



Департамент образования администрации
города Нижнего Новгорода

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования «Дворец детского
(юношеского) творчества им.В.П.Чкалова»

ПРИНЯТА

Решением Педагогического совета
МБУ ДО ДДТ им.В.П.Чкалова
протокол №3 от 10.09.2020

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБУДО ДДТ
им.В.П.Чкалова
Н.В.Панова
приказ 186-Д от 10.11.2020



**Рабочая программа
педагога дополнительного образования
Рыжова Владимира Владимировича
на 2020-2021 учебный год**

г. Нижний Новгород, 2020 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«секции плавания»**

Цель на 2020-2021 уч. год:

- Обучение плаванию и физическое развитие детей с 6 до 12 лет.

Задачи:

1. Познакомиться с правилами поведения в бассейне

2. Обучить основам плавания

-1 год обучения:

1. Научить плавать способом «кроль на спине» 25м

-2 год обучения:

1. научить плавать способом «кроль на груди» 25м

-3 год обучения:

1. Научить плавать способом «басс» 25м

-4 год обучения:

1. Совершенствование трех способов плавания

-5 год обучения:

1. Совершенствование трех способов плавания.

2. Ознакомление с дополнительными способами плавания

3. Прикладное плавание

Программа была выполнена в полном объеме.

Учебный план

Год обучения или структурное подразделение	Количество групп	Недельная нагрузка	Количество учащихся в группе	Возраст	познавательная деятельность	исполнительская деятельность	творческая деятельность	коммуникативная деятельность	Индивидуальные часы	Всего часов по программе
1 год обучения, группа №25	1	2	15	6-7	6,5	60	0	5,5	0	72
2 год обучения, группа №26,27	2	2	15	7-8	4	64	0	4	0	72
2 год обучения, группа №12	1	2	15	7-8	4	64	0	4	0	72
3 год обучения, группы №28	1	2	15	8-9	8,5	60,5	0	3	0	72
3 год обучения,	3	2	15	8-9	8,5	60,5	0	3	0	72

группы №13, №14, №18										
4 год обучения, группа №29	1	2	15	9-10	4,5	65,5	0	2	0	72
4 год обучения, группа №15	1	2	15	9-10	4,5	65,5	0	2	0	72
5 год обучения, группа №16, №17, №19	3	2	15	10-11	4,5	65,5	0	2	0	72

Организационный модуль

№ п/п	Мероприятия	Сроки выполнения
1.	Комплектование групп	Сентябрь
2.	Родительское собрание	Сентябрь, октябрь
3.	Вводный инструктаж по технике безопасности	Октябрь
4.	Заполнение журнала учета занятий	После каждого занятия
5.	Участие в производственных совещаниях отдела	По плану
6.	Участие в малых педагогических советах	По плану
7.	Приобретение нового инвентаря и оборудования (ремонт старого)	В течение года
8.	Подготовка к ДОЛ «Звездочка»	Май

Информационно-методический модуль

№ п/п	Мероприятия	Сроки выполнения
1.	Доработка авторской дополнительной образовательной общеразвивающей программы.	В течение года
2.	Оформление планов учебных занятий	В течение года

Консультативно - обучающий модуль

№ п/п	Мероприятия	Сроки выполнения
1.	Консультации для родителей	В течение года
2.	Открытые занятия для родителей	Декабрь, май

Деятельностный модуль
Тематический поурочный план (на каждую группу)

Группа №12 (2 год обучения)

№ п/п	Месяц	Содержание занятия	Всего часов
1	Октябрь	Ознакомление с задачами на учебный год. Беседа по технике безопасности и гигиене.	1
2		Поиск различных предметов под водой	1
3		Поиск различных предметов под водой	1
4		Эстафеты в воде с предметами	1
5		Эстафеты в воде с предметами	1
6		Скольжения с разным положением рук.	1
7		Скольжения с разным положением рук.	1
8		Скольжения с разным положением рук.	1
9		Скольжения с разным положением рук.	1
10	Ноябрь	Объяснения правильной работы ног на груди и спине. Работа ног на груди и спине с доской.	1
11		Работа ног на груди и спине с доской.	1
12		Работа ног на груди и спине с доской.	1
13		Работа ног на груди и спине с доской.	1
14		Работа ног на груди и спине с доской.	1
15		Работа ног на груди и спине с доской.	1
16		Работа ног на груди и спине с доской.	1
17	Декабрь	Плавание на груди и спине с помощью ног 0,5 бассейна с доской, без доски.	1
18		Плавание на груди и спине с помощью ног 0,5 бассейна с доской, без доски.	1
19		Плавание на груди и спине с помощью ног 0,5 бассейна с доской, без доски.	1
20		Плавание на груди и спине с помощью ног 25 метров с доской, без доски.	1
21		Промежуточная аттестация (зачетное занятие) Плавание на груди и спине с помощью ног 25 метров с доской, без доски.	1
22		Открытый урок для родителей. Плавание на груди и спине с помощью ног 25 метров с доской, без доски.	1
23		Плавание на груди и спине с помощью ног 25 метров с доской, без доски.	1
24		Плавание на груди и спине с помощью ног 25 метров с доской, без доски.	1
25		Плавание на груди и спине с помощью ног 25 метров с доской, без доски.	1
26	Январь	Беседа по технике безопасности и гигиене. Ознакомление с работой рук одновременно, попеременно на спине с дыханием.	1
27		Ознакомление с работой рук одновременно, попеременно на спине с дыханием.	1
28		Ознакомление с работой рук одновременно, попеременно на спине с дыханием.	1
29		Ознакомление с работой рук одновременно, попеременно на спине с дыханием.	1
30		Ознакомление с работой рук одновременно, попеременно на спине с дыханием. Чкаловские заплывы.	1
31		Ознакомление с работой рук одновременно, попеременно на спине с дыханием.	1

