный метод.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: использование вспомогательных снарядов (досточки).  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: использование вспомогательных снарядов (досточки).  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод.  Методический прием: использование игрушек. | 1. | |
| **20.** | **Цели:** продолжать учить работать руками, как при плавании кролем; познакомить с новым приемом (плавание дельфином); учить детей отталкиваться от дна, продолжать учить делать плавный продолжительный выдох в воду. | **1. Основная часть.**   * **Разминка.**   **«Каждый день»**  *Каждый день по утрам*  *Делаем зарядку.*  ***(Ходьба на месте).***  *Очень нравится нам делать по порядку:*  *Весело шагать,*  ***(Ходьба).***  *Руки поднимать,*  ***(Руки вверх).***  *Приседать и вставать,*  ***(Приседание 4 – 6 раз).***  *Прыгать и скакать.*  ***(10 прыжков).***  **2. Основная часть.**   * **Упражнение «Кто выше прыгнет»** * **Игра «Мельница»** * **Упражнение «Дельфин»** * **Игровое упражнение «Резвый мячик»** * **Упражнение «Стрела»** * **Игра «Бегом за мячом»**   **3. Заключительная часть.**   * **Игра малой подвижности «Волны на море»** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Учить преодолевать сопротивление воды.  Упражнение для рук.  Познакомить с новым приемом, плавание «дельфином».  Упражнение на дыхание.  Учить детей выполнять скольжение на груди.  Приучать детей передвигаться в разных направлениях, преодолевая сопротивления воды.  Учить преодолевать сопротивление воды. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: имитация.  Словесный: объяснение, указания.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: разучивание по частям, повторение.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: имитация.  Словесный: объяснение, указания.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: использование вспомогательных снарядов (досточки).  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: команды.  Практический: игровой метод.  Методический прием: использование игрушек.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод. | 1. | |
| **21.** | **Цели:** учить работать ногами кролем с подвижной опорой (на груди); ложиться на спину с поддержкой; продолжать учить делать выдох в воду. | **1. Вводная часть.**   * **Разминка.**   **«Зарядка»**  *Руки потянули вверх,*  *Словно там висит орех.*  ***(Потягивания – руки вверх).***  *Тянем в стороны потом,*  *Словно обнимаем дом.*  ***(Потягивания – руки в стороны).***  *Ноги врозь, на пояс руки.*  *Влево плечи разверни.*  *А теперь направо. Ну-ка!*  *Упражненье повтори.*  ***(Вращение туловищем в стороны).***  *А теперь пора попрыгать,*  *Как лягушка: прыг – прыг – прыг.*  *Кто устать боится мигом,*  *Кто к зарядке не привык?*  ***(Прыжки на месте).***  **2. Основная часть.**   * **Игра «Плыви, игрушка»** * **Игра «Веселые пузыри»** * **Игровое упражнение «Ляг на спину»** * **Игровое упражнение «Торпеды»** * **Игра «Буксир»** * **Игра «Карусели»**   **3. Заключительная часть.**   * **Свободное плавание.** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Упражнение на дыхание.  Упражнение на дыхание с погружением в воду.  Учить ложиться на спину с поддержкой и лежать на спине.  Учить скольжению на спине.  Учить принимать горизонтальное положение в воде.  Способствовать освоению с водой, ходьба и бег в воде.  Воспитывать самостоятельность. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: имитация.  Словесный: объяснение, указания.  Практический: повторение упражнений, контрольный метод.  Наглядный: имитация.  Словесный: объяснение, указания.  Практический: повторение упражнений, контрольный метод.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: использование вспомогательных снарядов (досточки).  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: имитация.  Словесный: объяснения, распоряжения.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: работа детей в парах.  Словесный: рассказ, указания.  Практический: игровой метод.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод. | 1. | |
