

Департамент образования администрации города Нижнего Новгорода

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



ПРИНЯТА
на заседании Педагогического
совета
МБУ ДО «ДДТ им.В.П.Чкалова»
от «28» августа 2023 г.
Протокол №1

УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБУ ДО «ДДТ им. В.П.Чкалова»

Н.В.Панова

Приказ № 283-Д от «29» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
педагога дополнительного образования
Рыжова Владимира Владимировича
на 2023-2024 учебный год
по реализации дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы
«секция плавания»

Направленность: физкультурно-спортивная

Возраст участников: 6-11 лет

Объем: 16 групп

Форма реализации: очная, с возможностью использования
дистанционных образовательных технологий и
электронного обучения

г. Нижний Новгород, 2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «секция плавания» относится к физкультурно-спортивной направленности, сроком реализации 3-4 года.

1. Итоги реализации программы в 2022-2023 учебном году

Программа выполнена в полном объеме. Задачи, поставленные на учебный год, выполнены в полном объеме:

- Уменьшилась заболеваемость детей, значительно уменьшилось количество пропусков занятий по причине болезни.
- Повысились показатели физического развития, некоторые учащиеся перешли в секции спортивного плавания.
- Улучшились результаты по плаванию, учащиеся стали технически грамотно плавать.

2. Особенности обучения в 2023-2024 году:

Особенности обучения в текущем году по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе: особенности реализации содержания, подготовка к знаменательным датам, юбилеям детского объединения, учреждения, реализация тематических программ, проектов, причины замены тем по сравнению с дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой и т.д.). Изменения, необходимые для обучения в текущем учебном году и их обоснование (информация об изменении содержательной части дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы, обоснование изменений).

Цель на 2023-2024 учебный год: Обучение плаванию и физическое развитие детей с 6 до 11 лет.

Задачи:

1. Обучить начальному навыку плавания и технике спортивных способов плавания;
2. Способствовать физическому развитию каждого ребенка и воспитанию морально-волевых качеств;
3. Укрепить здоровье детей через закаливание, привить гигиенические навыки, сформировать потребность к здоровому образу жизни;

Планируемые результаты обучения на 2023-2024 учебный год:

- Уменьшить заболеваемость детей, значительно уменьшить количество пропусков занятий по причине болезни.

- Повысить показатели физического развития (с переходом в спортивные секции плавания, синхронного плавания, водного поло, пятиборья, триатлона).
- Улучшить результаты по плаванию (техническое и прикладное плавание).

Режим занятий: групповые занятия, недельная нагрузка 2 учебных часа.

Расписание занятий:

понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
		9.00-9.45		9.00-9.45		9.00-10.30
		9.45-10.30		9.45-10.30		10.30-12.00
		10.30-11.15		10.30-11.15		12.00-13.30
		13.15-14.00		13.15-14.00		13.30-15.00
		14.00-14.45		14.00-14.45		15.00-16.30
		14.45-15.30		14.45-15.30		
		15.30-16.15		15.30-16.15		
		16.15-17.00		16.15-17.00		
		17.00-17.45		17.00-17.45		
		17.45-18.30		17.45-18.30		
		18.30-19.15		18.30-19.15		

Учебный план

Год обучения	Группа	Недельная нагрузка	учащихся в	Возраст	Количество часов			
					Теория	Практика	Всего часов	Индивидуальные часы
1 год обучения по базовому уровню	12,13,26,27,32	2	15	6-7	4	68	72	0
2 год обучения по базовому уровню	14,15,19,28,30,31	2	15	7-8	8,5	63,5	72	0
3 год обучения по базовому уровню	16,17,18,29	2	15	8-9	4,5	67,5	72	0
1 год обучения подготовительный	25	2	15	6	6,5	65,5	72	0

Организационно-педагогические условия

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
9.		

Информационно-методический модуль

№ п/п	Мероприятия	Сроки выполнения
1.	Доработка авторской дополнительной образовательной программы.	В течение года
2.	Оформление планов учебных занятий	В течение года
3.		

Консультативно-обучающий модуль

№ п/п	Мероприятия	Сроки выполнения
1.	Самообразование	В течение года
2.	Изучение передового педагогического опыта	В течение года
3.	Изучение новейших достижений педагогической науки и практики	В течение года
4.	Посещение открытых занятий педагогов из других бассейнов (Дельфин, ФОК, Нижегородец, Трудовые резервы)	В течение года
5.	Посещение обучающих семинаров, практикумов	В течение года
6.	Консультации для педагогов	В течение

		года
7.	Проведение открытых занятий	В течение года

Деятельностный модуль

Календарно-тематическое планирование (на каждую группу)

Группа №12,13,32 (1 год обучения)