32		Ознакомление с работой рук одновременно, попеременно на спине с дыханием.	1
33	Февраль	Проплавание 25 м с полной координацией движений и дыханием на спине.	1
34		Проплавание 25 м с полной координацией движений и дыханием на спине.	1
35		Проплавание 25 м с полной координацией движений и дыханием на спине.	1
36		Проплавание 25 м с полной координацией движений и дыханием на спине.	1
37		Проплавание 25 м с полной координацией движений и дыханием на спине.	1
38		Проплавание 25 м с полной координацией движений и дыханием на спине.	1
39		Проплавание 25 м с полной координацией движений и дыханием на спине.	1
40		Проплавание 25 м с полной координацией движений и дыханием на спине.	1
41		Март	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине.
42	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине.		1
43	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине.		1
44	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине.		1
45	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине.		1
46	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине.		1
47	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине.		1
48	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине.		1
49	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине.		1
50	Апрель	Проплавание способом «кроль на спине» по 25 м	1
51		Проплавание способом «кроль на спине» по 25 м	1
52		Проплавание способом «кроль на спине» по 25 м	1
53		Проплавание способом «кроль на спине» по 25 м	1
54		Проплавание способом «кроль на спине» по 25 м	1
55		Проплавание способом «кроль на спине» по 25 м	1
56		Проплавание способом «кроль на спине» по 25 м	1
57		Проплавание способом «кроль на спине» по 25 м	1
58		Проплавание способом «кроль на спине» по 25 м	1
59	Май	Плавание способом «кроль на спине», старты, повороты.	1
60		Плавание способом «кроль на спине», старты, повороты	1
61		Промежуточная аттестация (зачетное занятие) Плавание способом «кроль на спине» по 25 м.	1
62		Открытый урок для родителей. Плавание способом «кроль на спине», старты, повороты	1
63		Плавание способом «кроль на спине», старты, повороты	1
64		Плавание способом «кроль на спине», старты, повороты	1
65		Плавание способом «кроль на спине», старты, повороты	1
66		Плавание способом «кроль на спине», старты, повороты	1
67		Июнь	Плавание на спине со старта, эстафеты, прыжки в воду
68	Плавание на спине со старта, эстафеты, прыжки в воду		1
69	Плавание на спине со старта, эстафеты, прыжки в воду		1
70	Плавание на спине со старта, эстафеты, прыжки в воду		1
71	Плавание на спине со старта, эстафеты, прыжки в воду		1
72	Игры в воде с предметами		1
Итого			72

Группа №13,14,18 (3 год обучения)

№ п/п	Месяц	Содержание занятия	Всего часов
1	Октябрь	Ознакомление с задачами на учебный год. Беседа по технике безопасности и гигиене.	1
2		Поиск различных предметов под водой	1
3		Поиск различных предметов под водой	1
4		Эстафеты в воде с предметами	1
5		Эстафеты в воде с предметами	1
6		Скольжения с разным положением рук.	1
7		Скольжения с разным положением рук.	1
8		Скольжения с разным положением рук.	1
9		Скольжения с разным положением рук.	1
10	Ноябрь	Объяснения правильной работы ног на груди и спине. Работа ног на груди и спине с доской.	1
11		Работа ног на груди и спине с доской.	1
12		Работа ног на груди и спине с доской.	1
13		Работа ног на груди и спине с доской.	1
14		Работа ног на груди и спине с доской.	1
15		Работа ног на груди и спине с доской.	1
16		Работа ног на груди и спине с доской.	1
17	Декабрь	Плавание на груди и спине с помощью ног 0,5 бассейна с доской, без доски.	1
18		Плавание на груди и спине с помощью ног 0,5 бассейна с доской, без доски.	1
19		Плавание на груди и спине с помощью ног 0,5 бассейна с доской, без доски.	1
20		Плавание на груди и спине с помощью ног 25 метров с доской, без доски.	1
21		Промежуточная аттестация (зачетное занятие) Плавание на груди и спине с помощью ног 25 метров с доской, без доски.	1
22		Открытый урок для родителей. Плавание на груди и спине с помощью ног 25 метров с доской, без доски.	1
23		Плавание на груди и спине с помощью ног 25 метров с доской, без доски.	1
24		Плавание на груди и спине с помощью ног 25 метров с доской, без доски.	1
25		Плавание на груди и спине с помощью ног 25 метров с доской, без доски.	1
26	Январь	Беседа по технике безопасности и гигиене. Ознакомление с работой рук одновременно, попеременно на спине с дыханием.	1
27		Ознакомление с работой рук попеременно на груди с дыханием.	1
28		Ознакомление с работой рук попеременно на груди с дыханием.	1
29		Ознакомление с работой рук попеременно на груди с дыханием.	1
30		Ознакомление с работой рук попеременно на груди с дыханием. Чкаловские заплывы.	1
31		Ознакомление с работой рук попеременно на груди с дыханием.	1
32		Ознакомление с работой рук попеременно на груди с дыханием.	1
33	Февраль	Проплавание 25 м с полной координацией движений и дыханием на спине.	1
34		Проплавание 25 м с полной координацией движений и дыханием на груди.	1
35		Проплавание 25 м с полной координацией движений и дыханием на груди.	1