| **22.** | **Цели:** продолжать учить принимать безопорное положение в воде; работать руками и ногами, как при плавании кролем; делать выдох в воду; ориентироваться под водой. | **1. Вводная часть.**   * **Разминка.**   **«Зарядка»**  *Руки потянули вверх,*  *Словно там висит орех.*  ***(Потягивания – руки вверх).***  *Тянем в стороны потом,*  *Словно обнимаем дом.*  ***(Потягивания – руки в стороны).***  *Ноги врозь, на пояс руки.*  *Влево плечи разверни.*  *А теперь направо. Ну-ка!*  *Упражненье повтори.*  ***(Вращение туловищем в стороны).***  *А теперь пора попрыгать,*  *Как лягушка: прыг – прыг – прыг.*  *Кто устать боится мигом,*  *Кто к зарядке не привык?*  ***(Прыжки на месте).***  **2. Основная часть.**   * **Игра «Веселые пузыри»** * **Игра «Мельница»** * **Игровое упражнение «Звездочка»** * **Игровое упражнение «Поплавок»** * **Игровое упражнение «Стрела»** * **Игра «Буксир»** * **Игровое упражнение**   **«Водолазы»**  **3. Заключительная часть.**   * **Свободное плавание** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Упражнять в выполнении выдоха в воду и правильном вдохе.  Упражнение для рук.  Осваивать безопорное положение на груди.  Учить всплыванию.  Учить скользить на груди, отталкиваясь ногами от дна.  Учить принимать горизонтальное положение в воде.  Приучать смело открывать глаза в воде, рассматривать предметы под водой.  Приучать детей самостоятельно передвигаться в воде. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: имитация.  Словесный: объяснение, указания.  Практический: повторение упражнений, контрольный метод.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: разучивание по частям, повторение.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: имитация.  Словесный: объяснения, распоряжения.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: работа детей в парах.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод.  Методический прием: в различных условиях использование снарядов, игрушек.  Практический: игровой метод. | 1. | |
| **23.** | **Цели:** продолжать учить делать длительный выдох в воду; принимать безопорное положение на груди с подвижной опорой; погружаться под воду с открытыми глазами; закреплять умение работать ногами, как при плавании кролем (с подвижной опорой). | **1. Вводная часть.**   * **Разминка.**   **«Дышим носом глубоко»**  *Дышим носом глубоко.*  *Поднимаемся легко.*  ***(Приседания).***  *Наклоняемся вперед,*  *Прогибаемся назад.*  *Как деревья ветер гнет,*  *Так качаемся мы в лад.*  ***(Наклоны взад и вперед).***  *Головой теперь покрутим.*  *Так мы лучше думать будем!*  *Поворот и поворот,*  *А потом наоборот.*  ***(Вращение головой в стороны).***  *Встанем, дети, на носочки.*  ***(Потягивания – руки вверх).***  *На зарядке ставим точку.*  **2. Основная часть.**   * **Упражнение «Фонтаны»** * **Игра «Веселые пузыри»** * **Игровое упражнение «Баю-бай»** * **Упражнение «Я плыву» (на груди)** * **Упражнение «Друг за другом»** * **Игра «Водолазы»**   **3. Заключительная часть.**   * **Свободное плавание** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Упражнение для ног.  Упражнение на дыхание.  Учить лежать на спине с доской.  Упражнять в скольжении на груди с движениями ног.  Учить скользить с подвижной опорой приемом «кроль».  Приучать смело открывать глаза в воде, рассматривать предметы под водой.  Приучать детей самостоятельно передвигаться в воде. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснение.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: имитация.  Словесный: объяснение, указания.  Практический: повторение упражнений, контрольный метод.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: использование вспомогательных снарядов (досточки).  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: использование вспомогательных снарядов (досточки).  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод.  Методический прием: в различных условиях использование снарядов, игрушек.  Словесный: указания, распоряжения.  Практический: игровой метод. | 1. | |
| **24.** | **Цели:** продолжать учить детей принимать безопорное положение; то же на спине с подвижной опорой; работать ногами, как при плавании кролем; делать выдох в воду, полностью погружаясь подводу. | **1. Вводная часть.**   * **Разминка.**   **«Дышим носом глубоко»**  *Дышим носом глубоко.*  *Поднимаемся легко.*  ***(Приседания).***  *Наклоняемся вперед,*  *Прогибаемся назад.*  *Как деревья ветер гнет,*  *Так качаемся мы в лад.*  ***(Наклоны взад и вперед).***  *Головой теперь покрутим.*  *Так мы лучше думать будем!*  *Поворот и поворот,*  *А потом наоборот.*  ***(Вращение головой в стороны).***  *Встанем, дети, на носочки.*  ***(Потягивания – руки вверх).***  *На зарядке ставим точку.*  **2. Основная часть.**   * **Игровое упражнение «Журавль»** * **Игровое упражнение «Звездочка»** * **Игровое упражнение «Стрела»** * **Игровое упражнение «Поплавок»** * **Упражнение «Насос»** * **Игровое упражнение «Торпеды»** * **Игровое упражнение «Баю-бай»**   **3. Заключительная часть.