№ п/п	Дата		Содержание занятия		Кол-во часов
	План	Факт	Тема, предлагаемая к очному обучению	Тема, предлагаемая к дистанционному обучению	
1.	4.10	4.10	Ознакомление с задачами на учебный год. Беседа по технике безопасности и гигиене.	Беседа по технике безопасности и гигиене Zoom, Вайбер	1
2.	6.10	6.10	Поиск различных предметов под водой	ОФП, СФП в Вайбере	1
3.	11.10	11.10	Поиск различных предметов под водой	ОФП, СФП в Вайбере	1
4.	13.10	13.10	Эстафеты в воде с предметами	ОФП, СФП в Вайбере	1
5.	18.10	18.10	Эстафеты в воде с предметами	ОФП, СФП в Вайбере	1
6.	20.10	20.10	Эстафеты в воде с предметами	ОФП, СФП в Вайбере	1
7.	25.10	25.10	Скольжения с разным положением рук.	ОФП, СФП в Вайбере	1
8.	27.10	27.10	Скольжения с разным положением рук.	ОФП, СФП в Вайбере	1
9.	1.11	1.11	Работа ног на спине и груди с доской с дыханием	ОФП, СФП в Вайбере	1
10.	3.11	3.11	Работа ног на спине и груди с доской с дыханием	ОФП, СФП в Вайбере	1
11.	8.11	8.11	Работа ног на спине и груди с доской с дыханием	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1
12.	10.11	10.11	Работа ног на спине и груди с доской с дыханием	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1
13.	15.11	15.11	Работа ног на спине и груди с доской с дыханием	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1
14.	17.11	17.11	Работа ног на спине и груди с доской с дыханием	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1
15.	22.11	22.11	Работа ног на спине и груди с доской с дыханием	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1
16.	24.11	24.11	Работа ног на спине и груди с доской с дыханием	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1
17.	29.11	29.11	Работа ног на спине и груди с доской с дыханием	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1

18.	1.12	1.12	Плавание на груди и спине с помощью ног 0,5 бассейна с доской, без доски.	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1
19.	6.12	6.12	Плавание на груди и спине с помощью ног 0,5 бассейна с доской, без доски.	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1
20.	8.12	8.12	Плавание на груди и спине с помощью ног 0,5 бассейна с доской, без доски.	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1
21.	13.12	13.12	Плавание на груди и спине с помощью ног 0,5 бассейна с доской, без доски.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	1
22.	15.12	15.12	Плавание на груди и спине с помощью ног 0,5 бассейна с доской, без доски.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	1
23.	20.12	20.12	Зачетное занятие. Плавание на груди и спине с помощью ног 25 м с доской, без доски.	Зачетное занятие. Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	1
24.	22.12	22.12	Открытый урок для родителей. Плавание на груди и спине с помощью ног 25 м с доской, без доски.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	1
25.	27.12	27.12	Плавание на груди и спине с помощью ног 25 м с доской, без доски.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	1
26.	29.12	29.12	Плавание на груди и спине с помощью ног 25 м с доской, без доски.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	1
27.	10.01	10.01	Беседа по технике безопасности и гигиене. Ознакомление с работой рук одновременно, попеременно на спине с дыханием.	Беседа по технике безопасности и гигиене. Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	1
28.	12.01	12.01	Ознакомление с работой рук одновременно, попеременно на спине с дыханием.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	1
29.	17.01	17.01	Ознакомление с работой рук одновременно, попеременно на спине с дыханием.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	1
30.	19.01	19.01	Ознакомление с работой рук одновременно, попеременно на спине с дыханием.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	1
31.	24.01	24.01	Ознакомление с работой рук одновременно, попеременно на спине с	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	1

			дыханием.		
32.	26.01	26.01	Ознакомление с работой рук одновременно, попеременно на спине с дыханием.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	1
33.	31.01	31.01	Ознакомление с работой рук одновременно, попеременно на спине с дыханием.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	1
34.	2.02	2.02	Проплывание 25 м с полной координацией движений и дыханием на спине. Чкаловские заплывы.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
35.	7.02	7.02	Проплывание 25 м с полной координацией движений и дыханием на спине.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
36.	9.02	9.02	Проплывание 25 м с полной координацией движений и дыханием на спине.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
37.	14.02	14.02	Проплывание 25 м с полной координацией движений и дыханием на спине.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
38.	16.02	16.02	Проплывание 25 м с полной координацией движений и дыханием на спине.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
39.	21.02	21.02	Проплывание 25 м с полной координацией движений и дыханием на спине.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
40.	28.02	28.02	Проплывание 25 м с полной координацией движений и дыханием на спине.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
41.	1.03	1.03	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине.	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
42.	6.03	6.03	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине.	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
43.	13.03	13.03	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине.	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
44.	15.03	15.03	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине.	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
45.	20.03	20.03	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине. Эстафеты	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
46.	22.03	22.03	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине. Эстафеты	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
47.	27.03	27.03	Выполнение упражнений	Сухое плавание комплекс	1

			при плавании способом «кроль» на спине. Эстафеты	№4 в Zoom	
48.	29.03	29.03	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине. Эстафеты	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
49.	3.04	3.04	Проплывание способом «кроль на спине» по 25 м	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
50.	5.04	5.04	Проплывание способом «кроль на спине» по 25 м	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
51.	10.04	10.04	Проплывание способом «кроль на спине» по 25 м	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
52.	12.04	12.04	Проплывание способом «кроль на спине» по 25 м	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
53.	17.04	17.04	Проплывание способом «кроль на спине» по 25 м	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
54.	19.04	19.04	Проплывание способом «кроль на спине» по 25 м	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
55.	24.04	24.04	Проплывание способом «кроль на спине» по 25 м	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	1
56.	26.04	26.04	Проплывание способом «кроль на спине» по 25 м	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	1
57.	3.05	3.05	Плавание способом «кроль на спине», старты, повороты	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	1
58.	8.05	8.05	Плавание способом «кроль на спине», старты, повороты	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	1
59.	10.05	10.05	Плавание способом «кроль на спине», старты, повороты	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	1
60.	15.05	15.05	Зачетное занятие. Проплывание способом «кроль на спине» по 25 м	Зачетное занятие. Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	1
61.	17.05	17.05	Открытый урок для родителей. Проплывание способом «кроль на спине» по 25 м	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	1
62.	22.05	22.05	Плавание способом «кроль на спине», старты, повороты	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	1
63.	24.05	24.05	Плавание способом «кроль на спине», старты, повороты	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	1
64.	29.05	29.05	Плавание способом «кроль на спине», старты, повороты	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	1
65.	31.05	31.05	Плавание способом «кроль на спине», старты, повороты	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	1
66.	5.06	5.06	Плавание на спине со	Сухое плавание комплекс	1