36		Проплавание 25 м с полной координацией движений и дыханием на груди.	1
37		Проплавание 25 м с полной координацией движений и дыханием на груди.	1
38		Проплавание 25 м с полной координацией движений и дыханием на груди.	1
39		Проплавание 25 м с полной координацией движений и дыханием на груди.	1
40		Проплавание 25 м с полной координацией движений и дыханием на груди.	1
41	Март	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на груди.	1
42		Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на груди.	1
43		Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на груди.	1
44		Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на груди.	1
45		Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на груди.	1
46		Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на груди.	1
47		Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на груди.	1
48		Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на груди.	1
49		Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на груди.	1
50	Апрель	Проплавание способом «кроль на груди» по 25 м	1
51		Проплавание способом «кроль на груди» по 25 м	1
52		Проплавание способом «кроль на груди» по 25 м	1
53		Проплавание способом «кроль на груди» по 25 м	1
54		Проплавание способом «кроль на груди» по 25 м	1
55		Проплавание способом «кроль на груди» по 25 м	1
56		Проплавание способом «кроль на груди» по 25 м	1
57		Проплавание способом «кроль на груди» по 25 м	1
58		Проплавание способом «кроль на груди» по 25 м	1
59	Май	Плавание способом «кроль на груди», старты, повороты.	1
60		Плавание способом «кроль на груди», старты, повороты	1
61		Промежуточная аттестация (зачетное занятие) Плавание способом «кроль на груди» по 25 м.	1
62		Открытый урок для родителей. Плавание способом «кроль на груди», старты, повороты	1
63		Плавание способом «кроль на груди», старты, повороты	1
64		Плавание способом «кроль на груди», старты, повороты	1
65		Плавание способом «кроль на груди», старты, повороты	1
66		Плавание способом «кроль на груди», старты, повороты	1
67	Июнь	Плавание на спине со старта, эстафеты, прыжки в воду	1
68		Плавание на спине со старта, эстафеты, прыжки в воду	1
69		Плавание на спине со старта, эстафеты, прыжки в воду	1
70		Плавание на спине со старта, эстафеты, прыжки в воду	1
71		Плавание на спине со старта, эстафеты, прыжки в воду	1
72		Игры в воде с предметами	1
Итого			72

Группа №15 (4 год обучения)

№ п/п	Месяц	Содержание занятия	Всего часов
1	Октябрь	Беседа по технике безопасности и гигиене. Игра в воде	1
2		Эстафеты в воде с предметами.	1
3		Эстафеты в воде с предметами.	1
4		Эстафеты в воде с предметами.	1
5		Работа рук и ног способом «кроль» на груди и спине	1

6		Работа рук и ног способом «кроль» на груди и спине	1
7		Плавание способом «кроль» на груди и спине	1
8		Плавание способом «кроль» на груди и спине	1
9		Плавание способом «кроль» на груди и спине	1
10	Ноябрь	Ознакомление со способом «брасс».	1
11		Ознакомление со способом «брасс».	1
12		Освоение работы ног способом «брасс».	1
13		Освоение работы ног способом «брасс».	1
14		Освоение работы ног способом «брасс».	1
15		Освоение работы ног способом «брасс».	1
16		Освоение работы ног способом «брасс».	1
17	Декабрь	Работа рук способом «брасс»	1
18		Работа рук способом «брасс»	1
19		Работа рук способом «брасс»	1
20		Работа рук способом «брасс»	1
21		Промежуточная аттестация (зачетное занятие) Основы плавания способом «брасс»	1
22		Открытый урок для родителей. Работа рук способом «брасс»	1
23		Работа рук способом «брасс»	1
24		Работа рук способом «брасс»	1
25	Работа рук способом «брасс»	1	
26	Январь	Беседа по технике безопасности и гигиене. Освоение способа «брасс» с полной координацией движений	1
27		Освоение способа «брасс» с полной координацией движений	1
28		Освоение способа «брасс» с полной координацией движений	1
29		Освоение способа «брасс» с полной координацией движений	1
30		Освоение способа «брасс» с полной координацией движений. Чкаловские заплывы.	1
31		Освоение способа «брасс» с полной координацией движений	1
32		Освоение способа «брасс» с полной координацией движений	1
33	Февраль	Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами	1
34		Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами	1
35		Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами	1
36		Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами	1
37		Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами	1
38		Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами	1
39		Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами	1
40		Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами	1
41	Март	Совершенствование работы ног при плавании на груди и спине тремя способами	1
42		Совершенствование работы ног при плавании на груди и спине тремя способами	1
43		Совершенствование работы ног при плавании на груди и спине тремя способами	1
44		Совершенствование работы ног при плавании на груди и спине тремя способами	1