**   * **Игра малой подвижности «Найди, что показала»** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Развивать координацию движений.  Осваивать безопорное положение на груди.  Упражнять в скольжении на груди.  Упражнение на внимательность, выполняется по показу карточек-схем.  Упражнение на дыхание и погружение под воду.  Упражнять в скольжении на спине.  Учить лежать на спине с доской.  Развивать внимание. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: показ, имитация.  Словесный: указания.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: использование карточек-схем.  Наглядный: имитация.  Словесный: объяснение, указания.  Практический: повторение упражнений, контрольный метод.  Методический прием: работа детей в парах.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: использование вспомогательных снарядов (досточки).  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: указания. | 1. | |
| **25. «Защитники»** | **Цели:** продолжать работать руками, как при плавании кролем, делать выдох в воду; учить согласовывать слово с движениями; знакомить с новым приемом плавания: дельфином. | **1. Вводная часть.**   * **Разминка.**   **«Дышим носом глубоко»**  *Дышим носом глубоко.*  *Поднимаемся легко.*  ***(Приседания).***  *Наклоняемся вперед,*  *Прогибаемся назад.*  *Как деревья ветер гнет,*  *Так качаемся мы в лад.*  ***(Наклоны взад и вперед).***  *Головой теперь покрутим.*  *Так мы лучше думать будем!*  *Поворот и поворот,*  *А потом наоборот.*  ***(Вращение головой в стороны).***  *Встанем, дети, на носочки.*  ***(Потягивания – руки вверх).***  *На зарядке ставим точку.*  **2. Основная часть.**   * **Игровое упражнение «Аист»** * **Игровое упражнение «Неваляшки»** * **Игра «Старинный корабль»** * **Игровое упражнение «Дельфины»** * **Игра «Любопытные рыбки»** * **Игра «Смелые ребята»**   *Мы ребята смелые,*  *Смелые, умелые,*  *Если захотим –*  *Через воду поглядим.*  **3. Заключительная часть.**   * **Игра малой подвижности «Прыгает, не прыгает»** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Развивать координацию движений.  Упражнять в погружении в воду с головой.  Приучать передвигаться в воде друг за другом.  Продолжать знакомить с новой техникой плавания.  Учить делать выдох в воду с поворотом головы в сторону для вдоха.  Учить погружаться с головой в воду с открытыми глазами.  Снятие эмоциональной и физической нагрузки. Развивать внимание. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: показ, имитация.  Словесный: указания.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, имитация.  Словесный: указания.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: использование вспомогательных снарядов (досточки).  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: указания, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, имитация.  Словесный: указания.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: рассказ, объяснения.  Практический: игровой метод.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод. | 1. | |
| **26. «Спасатели»** | **Цели:** закреплять умение передвигаться по дну бассейна на руках, делая выдох в воду; продолжать учить работать ногами, как при плавании кролем, с продвижением на руках по дну бассейна; продолжать учить принимать безопорное положение на груди и на спине. | **1. Вводная часть.**   * **Разминка.**   **«Начинается разминка»**  *Начинается разминка.*  *Встали, выровняли спинки.*  *Вправо-влево наклонились*  *И еще раз повторили.*  ***(Наклоны в стороны).***  *Приседаем мы по счету,*  *Раз – два – три – четыре – пять.*  *Это нужная работа –*  *Мышцы ног тренировать.*  ***(Приседания).***  *А теперь рывки рывками*  *Выполняем вместе с нами.*  ***(Рывки руками перед грудью).***  **2. Основная часть.**   * **Упражнение «Фонтаны»** * **Игровое упражнение «Мельница»** * **Упражнение «Мостик»** * **Игровое упражнение «Звездочка»** * **Игровое упражнение «Стрела»** * **Игра «Утки-нырки»** * **Игра «Крокодил на охоте»**   **3. Заключительная часть.**   * **Игра малой подвижности «Прыгает, не прыгает»** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Упражнение для ног.  Упражнение для рук.  Учить принимать правильное горизонтальное положение в воде.  Осваивать безопорное положение на груди.  Упражнять в скольжении на груди.  Освоение безопорного положения в воде.  Продолжать учить передвигаться по дну бассейна в различных положениях.  Снятие эмоциональной и физической нагрузки. Развивать внимание. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснение.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснение.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, имитация.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод. | 1. | |