			старта, эстафеты, прыжки в воду	№5 в Zoom	
67.	7.06	7.06	Плавание на спине со старта, эстафеты, прыжки в воду	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	1
68.	14.06	14.06	Плавание на спине со старта, эстафеты, прыжки в воду	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	1
69.	19.06	19.06	Плавание на спине со старта, эстафеты, прыжки в воду	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	1
70.	21.06	21.06	Игры в воде с предметами	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	1
71.	26.06	26.06	Игры в воде с предметами	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	1
72.	28.06	28.06	Игры в воде с предметами	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	1

Группа №26,27 (1 год обучения)

№ п/п	Дата		Содержание занятия		Кол-во часов
	План	Факт	Тема, предлагаемая к очному обучению	Тема, предлагаемая к дистанционному обучению	
1.	1.10	1.10	Ознакомление с задачами на учебный год. Беседа по технике безопасности и гигиене.	Ознакомление с задачами на учебный год. Беседа по технике безопасности и гигиене в Вайбере	2
2.	8.10	8.10	Поиск различных предметов под водой	ОФП, СФП в Вайбере	2
3.	15.10	15.10	Поиск различных предметов под водой	ОФП, СФП в Вайбере	2
4.	22.10	22.10	Скольжения с разным положением рук.	ОФП, СФП в Вайбере	2
5.	29.10	29.10	Скольжения с разным положением рук.	ОФП, СФП в Вайбере	2
6.	5.11	5.11	Работа ног на спине и груди с доской с дыханием	ОФП, СФП в Вайбере	2
7.	12.11	12.11	Работа ног на спине и груди с доской с дыханием	ОФП, СФП в Вайбере	2
8.	19.11	19.11	Работа ног на спине и груди с доской с дыханием	ОФП, СФП в Вайбере	2
9.	26.11	26.11	Работа ног на спине и груди с доской с дыханием	ОФП, СФП в Вайбере	2
10.	3.12	3.12	Плавание на груди и спине с помощью ног 0,5 бассейна с доской, без доски.	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	2
11.	10.12	10.12	Зачетное занятие. Плавание на груди и спине с помощью ног 25 м с доской, без доски.	Зачетное занятие. Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	2
12.	17.12	17.12	Открытый урок для	Сухое плавание комплекс	2

			родителей. Плавание на груди и спине с помощью ног 25 м с доской, без доски.	№1 в Zoom	
13.	24.12	24.12	Плавание на груди и спине с помощью ног 0,5 бассейна с доской, без доски.	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	2
14.	31.12	31.12	Плавание на груди и спине с помощью ног 0,5 бассейна с доской, без доски.	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	2
15.	14.01	14.01	Беседа по технике безопасности и гигиене. Ознакомление с работой рук одновременно, попеременно на спине с дыханием.	Беседа по технике безопасности и гигиене. Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	2
16.	21.01	21.01	Ознакомление с работой рук одновременно, попеременно на спине с дыханием	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	2
17.	28.01	28.01	Ознакомление с работой рук одновременно, попеременно на спине с дыханием	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	2
18.	4.02	4.02	Проплывание 25 м с полной координацией движений и дыханием на спине. Чкаловские заплывы.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2
19.	11.02	11.02	Проплывание 25 м с полной координацией движений и дыханием на спине.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2
20.	18.02	18.02	Проплывание 25 м с полной координацией движений и дыханием на спине.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2
21.	25.02	25.02	Проплывание 25 м с полной координацией движений и дыханием на спине.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2
22.	3.03	3.03	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2
23.	10.03	10.03	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2
24.	17.03	17.03	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2
25.	24.03	24.03	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине. Эстафеты.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2
26.	31.03	31.03	Выполнение упражнений при плавании способом	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2

			«кроль» на спине. Эстафеты.		
27.	7.04	7.04	Проплывание способом «кроль на спине» по 25 м	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	2
28.	14.04	14.04	Проплывание способом «кроль на спине» по 25 м	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	2
29.	21.04	21.04	Проплывание способом «кроль на спине» по 25 м	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	2
30.	28.04	28.04	Проплывание способом «кроль на спине» по 25 м	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	2
31.	5.05	5.05	Плавание способом «кроль на спине», старты, повороты	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	2
32.	12.05	12.05	Зачетное занятие. Проплывание способом «кроль на спине» по 25 м	Зачетное занятие. Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	2
33.	19.05	19.05	Открытый урок для родителей. Проплывание способом «кроль на спине» по 25 м	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	2
34.	26.05	26.05	Плавание способом «кроль на спине», старты, повороты	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	2
35.	2.06	2.06	Плавание на спине со старта, эстафеты, прыжки в воду	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	2
36.	9.06	9.06	Игры в воде с предметами	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	2

Группа №14,15,19,30,31 (2 год обучения)