45		Совершенствование работы ног при плавании на груди и спине тремя способами	1
46		Совершенствование работы ног при плавании на груди и спине тремя способами	1
47		Совершенствование работы ног при плавании на груди и спине тремя способами	1
48		Совершенствование работы ног при плавании на груди и спине тремя способами	1
49		Совершенствование работы ног при плавании на груди и спине тремя способами	1
50	Апрель	Плавание тремя способами по 25 м. Изучение поворотов, стартов	1
51		Плавание тремя способами по 25 м. Изучение поворотов, стартов	1
52		Плавание тремя способами по 25 м. Изучение поворотов, стартов	1
53		Плавание тремя способами по 25 м. Изучение поворотов, стартов	1
54		Плавание тремя способами по 25 м. Изучение поворотов, стартов	1
55		Плавание тремя способами по 25 м. Изучение поворотов, стартов	1
56		Плавание тремя способами по 25 м. Изучение поворотов, стартов	1
57		Плавание тремя способами по 25 м. Изучение поворотов, стартов	1
58		Плавание тремя способами по 25 м. Изучение поворотов, стартов	1
59		Май	Плавание тремя способами по 25 м. выполняя старты и повороты.
60	Плавание тремя способами по 25 м. выполняя старты и повороты.		1
61	Промежуточная аттестация (зачетное занятие) Умение проплыть тремя способами по 50 м.		1
62	Открытый урок для родителей. Плавание тремя способами по 25 м. выполняя старты и повороты		1
63	Плавание тремя способами по 25 м. выполняя старты и повороты		1
64	Плавание тремя способами по 25 м. выполняя старты и повороты		1
65	Плавание тремя способами по 25 м. выполняя старты и повороты.		1
66	Плавание тремя способами по 25 м. выполняя старты и повороты		1
67	Июнь	Плавание тремя способами по заданию, эстафеты.	1
68		Плавание тремя способами по заданию, эстафеты.	1
69		Плавание тремя способами по заданию, эстафеты.	1
70		Плавание тремя способами по заданию, эстафеты.	1
71		Плавание тремя способами по заданию, эстафеты	1
72		Игры в воде	1
Итого			72

Группа №16, 17, 19 (5 год обучения)

№ п/п	Месяц	Содержание занятия	Всего часов
1	Октябрь	Беседа по технике безопасности и гигиене. Игры в воде	1
2		Эстафеты в воде с предметами, игры.	1
3		Эстафеты в воде с предметами, игры.	1
4		Эстафеты в воде с предметами, игры.	1
5		Эстафеты в воде с предметами, игры.	1
6		Плавание всеми способами по 50м.	1
7		Плавание всеми способами по 50м.	1
8		Плавание всеми способами по 50м.	1
9		Плавание всеми способами по 50м.	1
10	Ноябрь	Освоение работы ног способом «дельфин».	1
11		Освоение работы ног способом «дельфин».	1
12		Освоение работы ног способом «дельфин».	1
13		Освоение работы ног способом «дельфин».	1
14		Работа ног всеми способами	1