| **27.** | **Цели:** продолжать учить детей принимать безопорное положение на груди; переворачиваться с груди на спину; работать ногами с продвижением вперед с помощью партнера. | **1. Вводная часть.**   * **Разминка.**   **«Начинается разминка»**  *Начинается разминка.*  *Встали, выровняли спинки.*  *Вправо-влево наклонились*  *И еще раз повторили.*  ***(Наклоны в стороны).***  *Приседаем мы по счету,*  *Раз – два – три – четыре – пять.*  *Это нужная работа –*  *Мышцы ног тренировать.*  ***(Приседания).***  *А теперь рывки рывками*  *Выполняем вместе с нами.*  ***(Рывки руками перед грудью).***  **2. Основная часть.**   * **Игровое упражнение «Ныряльщик»** * **Игра «Поднырни»** * **Игровое упражнение «Дельфины»** * **Игра «Мельница»** * **Игра «Буксир»** * **Игровое упражнение «Сядь на дно»** * **Игра «Зеркало»**   **3. Заключительная часть.**   * **Свободное плавание** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Учить свободно погружаться в воду с головой.  Погружение с головой в воду.  Учить нырянию в обруч.  Упражнение для рук.  Учить принимать горизонтальное положение в воде.  Учить делать выдох в воду.  Активировать внимание детей; воспитывать организованность.  Приучать детей самостоятельно передвигаться в воде. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснение.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснение.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснение.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: имитация.  Словесный: объяснения, распоряжения.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: работа детей в парах.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Словесный: указания, распоряжения.  Практический: игровой метод. |  | |
| **28.** | **Цели:** учить детей скользить на груди с подвижной опорой; умение лежать на воде на задержке дыхания. | **1. Вводная часть.**   * **Разминка.**   **«Дождь!»**  *Дождь! Дождь! Надо нам*  *Расходиться по домам!*  ***(Шагаем на месте).***  *Гром! Гром, как из пушек.*  *Нынче праздник для лягушек.*  ***(Прыжки на месте).***  *Град! Град! Сыплет град,*  *Все под крышами сидят.*  ***(Присели, хлопки в ладоши).***  *Только мой братишка в луже*  *Ловит рыбу нам на ужин.*  ***(Шагаем на месте).***  **2. Основная часть.**   * **Игра «Веселые пузыри»** * **Игра «Лягушата»** * **Упражнение «Медуза»** * **Игровое упражнение «Торпеды»** * **Игровые упражнения «Стрела»** * **Игра «Охотники и утки»**   **3. Заключительная часть.**   * **Свободное плавание.** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Упражнение на дыхание.  Погружение в воду с головой.  Осваивать безопорное положение на груди.  Упражнять в скольжении на спине.  Упражнять в скольжении на груди.  Упражнять в погружении в воду с головой.  Приучать детей самостоятельно передвигаться в воде. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: имитация.  Словесный: объяснение, указания.  Практический: повторение упражнений, контрольный метод.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснение.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ.  Словесный: объяснения, указания.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Словесный: указания, распоряжения.  Практический: игровой метод. | 1. | |
| **29.** | **Цели:** закреплять умение передвигаться в воде, погружаться в воду с закрытыми глазами; умение лежать на воде на задержке дыхания. | **1. Вводная часть.**   * **Разминка.**   **«Дождь!»**  *Дождь! Дождь! Надо нам*  *Расходиться по домам!*  ***(Шагаем на месте).***  *Гром! Гром, как из пушек.*  *Нынче праздник для лягушек.*  ***(Прыжки на месте).***  *Град! Град! Сыплет град,*  *Все под крышами сидят.*  ***(Присели, хлопки в ладоши).***  *Только мой братишка в луже*  *Ловит рыбу нам на ужин.*  ***(Шагаем на месте).***  **2. Основная часть.**   * **Игровое упражнение «Достань игрушку»** * **Игра «Веселые пузыри»** * **Игровое упражнение «Поплавок»** * **Упражнение «Торпеда»** * **Упражнение «Стрела»** * **Игра «Совушка-сова»**   **3. Заключительная часть.**   * **Игра малой подвижности «Летает – не летает»** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Закреплять умение погружаться в воду с открытыми глазами.  Упражнение на дыхание.  Упражнение на внимательность, выполняется по показу карточек-схем.  Разучивать скольжение на спине отталкиваясь от бортика бассейна.  Упражнять в скольжении на груди.  Активизировать внимание детей.  Сбросить интенсивное физическое напряжение. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: указания.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: использование игрушек.  Наглядный: имитация.  Словесный: объяснение, указания.  Практический: повторение упражнений, контрольный метод.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: использование карточек-схем.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод. |  | |