№ п/п	Дата		Содержание занятия		Кол-во часов
	План	Факт	Тема, предлагаемая к очному обучению	Тема, предлагаемая к дистанционному обучению	
1.	4.10	4.10	Ознакомление с задачами на учебный год. Беседа по технике безопасности и гигиене.	Ознакомление с задачами на учебный год. Беседа по технике безопасности и гигиене в Вайбере	1
2.	6.10	6.10	Поиск различных предметов под водой	ОФП, СФП в Вайбере	1
3.	11.10	11.10	Поиск различных предметов под водой	ОФП, СФП в Вайбере	1
4.	13.10	13.10	Эстафеты в воде с предметами	ОФП, СФП в Вайбере	1
5.	18.10	18.10	Эстафеты в воде с предметами	ОФП, СФП в Вайбере	1
6.	20.10	20.10	Скольжения с разным положением рук.	ОФП, СФП в Вайбере	1
7.	25.10	25.10	Скольжения с разным положением рук.	ОФП, СФП в Вайбере	1
8.	27.10	27.10	Скольжения с разным	ОФП, СФП в Вайбере	1

			положением рук.		
9.	1.11	1.11	Объяснения правильной работы ног на груди и спине. Работа ног на груди и спине с доской.	ОФП, СФП в Вайбере	1
10.	3.11	3.11	Работа ног на груди и спине с доской.	ОФП, СФП в Вайбере	1
11.	8.11	8.11	Работа ног на груди и спине с доской.	ОФП, СФП в Вайбере	1
12.	10.11	10.11	Работа ног на груди и спине с доской.	ОФП, СФП в Вайбере	1
13.	15.11	15.11	Работа ног на груди и спине с доской.	ОФП, СФП в Вайбере	1
14.	17.11	17.11	Работа ног на груди и спине с доской.	ОФП, СФП в Вайбере	1
15.	22.11	22.11	Плавание на груди и спине с помощью ног 0,5 бассейна с доской, без доски.	ОФП, СФП в Вайбере	1
16.	24.11	24.11	Плавание на груди и спине с помощью ног 0,5 бассейна с доской, без доски.	ОФП, СФП в Вайбере	1
17.	29.11	29.11	Плавание на груди и спине с помощью ног 0,5 бассейна с доской, без доски.	ОФП, СФП в Вайбере	1
18.	1.12	1.12	Плавание на груди и спине с помощью ног 0,5 бассейна с доской, без доски.	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1
19.	6.12	6.12	Плавание на груди и спине с помощью ног 0,5 бассейна с доской, без доски.	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1
20.	8.12	8.12	Плавание на груди и спине с помощью ног 0,5 бассейна с доской, без доски.	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1
21.	13.12	13.12	Плавание на груди и спине с помощью ног 0,5 бассейна с доской, без доски.	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1
22.	15.12	15.12	Плавание на груди и спине с помощью ног 0,5 бассейна с доской, без доски.	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1
23.	20.12	20.12	Зачетное занятие. Плавание на груди и спине с помощью ног 25 метров с доской, без доски.	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom. Зачетное занятие.	1
24.	22.12	22.12	Открытый урок для родителей. Плавание на груди и спине с помощью ног 25 метров с доской, без доски.	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1
25.	27.12	27.12	Плавание на груди и спине с помощью ног 25 метров с доской, без доски	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1
26.	29.12	29.12	Плавание на груди и спине	Сухое плавание комплекс	1

			с помощью ног 25 метров с доской, без доски	№1 в Zoom	
27.	10.01	10.01	Беседа по технике безопасности и гигиене. Ознакомление с работой рук одновременно, попеременно на спине с дыханием.	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom. Беседа по технике безопасности и гигиене.	1
28.	12.01	12.01	Ознакомление с работой рук одновременно, попеременно на спине с дыханием.	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1
29.	17.01	17.01	Ознакомление с работой рук одновременно, попеременно на спине с дыханием.	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1
30.	19.01	19.01	Ознакомление с работой рук одновременно, попеременно на спине с дыханием.	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1
31.	24.01	24.01	Ознакомление с работой рук одновременно, попеременно на спине с дыханием.	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1
32.	26.01	26.01	Ознакомление с работой рук одновременно, попеременно на спине с дыханием.	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1
33.	31.01	31.01	Ознакомление с работой рук одновременно, попеременно на спине с дыханием.	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1
34.	2.02	2.02	Проплывание 25 м с полной координацией движений и дыханием на спине. Чкаловские заплывы.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	1
35.	7.02	7.02	Проплывание 25 м с полной координацией движений и дыханием на спине.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	1
36.	9.02	9.02	Проплывание 25 м с полной координацией движений и дыханием на спине.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	1
37.	14.02	14.02	Проплывание 25 м с полной координацией движений и дыханием на спине.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	1
38.	16.02	16.02	Проплывание 25 м с полной координацией движений и дыханием на спине.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	1
39.	21.02	21.02	Проплывание 25 м с полной координацией движений и дыханием на спине.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	1
40.	28.02	28.02	Проплывание 25 м с полной	Сухое плавание комплекс	1

			координацией движений и дыханием на спине.	№2 в Zoom	
41.	1.03	1.03	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
42.	6.03	6.03	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
43.	13.03	13.03	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
44.	15.03	15.03	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
45.	20.03	20.03	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
46.	22.03	22.03	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
47.	27.03	27.03	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
48.	29.03	29.03	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на спине.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
49.	3.04	3.04	Проплывание способом «кроль на спине» по 25 м	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
50.	5.04	5.04	Проплывание способом «кроль на спине» по 25 м	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
51.	10.04	10.04	Проплывание способом «кроль на спине» по 25 м	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
52.	12.04	12.04	Проплывание способом «кроль на спине» по 25 м	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
53.	17.04	17.04	Проплывание способом «кроль на спине» по 25 м	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
54.	19.04	19.04	Проплывание способом «кроль на спине» по 25 м	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
55.	24.04	24.04	Проплывание способом «кроль на спине» по 25 м	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
56.	26.04	26.04	Проплывание способом «кроль на спине» по 25 м	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
57.	3.05	3.05	Плавание способом «кроль на спине», старты, повороты.	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
58.	8.05	8.05	Плавание способом «кроль на спине», старты, повороты.	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
59.	10.05	10.05	Плавание способом «кроль на спине», старты, повороты.	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1