15		Работа ног всеми способами	1
16		Работа ног всеми способами	1
17	Декабрь	Работа рук всеми способами на груди и спине.	1
18		Работа рук всеми способами на груди и спине.	1
19		Работа рук всеми способами на груди и спине.	1
20		Работа рук всеми способами на груди и спине.	1
21		Промежуточная аттестация (зачетное занятие) Контроль правильной работы рук всеми способами	1
22		Открытый урок для родителей. Работа рук всеми способами на груди и спине.	1
23		Работа рук всеми способами на груди и спине.	1
24		Работа рук всеми способами на груди и спине.	1
25		Работа рук всеми способами на груди и спине.	1
26		Январь	Техника безопасности. Гигиена. Плавание с различным сочетанием рук и ног. Старты, повороты
27	Плавание с различным сочетанием рук и ног. Старты, повороты		1
28	Плавание с различным сочетанием рук и ног. Старты, повороты		1
29	Плавание с различным сочетанием рук и ног. Старты, повороты		1
30	Плавание с различным сочетанием рук и ног. Старты, повороты. Чкаловские заплывы.		1
31	Плавание с различным сочетанием рук и ног. Старты, повороты		1
32	Плавание с различным сочетанием рук и ног. Старты, повороты		1
33	Февраль	Плавание длинных дистанций всеми способами	1
34		Плавание длинных дистанций всеми способами	1
35		Плавание длинных дистанций всеми способами	1
36		Плавание длинных дистанций всеми способами	1
37		Плавание длинных дистанций всеми способами	1
38		Плавание длинных дистанций всеми способами	1
39		Плавание длинных дистанций всеми способами	1
40		Плавание длинных дистанций всеми способами	1
41	Март	Плавание всеми способами с различной скоростью	1
42		Плавание всеми способами с различной скоростью	1
43		Плавание всеми способами с различной скоростью	1
44		Плавание всеми способами с различной скоростью	1
45		Плавание всеми способами с различной скоростью	1
46		Плавание всеми способами с различной скоростью	1
47		Плавание всеми способами с различной скоростью	1
48		Плавание всеми способами с различной скоростью	1
49		Плавание всеми способами с различной скоростью	1
50	Апрель	Плавание длинных дистанций всеми способами	1
51		Плавание длинных дистанций всеми способами	1
52		Плавание длинных дистанций всеми способами	1
53		Плавание длинных дистанций всеми способами	1
54		Плавание длинных дистанций всеми способами	1
55		Плавание длинных дистанций всеми способами	1
56		Плавание длинных дистанций всеми способами.	1
57		Плавание длинных дистанций всеми способами	1
58		Плавание длинных дистанций всеми способами	1
59	Май	Плавание всеми способами с различной скоростью	1
60		Плавание всеми способами с различной скоростью	1
61		Промежуточная аттестация (зачетное занятие) Проплавание тремя способами по 50 м	1
62		Открытый урок для родителей. Плавание всеми способами с различной скоростью	1

63		Плавание всеми способами с различной скоростью	1
64		Плавание всеми способами с различной скоростью	1
65		Плавание всеми способами с различной скоростью	1
66		Плавание всеми способами с различной скоростью	1
67		Плавание по заданию. Плавание длинных дистанций wybranными способами.	1
68		Плавание по заданию. Плавание длинных дистанций wybranными способами.	1
69		Плавание по заданию. Плавание длинных дистанций wybranными способами.	1
70	Июнь	Плавание по заданию. Плавание длинных дистанций wybranными способами.	1
71		Эстафеты, игры, прыжки в воду	1
72		Эстафеты, игры, прыжки в воду	1
Итого			72

Группа №25 (1 год обучения)

№ п/п	Месяц	Содержание занятия	Всего часов
1	Октябрь	Вводный инструктаж. Беседа по технике безопасности на воде, по правилам поведения, гигиены. Игры, купание	2
2		Игры «брызги», «утки», «караси».	2
3		Игры «брызги», «утки», «караси».	2
4		Игры «брызги», «утки», «караси».	2
5	Ноябрь	Упражнения для преодоления водобоязни. «Водолазы», «Качели», «Поплавок»	2
6		Упражнения для преодоления водобоязни. «Водолазы», «Качели», «Поплавок»	2
7		Упражнения для преодоления водобоязни. «Водолазы», «Качели», «Поплавок».	2
8		Упражнения для преодоления водобоязни. «Водолазы», «Качели», «Поплавок»	2
9		Упражнения для преодоления водобоязни. «Водолазы», «Качели», «Поплавок»	2
10	Декабрь	Объяснение упражнений «поплавок», «медуза», «звезда». Выполнение упражнений «поплавок», «медуза», «звезда». (на груди и спине)	2
11		Выполнение упражнений «поплавок», «медуза», «звезда». (на груди и спине). Промежуточная аттестация (зачетное занятие)	2
12		Выполнение упражнений «поплавок», «медуза», «звезда». (на груди и спине). Открытый урок для родителей.	2
13		Выполнение упражнений «поплавок», «медуза», «звезда». (на груди и спине)	2
14	Январь	Беседа по технике безопасности на воде, по правилам поведения, гигиены Объяснения скольжений и правильность прыжков Скольжения, прыжки в воду	2
15		Скольжения, прыжки в воду	2
16		Скольжения, прыжки в воду. Чкаловские заплывы.	2
17		Скольжения, прыжки в воду	2
18	Февраль	Объяснения правильной работы ног и дыхания. Скольжения, освоение попеременной работы ног, дыхания	2
19		Скольжения, освоение попеременной работы ног, дыхания	2
20		Скольжения, освоение попеременной работы ног, дыхания	2
21		Объяснение работы ног с доской. Работа ног с доской на груди и спине, дыхание	2