| **30.** | **Цели:** продолжать учить детей принимать безопорное положение на груди; переворачиваться с груди на спину; работать ногами с продвижением вперед с помощью партнера. | **Вводная часть.**   * **Разминка.**   **«Начинается разминка»**  *Начинается разминка.*  *Встали, выровняли спинки.*  *Вправо-влево наклонились*  *И еще раз повторили.*  ***(Наклоны в стороны).***  *Приседаем мы по счету,*  *Раз – два – три – четыре – пять.*  *Это нужная работа –*  *Мышцы ног тренировать.*  ***(Приседания).***  *А теперь рывки рывками*  *Выполняем вместе с нами.*  ***(Рывки руками перед грудью).***  **2. Основная часть.**   * **Игровое упражнение «Ныряльщик»** * **Игра «Поднырни»** * **Игровое упражнение «Дельфины»** * **Игра «Мельница»** * **Игра «Буксир»** * **Игровое упражнение «Сядь на дно»** * **Игра «Зеркало»**   **3. Заключительная часть.**  **Свободное плавание** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Учить свободно погружаться в воду с головой.  Погружение с головой в воду.  Учить нырянию в обруч.  Упражнение для рук.  Учить принимать горизонтальное положение в воде.  Учить делать выдох в воду.  Активировать внимание детей; воспитывать организованность.  Приучать детей самостоятельно передвигаться в воде. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснение.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснение.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснение.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: имитация.  Словесный: объяснения, распоряжения.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: работа детей в парах.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Словесный: указания, распоряжения.  Практический: игровой метод. | 1. | |
| **31.** | **Цели:** продолжать учить принимать безопорное положение в воде; работать руками и ногами, как при плавании кролем; делать выдох в воду; ориентироваться под водой. | **1. Вводная часть.**   * **Разминка.**   **«Зарядка»**  *Руки потянули вверх,*  *Словно там висит орех.*  ***(Потягивания – руки вверх).***  *Тянем в стороны потом,*  *Словно обнимаем дом.*  ***(Потягивания – руки в стороны).***  *Ноги врозь, на пояс руки.*  *Влево плечи разверни.*  *А теперь направо. Ну-ка!*  *Упражненье повтори.*  ***(Вращение туловищем в стороны).***  *А теперь пора попрыгать,*  *Как лягушка: прыг – прыг – прыг.*  *Кто устать боится мигом,*  *Кто к зарядке не привык?*  ***(Прыжки на месте).***  **2. Основная часть.**   * **Игра «Веселые пузыри»** * **Игра «Мельница»** * **Игровое упражнение «Звездочка»** * **Игровое упражнение «Поплавок»** * **Игровое упражнение «Стрела»** * **Игра «Буксир»** * **Игровое упражнение**   **«Водолазы»**  **3. Заключительная часть.**  **Свободное плавание** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Упражнять в выполнении выдоха в воду и правильном вдохе.  Упражнение для рук.  Осваивать безопорное положение на груди.  Учить всплыванию.  Учить скользить на груди, отталкиваясь ногами от дна.  Учить принимать горизонтальное положение в воде.  Приучать смело открывать глаза в воде, рассматривать предметы под водой.  Приучать детей самостоятельно передвигаться в воде. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: имитация.  Словесный: объяснение, указания.  Практический: повторение упражнений, контрольный метод.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: разучивание по частям, повторение.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: имитация.  Словесный: объяснения, распоряжения.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: работа детей в парах.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод.  Методический прием: в различных условиях использование снарядов, игрушек.  Практический: игровой метод. |  | |