60.	15.05	15.05	Зачетное занятие. Плавание способом «кроль на спине» по 25м	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
61.	17.05	17.05	Открытый урок для родителей. Плавание способом «кроль на спине», старты, повороты.	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom. Зачетное занятие.	1
62.	22.05	22.05	Плавание способом «кроль на спине», старты, повороты	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
63.	24.05	24.05	Плавание способом «кроль на спине», старты, повороты	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
64.	29.05	29.05	Плавание способом «кроль на спине», старты, повороты	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
65.	31.05	31.05	Плавание способом «кроль на спине», старты, повороты	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
66.	5.06	5.06	Плавание на спине со старта, эстафеты, прыжки в воду	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
67.	7.06	7.06	Плавание на спине со старта, эстафеты, прыжки в воду	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
68.	14.06	14.06	Плавание на спине со старта, эстафеты, прыжки в воду	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
69.	19.06	19.06	Плавание на спине со старта, эстафеты, прыжки в воду	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
70.	21.06	21.06	Игры в воде с предметами	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
71.	26.06	26.06	Игры в воде с предметами	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
72.	28.06	28.06	Игры в воде с предметами	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1

Группа №28 (2 год обучения)

№ п/п	Дата		Содержание занятия		Кол-во часов
	План	Факт	Тема, предлагаемая к очному обучению	Тема, предлагаемая к дистанционному обучению	
1.	1.10	1.10	Ознакомление с задачами на учебный год. Беседа по технике безопасности и гигиене.	Ознакомление с задачами на учебный год. Беседа по технике безопасности и гигиене в Вайбере	2
2.	8.10	8.10	Поиск различных предметов под водой	ОФП, СФП в Вайбере	2
3.	15.10	15.10	Поиск различных предметов под водой	ОФП, СФП в Вайбере	2

4.	22.10	22.10	Скольжения с разным положением рук.	ОФП, СФП в Вайбере	2
5.	29.10	29.10	Скольжения с разным положением рук.	ОФП, СФП в Вайбере	2
6.	5.11	5.11	Работа ног на груди и спине с доской.	ОФП, СФП в Вайбере	2
7.	12.11	12.11	Работа ног на груди и спине с доской.	ОФП, СФП в Вайбере	2
8.	19.11	19.11	Работа ног на груди и спине с доской.	ОФП, СФП в Вайбере	2
9.	26.11	26.11	Работа ног на груди и спине с доской.	ОФП, СФП в Вайбере	2
10.	3.12	3.12	Плавание на груди и спине с помощью ног 0,5 бассейна с доской, без доски.	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	2
11.	10.12	10.12	Зачетное занятие. Плавание на груди и спине с помощью ног 25 метров с доской, без доски.	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom. Зачетное занятие.	2
12.	17.12	17.12	Открытый урок для родителей. Плавание на груди и спине с помощью ног 25 м с доской	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	2
13.	24.12	24.12	Плавание на груди и спине с помощью ног 25м с доской, без доски. Эстафеты	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	2
14.	31.12	31.12	Плавание на груди и спине с помощью ног 25м с доской, без доски. Эстафеты	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	2
15.	14.01	14.01	Беседа по технике безопасности и гигиене. Ознакомление с работой рук попеременно на груди с дыханием.	Беседа по технике безопасности и гигиене. Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	2
16.	21.01	21.01	Ознакомление с работой рук попеременно на груди с дыханием.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2
17.	28.01	28.01	Ознакомление с работой рук попеременно на груди с дыханием.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2
18.	4.02	4.02	Проплывание 25 м с полной координацией движений и дыханием на груди. Чкаловские заплывы.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2
19.	11.02	11.02	Проплывание 25 м с полной координацией движений и дыханием на груди.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2
20.	18.02	18.02	Проплывание 25 м с полной координацией движений и дыханием на груди.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2

21.	25.02	25.02	Проплывание 25 м с полной координацией движений и дыханием на груди.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2
22.	3.03	3.03	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на груди.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	2
23.	10.03	10.03	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на груди.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	2
24.	17.03	17.03	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на груди.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	2
25.	24.03	24.03	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на груди.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	2
26.	31.03	31.03	Выполнение упражнений при плавании способом «кроль» на груди.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	2
27.	7.04	7.04	Проплывание способом «кроль на груди» по 25 м	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	2
28.	14.04	14.04	Проплывание способом «кроль на груди» по 25 м	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	2
29.	21.04	21.04	Проплывание способом «кроль на груди» по 25 м. Эстафеты.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	2
30.	28.04	28.04	Проплывание способом «кроль на груди» по 25 м. Эстафеты.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	2
31.	5.05	5.05	Плавание способом «кроль на груди», старты, повороты	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	2
32.	12.05	12.05	Зачетное занятие. Проплывание способом «кроль на груди» по 25 м	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	2
33.	19.05	19.05	Открытый урок для родителей. Проплывание способом «кроль на груди» по 25м	Зачетное занятие. Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	2
34.	26.05	26.05	Плавание способом «кроль на груди», старты, повороты	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	2
35.	2.06	2.06	Плавание на груди и спине, эстафеты	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	2
36.	9.06	9.06	Игры в воде с предметами	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	2