22	Март	Работа ног с доской на груди и спине, дыхание	2
23		Работа ног с доской на груди и спине, дыхание	2
24		Работа ног с доской на груди и спине, дыхание	2
25		Работа ног с доской на груди и спине, дыхание	2
26	Апрель	Объяснение работы ног с доской. Работа ног с доской на груди и спине, дыхание	2
27		Работа ног с доской на груди и спине.	2
28		Работа ног с доской на груди и спине, дыхание	2
29		Объяснение работы ног без доски. Работа ног без доски на груди и спине	2
30	Май	Работа ног без доски на груди и спине. Промежуточная аттестация (зачетное занятие)	2
31		Работа ног без доски на груди и спине. Открытый урок для родителей.	2
32		Работа ног без доски на груди и спине	2
33	Июнь	Игры с предметами, прыжки	2
34		Игры с предметами, прыжки	2
35		Игры с предметами, прыжки	2
36		Игры с предметами, прыжки	2
Итого			72

Группа №26,27 (2 год обучения)

№ п/п	Месяц	Содержание занятия	Всего часов
1	Октябрь	Ознакомление с задачами на учебный год. Беседа по технике безопасности и гигиене.	2
2		Поиск различных предметов под водой	2
3		Эстафеты в воде с предметами	2
4		Скольжения с разным положением рук	2
5	Ноябрь	Объяснения правильной работы ног на груди и спине. Работа ног на груди и спине с доской.	2
6		Работа ног на груди и спине с доской.	2
7		Работа ног на груди и спине с доской.	2
8		Работа ног на груди и спине с доской.	2
9		Работа ног на груди и спине с доской.	2
10	Декабрь	Плавание на груди и спине с помощью ног 0,5 бассейна с доской, без доски.	2
11		Промежуточная аттестация (зачетное занятие) Плавание на груди и спине с помощью ног 25 метров с доской, без доски.	2
12		Открытый урок для родителей. Плавание на груди и спине с помощью ног 0,5 бассейна с доской, без доски.	2
13		Плавание на груди и спине с помощью ног 0,5 бассейна с доской, без доски.	2
14	Январь	Беседа по технике безопасности и гигиене. Ознакомление с работой рук одновременно, попеременно на спине с дыханием.	2
15		Ознакомление с работой рук одновременно, попеременно на спине с дыханием.	2
16		Ознакомление с работой рук одновременно, попеременно на спине с дыханием. Чкаловские заплывы.	2
17		Ознакомление с работой рук одновременно, попеременно на спине с дыханием	2
18	Февраль	Проплавание 25 м с полной координацией движений и дыханием на спине.	2
19		Проплавание 25 м с полной координацией движений и дыханием на спине.	2
20		Проплавание 25 м с полной координацией движений и дыханием на	2

		спине.	
21		Проплывание 25 м с полной координацией движений и дыханием на спине.	2
22	Март	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине.	2
23		Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине.	2
24		Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине.	2
25		Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине.	2
26	Апрель	Проплывание способом «кроль на спине» по 25 м	2
27		Проплывание способом «кроль на спине» по 25 м	2
28		Проплывание способом «кроль на спине» по 25 м	2
29		Проплывание способом «кроль на спине» по 25 м	2
30	Май	Промежуточная аттестация (зачетное занятие) Плавание способом «кроль на спине» по 25 м.	2
31		Открытый урок для родителей. Плавание способом «кроль на спине», старты, повороты	2
32		Плавание способом «кроль на спине», старты, повороты.	2
33	Июнь	Плавание способом «кроль на спине», старты, повороты	2
34		Плавание на спине со старта, эстафеты, прыжки в воду	2
35		Плавание на спине со старта, эстафеты, прыжки в воду	2
36		Игры в воде с предметами	2
Итого			72

Группа №28 (3 год обучения)

№ п/п	Месяц	Содержание занятия	Всего часов
1	Октябрь	Ознакомление с задачами на учебный год. Беседа по технике безопасности и гигиене.	2
2		Поиск различных предметов под водой	2
3		Эстафеты в воде с предметами	2
4		Скольжения с разным положением рук.	2
5	Ноябрь	Объяснения правильной работы ног на груди и спине. Работа ног на груди и спине с доской.	2
6		Работа ног на груди и спине с доской.	2
7		Работа ног на груди и спине с доской.	2
8		Работа ног на груди и спине с доской.	2
9		Работа ног на груди и спине с доской.	2
10	Декабрь	Плавание на груди и спине с помощью ног 0,5 бассейна с доской, без доски.	2
11		Промежуточная аттестация (зачетное занятие) Плавание на груди и спине с помощью ног 25 метров с доской, без доски.	2
12		Открытый урок для родителей. Плавание на груди и спине с помощью ног 25м с доской, без доски.	2
13		Плавание на груди и спине с помощью ног 0,5 бассейна с доской, без доски.	2
14	Январь	Беседа по технике безопасности и гигиене. Ознакомление с работой рук одновременно, попеременно на спине с дыханием.	2
15		Ознакомление с работой рук попеременно на груди с дыханием.	2
16		Ознакомление с работой рук попеременно на груди с дыханием. Чкаловские заплывы.	2
17		Ознакомление с работой рук попеременно на груди с дыханием.	2
18	Февраль	Проплывание 25 м с полной координацией движений и дыханием на спине.	2
19		Проплывание 25 м с полной координацией движений и дыханием на груди.	2