| **32.** | **Цели:** продолжать работать руками, как при плавании кролем, делать выдох в воду; учить согласовывать слово с движениями; знакомить с новым приемом плавания: дельфином. | **1. Вводная часть.**   * **Разминка.**   **«Дышим носом глубоко»**  *Дышим носом глубоко.*  *Поднимаемся легко.*  ***(Приседания).***  *Наклоняемся вперед,*  *Прогибаемся назад.*  *Как деревья ветер гнет,*  *Так качаемся мы в лад.*  ***(Наклоны взад и вперед).***  *Головой теперь покрутим.*  *Так мы лучше думать будем!*  *Поворот и поворот,*  *А потом наоборот.*  ***(Вращение головой в стороны).***  *Встанем, дети, на носочки.*  ***(Потягивания – руки вверх).***  *На зарядке ставим точку.*  **2. Основная часть.**   * **Игровое упражнение «Аист»** * **Игровое упражнение «Неваляшки»** * **Игра «Старинный корабль»** * **Игровое упражнение «Дельфины»** * **Игра «Любопытные рыбки»** * **Игра «Смелые ребята»**   *Мы ребята смелые,*  *Смелые, умелые,*  *Если захотим –*  *Через воду поглядим.*  **3. Заключительная часть.**  **Игра малой подвижности «Прыгает, не прыгает»** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Развивать координацию движений.  Упражнять в погружении в воду с головой.  Приучать передвигаться в воде друг за другом.  Продолжать знакомить с новой техникой плавания.  Учить делать выдох в воду с поворотом головы в сторону для вдоха.  Учить погружаться с головой в воду с открытыми глазами.  Снятие эмоциональной и физической нагрузки. Развивать внимание. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: показ, имитация.  Словесный: указания.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, имитация.  Словесный: указания.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: использование вспомогательных снарядов (досточки).  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: указания, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, имитация.  Словесный: указания.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: рассказ, объяснения.  Практический: игровой метод.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод. | 1. | |
| **33.** | **Цели:** продолжать учить делать выдох в воду; упражнять работать ногами с помощью неподвижной и подвижной опор; продолжать учить ложиться на воду. | **1. Основная часть.**   * **Разминка.**   **«Каждый день»**  *Каждый день по утрам*  *Делаем зарядку.*  ***(Ходьба на месте).***  *Очень нравится нам делать по порядку:*  *Весело шагать,*  ***(Ходьба).***  *Руки поднимать,*  ***(Руки вверх).***  *Приседать и вставать,*  ***(Приседание 4 – 6 раз).***  *Прыгать и скакать.*  ***(10 прыжков).***  **2. Основная часть.**   * **Игра «Моторные лодки на пристани»** * **Игровое упражнение «Веселые пузыри»** * **Игровое упражнение «Звездочка»** * **Игра «Моторные лодки»** * **Игровое упражнение «Стрела»** * **Игра «Торпеды»**   **3. Заключительная часть.**  **Свободное плавание** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Закреплять движения ног у неподвижной опоры.  Упражнение на дыхание.  Закреплять безопорное положение на воде.  Учить скольжению со вспомогательным предметом с движениями ног.  Учить детей выполнять скольжение на груди.  Учить скольжению на спине.  Приучать детей к свободному передвижению в воде. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснение.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: имитация.  Словесный: объяснение, указания.  Практический: повторение упражнений, контрольный метод.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: использование вспомогательных снарядов (досточки).  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: использование вспомогательных снарядов (досточки).  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод.  Методический прием: использование игрушек. |  | |
| **34.** | **Цели:** продолжать учить ложиться на спину; продолжать учить не бояться воды; работать руками и ногами, как при плавании кролем; ориентироваться в пространстве; продолжать выполнять выдох в воду. | **1. Основная часть.**   * **Разминка.**   **«Упражненья»**  *Крутим мельницу вперед,*  *А потом наоборот.*  ***(Вращение прямыми руками вперед и назад).***  *Наклоняться будем все,*  *Будто прыгаем в бассейн.*  ***(Наклон вперед).***  *А потом назад прогнемся,*  *Хорошенько разомнемся.*  ***(Наклоны назад).***  *И попрыгать нам пора,*  *Мы не прыгали с утра.*  ***(Прыжки на месте).***  *Шаг на месте в заключенье.*  *Это тоже упражненье.*  ***(Ходьба на месте).***  **2. Основная часть.**   * **Игра «Фонтан»** * **Игра «Пузыри - у кого больше»** * **Игровое упражнение «Мельница»** * **Упражнение «Ляг на спину»** * **Игра «Гуси»**   **3. Заключительная часть.**   * **Игра малой подвижности «Найди, что назову»** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Продолжать учить не бояться воды.  Продолжат выполнять продолжительный выдох в воду.  Учить работать руками как при плавании кролем.  Учить ложиться на спину.  