Группа №16,17,18 (3 год обучения)

№ п/п	Дата		Содержание занятия		Кол-во часов
	План	Факт	Тема, предлагаемая к очному обучению	Тема, предлагаемая к дистанционному обучению	

1.	4.10	4.10	Беседа по технике безопасности и гигиене. Игра в воде	Беседа по технике безопасности и гигиене Zoom, Вайбер	1
2.	6.10	6.10	Эстафеты в воде с предметами	ОФП, СФП в Вайбере	1
3.	11.10	11.10	Эстафеты в воде с предметами	ОФП, СФП в Вайбере	1
4.	13.10	13.10	Эстафеты в воде с предметами	ОФП, СФП в Вайбере	1
5.	18.10	18.10	Работа рук и ног способом «кроль» на груди и спине	ОФП, СФП в Вайбере	1
6.	20.10	20.10	Работа рук и ног способом «кроль» на груди и спине	ОФП, СФП в Вайбере	1
7.	25.10	25.10	Работа рук и ног способом «кроль» на груди и спине	ОФП, СФП в Вайбере	1
8.	27.10	27.10	Плавание способом «кроль» на груди и спине	ОФП, СФП в Вайбере	1
9.	1.11	1.11	Освоение работы ног способом «брасс».	ОФП, СФП в Вайбере	1
10.	3.11	3.11	Освоение работы ног способом «брасс».	ОФП, СФП в Вайбере	1
11.	8.11	8.11	Освоение работы ног способом «брасс».	ОФП, СФП в Вайбере	1
12.	10.11	10.11	Освоение работы ног способом «брасс».	ОФП, СФП в Вайбере	1
13.	15.11	15.11	Освоение работы ног способом «брасс».	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1
14.	17.11	17.11	Освоение работы ног способом «брасс».	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1
15.	22.11	22.11	Освоение работы ног способом «брасс».	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1
16.	24.11	24.11	Освоение работы ног способом «брасс».	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1
17.	29.11	29.11	Освоение работы ног способом «брасс».	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1
18.	1.12	1.12	Работа рук способом «брасс»	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1
19.	6.12	6.12	Работа рук способом «брасс»	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1
20.	8.12	8.12	Работа рук способом «брасс»	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	1
21.	13.12	13.12	Работа рук способом «брасс»	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	1
22.	15.12	15.12	Работа рук способом «брасс»	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	1
23.	20.12	20.12	Зачетное занятие. Основы плавания способом «брасс»	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	1
24.	22.12	22.12	Открытый урок для родителей. Основы плавания способом «брасс».	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom. Зачетное занятие.	1
25.	27.12	27.12	Основы плавания способом	Сухое плавание комплекс	1

			басс	№2 в Zoom	
26.	29.12	29.12	Основы плавания способом басс	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	1
27.	10.01	10.01	Беседа по технике безопасности и гигиене. Освоение способа «басс» с полной координацией движений	Беседа по технике безопасности и гигиене. Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	1
28.	12.01	12.01	Освоение способа «басс» с полной координацией движений	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	1
29.	17.01	17.01	Освоение способа «басс» с полной координацией движений	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	1
30.	19.01	19.01	Освоение способа «басс» с полной координацией движений	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	1
31.	24.01	24.01	Освоение способа «басс» с полной координацией движений	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	1
32.	26.01	26.01	Освоение способа «басс» с полной координацией движений	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	1
33.	31.01	31.01	Освоение способа «басс» с полной координацией движений	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	1
34.	2.02	2.02	Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами. Чкаловские заплывы	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
35.	7.02	7.02	Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
36.	9.02	9.02	Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
37.	14.02	14.02	Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
38.	16.02	16.02	Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
39.	21.02	21.02	Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
40.	28.02	28.02	Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
41.	1.03	1.03	Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
42.	6.03	6.03	Совершенствование работы	Сухое плавание комплекс	1

			рук при плавании на груди и спине тремя способами.	№3 в Zoom	
43.	13.03	13.03	Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
44.	15.03	15.03	Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
45.	20.03	20.03	Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
46.	22.03	22.03	Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
47.	27.03	27.03	Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами. Эстафеты	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
48.	29.03	29.03	Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами. Эстафеты	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
49.	3.04	3.04	Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами. Эстафеты	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
50.	5.04	5.04	Плавание тремя способами по 25 м. Изучение поворотов, стартов	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
51.	10.04	10.04	Плавание тремя способами по 25 м. Изучение поворотов, стартов	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	1
52.	12.04	12.04	Плавание тремя способами по 25 м. Изучение поворотов, стартов	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
53.	17.04	17.04	Плавание тремя способами по 25 м. Изучение поворотов, стартов	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
54.	19.04	19.04	Плавание тремя способами по 25 м. Изучение поворотов, стартов	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
55.	24.04	24.04	Плавание тремя способами по 25 м. Изучение поворотов, стартов	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
56.	26.04	26.04	Плавание тремя способами по 25 м. Изучение поворотов, стартов	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
57.	3.05	3.05	Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами. Эстафеты.	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
58.	8.05	8.05	Совершенствование работы	Сухое плавание комплекс	1