20		Проплавание 25 м с полной координацией движений и дыханием на груди.	2
21		Проплавание 25 м с полной координацией движений и дыханием на груди.	2
22	Март	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на груди.	2
23		Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на груди.	2
24		Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на груди.	2
25		Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на груди.	2
26	Апрель	Проплавание способом «кроль на груди» по 25 м	2
27		Проплавание способом «кроль на груди» по 25 м	2
28		Проплавание способом «кроль на груди» по 25 м	2
29		Проплавание способом «кроль на груди» по 25 м	2
30	Май	Промежуточная аттестация (зачетное занятие) Плавание способом «кроль на груди» по 25 м.	2
31		Открытый урок для родителей. Плавание способом «кроль на груди», старты, повороты.	2
32		Плавание способом «кроль на груди», старты, повороты.	2
33	Июнь	Плавание способом «кроль на груди», старты, повороты	2
34		Плавание на спине со старта, эстафеты, прыжки в воду	2
35		Плавание на спине со старта, эстафеты, прыжки в воду	2
36		Игры в воде с предметами	2
Итого			72

Группа №29 (4 год обучения)

№ п/п	Месяц	Содержание занятия	Всего часов
1	Октябрь	Беседа по технике безопасности и гигиене. Игра в воде	2
2		Эстафеты в воде с предметами.	2
3		Работа рук и ног способом «кроль» на груди и спине	2
4		Плавание способом «кроль» на груди и спине	2
5	Ноябрь	Ознакомление со способом «брасс».	2
6		Ознакомление со способом «брасс».	2
7		Освоение работы ног способом «брасс».	2
8		Освоение работы ног способом «брасс».	2
9		Освоение работы ног способом «брасс».	2
10	Декабрь	Работа рук способом «брасс»	2
11		Промежуточная аттестация (зачетное занятие) Основы плавания способом «брасс»	2
12		Работа рук способом «брасс». Открытый урок для родителей.	2
13		Работа рук способом «брасс»	2
14	Январь	Беседа по технике безопасности и гигиене. Освоение способа «брасс» с полной координацией движений	2
15		Освоение способа «брасс» с полной координацией движений	2
16		Освоение способа «брасс» с полной координацией движений. Чкаловские заплывы.	2
17		Освоение способа «брасс» с полной координацией движений	2
18	Февраль	Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами	2
19		Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами	2
20		Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами	2
21		Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами	2

22	Март	Совершенствование работы ног при плавании на груди и спине тремя способами	2
23		Совершенствование работы ног при плавании на груди и спине тремя способами	2
24		Совершенствование работы ног при плавании на груди и спине тремя способами	2
25		Совершенствование работы ног при плавании на груди и спине тремя способами	2
26	Апрель	Плавание тремя способами по 25 м. Изучение поворотов, стартов	2
27		Плавание тремя способами по 25 м. Изучение поворотов, стартов	2
28		Плавание тремя способами по 25 м. Изучение поворотов, стартов	2
29		Плавание тремя способами по 25 м. Изучение поворотов, стартов	2
30	Май	Промежуточная аттестация (зачетное занятие) Умение проплыть тремя способами по 50 м.	2
31		Открытый урок для родителей. Плавание тремя способами по 25 м. выполняя старты и повороты.	2
32		Плавание тремя способами по 25 м. выполняя старты и повороты.	2
33	Июнь	Плавание тремя способами по 25 м. выполняя старты и повороты.	2
34		Плавание тремя способами по заданию, эстафеты.	2
35		Плавание тремя способами по заданию, эстафеты.	2
36		Игры в воде	2
Итого			72

Индивидуальное обучение и обучение по индивидуальным маршрутам

№ п/п	Ф.И. учащегося	Вид обучения	Основание	Название проекта или маршрута	Кол-во часов в год
1.					
2.					

Участие в Мега-проектах программы «Воспитание творчеством»

Проектная линия	Мероприятие	Сроки выполнения
	Промежуточная аттестация (Зачетное занятие) 1 полугодие Гр. №12 Выполнение упражнений «поплавок», «медуза», «звезда» (на груди и спине). Гр. №13 Плавание на груди и спине с помощью ног 25 метров с доской, без доски. Гр. №14 Плавание на груди и спине с помощью ног 25 метров с доской, без доски. Гр. №15 Плавание на груди и спине с помощью ног 25 метров с доской, без доски. Гр. №16 Плавание на груди и спине с помощью ног 25 метров с доской, без доски. Гр. №17 Основы плавания способом «брасс» Гр. №18 Контроль правильной работы рук всеми способами. Гр. №19 Плавание на груди и спине с помощью ног 25 метров с доской, без доски.	16 декабря 2020
	Гр. №25 Выполнение упражнений «поплавок», «медуза», «звезда» (на груди и спине). Гр. №26 Плавание на груди и спине с помощью ног 25 метров с доской, без доски.	13 декабря 2020