Упражнять детей в разных видах передвижения в воде.  Учить погружаться в воду с открытыми глазами. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: показ.  Словесный: объяснения, указания.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: объяснения, указания.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: выдох через рот до появления пузырей.  Наглядный: показ, имитация, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: имитация гребковых движений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: использование специального инвентаря (досточки).  Наглядный: имитация.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод.  Наглядный: имитация.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод. | 1. | |
| **35.** | **Цели:** закреплять умение передвигаться по дну бассейна на руках, делая выдох в воду; продолжать учить работать ногами, как при плавании кролем, с продвижением на руках по дну бассейна; продолжать учить принимать безопорное положение на груди и на спине. | **1. Вводная часть.**   * **Разминка.**   **«Начинается разминка»**  *Начинается разминка.*  *Встали, выровняли спинки.*  *Вправо-влево наклонились*  *И еще раз повторили.*  ***(Наклоны в стороны).***  *Приседаем мы по счету,*  *Раз – два – три – четыре – пять.*  *Это нужная работа –*  *Мышцы ног тренировать.*  ***(Приседания).***  *А теперь рывки рывками*  *Выполняем вместе с нами.*  ***(Рывки руками перед грудью).***  **2. Основная часть.**   * **Упражнение «Фонтаны»** * **Игровое упражнение «Мельница»** * **Упражнение «Мостик»** * **Игровое упражнение «Звездочка»** * **Игровое упражнение «Стрела»** * **Игра «Утки-нырки»** * **Игра «Крокодил на охоте»**   **3. Заключительная часть.**  **Игра малой подвижности «Прыгает, не прыгает»** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Упражнение для ног.  Упражнение для рук.  Учить принимать правильное горизонтальное положение в воде.  Осваивать безопорное положение на груди.  Упражнять в скольжении на груди.  Освоение безопорного положения в воде.  Продолжать учить передвигаться по дну бассейна в различных положениях.  Снятие эмоциональной и физической нагрузки. Развивать внимание. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснение.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснение.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, имитация.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод.  Словесный: указания.  Практический: игровой метод. |  | |
| **36.** | **Цели:** закреплять умение передвигаться в воде, погружаться в воду с закрытыми глазами; умение лежать на воде на задержке дыхания. | **1. Вводная часть.**   * **Разминка.**   **«Дождь!»**  *Дождь! Дождь! Надо нам*  *Расходиться по домам!*  ***(Шагаем на месте).***  *Гром! Гром, как из пушек.*  *Нынче праздник для лягушек.*  ***(Прыжки на месте).***  *Град! Град! Сыплет град,*  *Все под крышами сидят.*  ***(Присели, хлопки в ладоши).***  *Только мой братишка в луже*  *Ловит рыбу нам на ужин.*  ***(Шагаем на месте).***  **2. Основная часть.**   * **Игровое упражнение «Достань игрушку»** * **Игра «Веселые пузыри»** * **Игровое упражнение «Поплавок»** * **Упражнение «Торпеда»** * **Упражнение «Стрела»** * **Игра «Совушка-сова»**   **3. Заключительная часть.**  **Игра малой подвижности «Летает – не летает»** | Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на активную работу и контакт друг с другом.  Закреплять умение погружаться в воду с открытыми глазами.  Упражнение на дыхание.  Упражнение на внимательность, выполняется по показу карточек-схем.  Разучивать скольжение на спине отталкиваясь от бортика бассейна.  Упражнять в скольжении на груди.  Активизировать внимание детей.  Сбросить интенсивное физическое напряжение. | Наглядный: показ, имитация.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Формы организации: образные сравнения.  Наглядный: зрительные и звуковые ориентиры.  Словесный: указания.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: использование игрушек.  Наглядный: имитация.  Словесный: объяснение, указания.  Практический: повторение упражнений, контрольный метод.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Методический прием: использование карточек-схем.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, пояснения.  Практический: повторение упражнений.  Наглядный: показ, помощь педагога.  Словесный: объяснения, указания, название упражнения.  Практический: повторение упражнений.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод.  Словесный: рассказ.  Практический: игровой метод. | | 1. |