			рук при плавании на груди и спине тремя способами. Эстафеты.	№4 в Zoom	
59.	10.05	10.05	Плавание тремя способами по 25 м. Изучение поворотов, стартов	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	1
60.	15.05	15.05	Зачетное занятие. Умение проплыть тремя способами по 50 м	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom. Зачетное занятие.	1
61.	17.05	17.05	Открытый урок для родителей. Умение проплыть тремя способами по 50 м.	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	1
62.	22.05	22.05	Плавание тремя способами по 50 м. выполняя старты и повороты	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	1
63.	24.05	24.05	Плавание тремя способами по 50 м. выполняя старты и повороты	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	1
64.	29.05	29.05	Плавание тремя способами по 50 м. выполняя старты и повороты	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	1
65.	31.05	31.05	Плавание тремя способами по 50 м. выполняя старты и повороты	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	1
66.	5.06	5.06	Плавание тремя способами по 50 м. выполняя старты и повороты	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	1
67.	7.06	7.06	Плавание тремя способами по заданию, эстафеты	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	1
68.	14.06	14.06	Плавание тремя способами по заданию, эстафеты	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	1
69.	19.06	19.06	Плавание тремя способами по заданию, эстафеты	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	1
70.	21.06	21.06	Эстафеты всеми способами	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	1
71.	26.06	26.06	Эстафеты всеми способами	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	1
72.	28.06	28.06	Игры на воде.	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	1

Группа №29 (3 год обучения)

№ п/п	Дата		Содержание занятия		Кол-во часов
	План	Факт	Тема, предлагаемая к очному обучению	Тема, предлагаемая к дистанционному обучению	
1.	1.10	1.10	Беседа по технике безопасности и гигиене. Игра в воде	Беседа по технике безопасности и гигиене Zoom	2
2.	8.10	8.10	Эстафеты в воде с предметами.	ОФП, СФП в Вайбере	2

3.	15.10	15.10	Работа рук и ног способом «кроль» на груди и спине	ОФП, СФП в Вайбере	2
4.	22.10	22.10	Плавание способом «кроль» на груди и спине	ОФП, СФП в Вайбере	2
5.	29.10	29.10	Плавание способом «кроль» на груди и спине	ОФП, СФП в Вайбере	2
6.	5.11	5.11	Ознакомление со способом «брасс».	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	2
7.	12.11	12.11	Освоение работы ног способом «брасс».	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	2
8.	19.11	19.11	Освоение работы ног способом «брасс».	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	2
9.	26.11	26.11	Освоение работы ног способом «брасс».	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	2
10.	3.12	3.12	Работа рук способом «брасс»	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	2
11.	10.12	10.12	Зачетное занятие. Основы плавания способом «брасс»	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom. Зачетное занятие.	2
12.	17.12	17.12	Открытый урок для родителей. Основы плавания способом «брасс».	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2
13.	24.12	24.12	Работа рук способом «брасс»	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2
14.	31.12	31.12	Работа рук способом «брасс»	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2
15.	14.01	14.01	Беседа по технике безопасности и гигиене. Освоение способа «брасс» с полной координацией движений	Беседа по технике безопасности и гигиене. Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2
16.	21.01	21.01	Освоение способа «брасс» с полной координацией движений	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2
17.	28.01	28.01	Освоение способа «брасс» с полной координацией движений	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2
18.	4.02	4.02	Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами. Чкаловские заплывы.	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	2
19.	11.02	11.02	Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	2
20.	18.02	18.02	Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	2
21.	25.02	25.02	Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	2
22.	3.03	3.03	Совершенствование работы рук при плавании на груди	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	2

			и спине тремя способами. Эстафеты		
23.	10.03	10.03	Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами. Эстафеты	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	2
24.	17.03	17.03	Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами. Эстафеты	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	2
25.	24.03	24.03	Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами. Эстафеты	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	2
26.	31.03	31.03	Совершенствование работы рук при плавании на груди и спине тремя способами. Эстафеты	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	2
27.	7.04	7.04	Плавание тремя способами по 25 м. Изучение поворотов, стартов	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	2
28.	14.04	14.04	Плавание тремя способами по 25 м. Изучение поворотов, стартов	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	2
29.	21.04	21.04	Плавание тремя способами по 25 м. Изучение поворотов, стартов	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	2
30.	28.04	28.04	Плавание тремя способами по 25 м. Изучение поворотов, стартов	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	2
31.	5.05	5.05	Плавание тремя способами по 50 м. с выполнением стартов и поворотов	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	2
32.	12.05	12.05	Зачетное занятие. Умение проплыть тремя способами по 50 м	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom	2
33.	19.05	19.05	Открытый урок для родителей. Умение проплыть тремя способами по 50 м.	Сухое плавание комплекс №4 в Zoom. Зачетное занятие.	2
34.	26.05	26.05	Плавание тремя способами по заданию, эстафеты	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	2
35.	2.06	2.06	Плавание тремя способами по заданию, эстафеты.	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	2
36.	9.06	9.06	Игры в воде	Сухое плавание комплекс №5 в Zoom	2

Группа №25 подготовительная

№ п/п	Дата		Содержание занятия		Кол-во часов
	План	Факт	Тема, предлагаемая к очному обучению	Тема, предлагаемая к дистанционному	