«Хочу все знать»	Аттестация обучающихся	Гр. №27 Плавание на груди и спине с помощью ног 25 метров с доской, без доски. Гр. №28 Плавание на груди и спине с помощью ног 25 метров с доской, без доски. Гр. №29 Основы плавания способом «брасс».	
		Промежуточная аттестация (Зачетное занятие) 2 полугодие Гр. №12 Работа ног без доски на груди и спине ½ бассейна. Гр. №13 Плавание способом «кроль на спине» по 25 м. Гр. №14 Плавание способом «кроль на груди» по 25 м. Гр. №15 Плавание способом «кроль на груди» по 25 м. Гр. №16 Плавание способом «кроль на груди» по 25 м. Гр. №17 Умение проплыть тремя способами по 50 м. Гр. №18 Проплавание тремя способами по 50 м. Гр. №19 Плавание способом «кроль на груди» по 25 м.	12 мая 2020
		Гр. №25 Работа ног без доски на груди и спине ½ бассейна. Гр. №26 Плавание способом «кроль на спине» по 25 м. Гр. №27 Плавание способом «кроль на груди» по 25 м. Гр. №28 Плавание способом «кроль на груди» по 25 м. Гр. №29 Умение проплыть тремя способами по 50 м.	16 мая 2021
	Контроль	Контроль работы ног	В течении года
		Контроль работы рук	В течении года
«Мы - Чкаловцы»	Экскурсия по Дворцу		октябрь
	Экскурсия в музей юнг		декабрь
	Экскурсия в музей истории Дворца		январь
	Воспитательные мероприятия		В течении года

Аналитический модуль

№ п/п	Мероприятия	Сроки выполнения
1.	Анализ уровня воспитанности	Сентябрь, май
2.	Анализ творческого роста	май
3.	Годовой анализ работы коллектива	Апрель-май

Диагностико-проектировочный модуль

№ п/п	Мероприятия	Сроки выполнения
1.	Диагностика знаний и навыков в начале года	Октябрь,
2.	Проектирование деятельности на следующий учебный год	Апрель-май
3.	Диагностика знаний и навыков в конце года	май
4.	Собеседование с администрацией	май

Приложение №1
к реализации ДООП секции плавания
на период, обусловленный наступлением
обстоятельств непреодолимой силы

В случае наступления обстоятельств непреодолимой силы (пожар, наводнение, пандемия, угроз теракта и т.д.) данная программа может быть реализована с применением электронного обучения и/или дистанционных образовательных технологий.

При условии изменения в случае наступления обстоятельств непреодолимой силы до 50% от общего объема учебных часов форма реализации программы не изменяется.

Форма проведения обучения – дистанционная через официальный сайт образовательной организации, вайбер.

Деятельностный модуль

Тематический план дистанционного обучения

Группа № 12 – 19, 25 - 29 (1,2,3,4,5 года обучения)

№ п/п	Месяц	Содержание занятия	Всего часов
1	Октябрь	Ознакомление с задачами на учебный год. Беседа по технике безопасности и гигиене.	2
2		Упражнения на задержку дыхания.	2
3		Имитация положения корпуса на воде.	2
4		Прыжковые упражнения	2
5	Ноябрь	Имитация работы ног на груди и спине.	2
6		ОФП на ноги	2
7		ОФП на ноги	2
8		Прыжковые упражнения	2
9		Прыжковые упражнения	2
10	Декабрь	Упражнения на координацию движений.	2
11		Зачетное занятие имитация движений ног (кроль).	2
12		Дыхательная гимнастика.	2
13		Дыхательная гимнастика.	2
14	Январь	Упражнения для верхнего плечевого пояса.	2
15		Упражнения для верхнего плечевого пояса.	2
16		Упражнения на спину.	2
17		Упражнения на спину.	2
18	Февраль	Имитация руки кроль на груди.	2
19		Имитация руки кроль на спине.	2
20		Упражнения со скакалкой.	2
21		Упражнения со скакалкой.	2
22	Март	ОФП на ноги	2
23		ОФП на ноги	2
24		Дыхательная гимнастика.	2
25		Дыхательная гимнастика.	2
26	Апрель	Имитация движений рук способом брасс.	2
27		Имитация движений рук способом брасс.	2
28		Упражнения с отягощениями.	2
29		Упражнения с отягощениями.	2
30	Май	Зачетное занятие по имитации движений рук (кроль, спина, брасс).	2
31		Имитация движений ног кроль на груди и на спине.	2

32		Дыхательные упражнения.	2
33	Июнь	ОФП на ноги.	2
34		ОФП на верхний плечевой пояс.	2
35		Прыжковые упражнения.	2
36		Подведение итогов.	2
Итого			72