				обучению	
1.	1.10	1.10	Вводный инструктаж. Беседа по технике безопасности на воде, по правилам поведения, гигиены. Игры, купание	Вводный инструктаж. Беседа по технике безопасности на воде, по правилам поведения, гигиены в Zoom	2
2.	8.10	8.10	Игры «брызги», «утки», «караси».	ОФП, СФП в Вайбере	2
3.	15.10	15.10	Игры «брызги», «утки», «караси».	ОФП, СФП в Вайбере	2
4.	22.10	22.10	Игры «брызги», «утки», «караси».	ОФП, СФП в Вайбере	2
5.	29.10	29.10	Игры «брызги», «утки», «караси».	ОФП, СФП в Вайбере	2
6.	5.11	5.11	Упражнения для преодоления водобоязни. «Водолазы», «Качели», «Поплавок»	ОФП, СФП в Вайбере	2
7.	12.11	12.11	Упражнения для преодоления водобоязни. «Водолазы», «Качели», «Поплавок»	ОФП, СФП в Вайбере	2
8.	19.11	19.11	Упражнения для преодоления водобоязни. «Водолазы», «Качели», «Поплавок»	ОФП, СФП в Вайбере	2
9.	26.11	26.11	Упражнения для преодоления водобоязни. «Водолазы», «Качели», «Поплавок»	ОФП, СФП в Вайбере	2
10.	3.12	3.12	Выполнение упражнений «поплавок», «медуза», «звезда». (на груди и спине)	ОФП, СФП в Вайбере	2
11.	10.12	10.12	Зачетное занятие. Выполнение упражнений «поплавок», «медуза», «звезда» (на груди и спине)	ОФП, СФП в Вайбере. Зачетное занятие.	2
12.	17.12	17.12	Открытый урок для родителей. Выполнение упражнений «поплавок», «медуза», «звезда» (на груди и спине)	ОФП, СФП в Вайбере	2
13.	24.12	24.12	Выполнение упражнений «поплавок», «медуза», «звезда». (на груди и спине)	ОФП, СФП в Вайбере	2
14.	31.12	31.12	Выполнение упражнений «поплавок», «медуза», «звезда». (на груди и спине)	ОФП, СФП в Вайбере	2
15.	14.01	14.01	Беседа по технике безопасности на воде, по правилам поведения, гигиены Объяснения	Беседа по технике безопасности на воде, по правилам поведения, гигиены в Zoom	2

			скольжений и правильность прыжков Скольжения, прыжки в воду		
16.	21.01	21.01	Скольжения, прыжки в воду	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	2
17.	28.01	28.01	Скольжения, прыжки в воду	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	2
18.	4.02	4.02	Объяснения правильной работы ног и дыхания. Скольжения, освоение попеременной работы ног, дыхания. Чкаловские заплывы.	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	2
19.	11.02	11.02	Скольжения, освоение попеременной работы ног, дыхания	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	2
20.	18.02	18.02	Скольжения, освоение попеременной работы ног, дыхания	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	2
21.	25.02	25.02	Скольжения, освоение попеременной работы ног, дыхания	Сухое плавание комплекс №1 в Zoom	2
22.	3.03	3.03	Объяснение работы ног с доской. Работа ног с доской на груди и спине, дыхание	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2
23.	10.03	10.03	Работа ног с доской на груди и спине, дыхание	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2
24.	17.03	17.03	Работа ног с доской на груди и спине, дыхание	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2
25.	24.03	24.03	Работа ног с доской на груди и спине, дыхание	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2
26.	31.03	31.03	Работа ног с доской на груди и спине, дыхание	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2
27.	7.04	7.04	Объяснение работы ног с доской. Работа ног с доской на груди и спине, дыхание	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2
28.	14.04	14.04	Работа ног с доской на груди и спине.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2
29.	21.04	21.04	Работа ног с доской на груди и спине.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2
30.	28.04	28.04	Работа ног с доской на груди и спине.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2
31.	5.05	5.05	Объяснение работы ног без доски. Работа ног без доски на груди и спин	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2
32.	12.05	12.05	Зачетное занятие. Работа ног без доски на груди и спине ½ бассейна.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom	2
33.	19.05	19.05	Открытый урок для родителей. Работа ног без доски на груди и спине ½ бассейна.	Сухое плавание комплекс №2 в Zoom. Зачетное занятие.	2

34.	26.05	26.05	Игры с предметами, прыжки	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	2
35.	2.06	2.06	Игры с предметами, прыжки	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	2
36.	9.06	9.06	Игры с предметами, прыжки	Сухое плавание комплекс №3 в Zoom	2

Календарный план воспитательной работы

Календарный план воспитательной работы выстраивается в рамках дополнительной общеобразовательной программы и на основе программы воспитания Дворца. Вариативные модули, могут быть по выбору.

№ пп	Название мероприятия, события	Форма проведения	Сроки проведения
ИНВАРИАНТНЫЕ МОДУЛИ			
Модуль «Учебное занятие»			
Модуль «Педагогическое сопровождение»			
Модуль «Воспитательное пространство»			
	Конкурс «Команда года»		
Модуль «Работа с родителями»			
Модуль «Профориентация»			
Модуль «Самоуправление»			
ВАРИАТИВНЫЕ МОДУЛИ			
Модуль «Музейная педагогика»			
Модуль «Социальное партнерство»			

Аналитический модуль

№ п/п	Мероприятия	Сроки выполнения
1.	Анализ реализации программы	июнь

2.	Анализ творческого роста обучающихся	Май - июнь
3.	Анализ освоения учебного материала	июнь
4.		

Диагностико-проектировочный модуль

№ п/п	Мероприятия	Сроки выполнения
1.	Диагностика личностного роста учащихся	В течении года
2.	Диагностика уровня воспитанности	В процессе обучения
3.	Диагностика нравственной воспитанности обучающихся	В процессе обучения
4.	Разработка рабочей программы на 2024-2025 учебный год	Май-июнь
5.	Корректировка дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Май-июнь
6.	Уровень удовлетворенности обучающихся и родителей образовательным учреждением	Май (открытый урок)

