

ФИЛИАЛ ГОСУДАРСТВЕННОГО АВТОНОМНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ПЕНЗЕНСКОЙ ОБЛАСТИ

«Многофункциональный туристско-спортивный центр»

имени Татьяны Тарасовны Мартыненко в г.Белинский

Спортивно-оздоровительный комплекс «Мечта»



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

на 2023 – 2024 учебный год

К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ «ЮНЫЙ ПЛОВЕЦ»

Форма реализации программы - **очная**

Год обучения – **1**

Возраст учащихся - **7-9 лет**

Автор-составитель:
тренер-преподаватель
Яриго Ольга Павловна

Пояснительная записка

Настоящая программа предназначена для организации обучения плаванию детей первого года обучения в возрасте 7-9 лет, рассчитана на один год.

Программа направлена на физическое воспитание обучающихся, получение ими начальных знаний о физической культуре и спорте, приобщение их к регулярным занятиям плаванием, выявление одаренных обучающихся.

Цель рабочей программы на текущий год	Создание благоприятных условий для оздоровления, закаливания и развития психических и физических качеств в процессе обучения плаванию и мотивация к здоровому образу жизни.
Задачи на текущий учебный год	<p>Для достижения данной цели формируются следующие задачи:</p> <ul style="list-style-type: none">• сформировать теоретические и практические основы освоения водного пространства;• освоить технические элементы плавания;• обучить основным стилям плавания;• познакомить детей с основными правилами безопасного поведения на воде (на открытых водоемах, в бассейне).• воспитывать морально-волевые качества;• воспитывать самостоятельность и организованность;• воспитывать бережное отношение к своему здоровью, привычку к закаливанию;• воспитывать интерес к занятиям физической культуры;• развивать двигательную активность детей;• способствовать развитию навыков личной гигиены;• способствовать развитию костно-мышечного корсета;• развивать координационные возможности, умение владеть своим телом в непривычной обстановке;• формировать представление о водных видах спорта. <p>Указанные задачи решаются путем реализации учебного плана с учетом календаря, программы.</p>
Особенности обучения в текущем учебном году	Данная программа определяет оптимальное соотношение разносторонней спортивной подготовки детей. Она представляет собой целостный комплекс воспитания, обучения и тренировки по плаванию. Разнообразие форм и методов проведения физкультурно-спортивных занятий улучшает эмоциональный фон тренировочной обстановки и способствует достаточному

	усвоению материала.
Режим занятий в текущем учебном году	6 раз в неделю по 1 часу
Планируемые результаты по итогам года	<p>По окончании 1 уровня обучающиеся</p> <p>Дети должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные правила безопасности поведения на воде; - правила личной гигиены; - основы здорового образа жизни. <p>Дети должны иметь представление:</p> <ul style="list-style-type: none"> - о разных стилях плавания («кроль», «брасс», «дельфин»); - о водных видах спорта. <p>Дети должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - погружаться в воду с головой, выполнять выдох в воду; - выполнять скольжение на груди и спине с опорой и без, с работой рук, с работой ног; - плавать всеми стилями («кроль на груди», «кроль на спине», «брасс», «баттерфляй») в полной координации движений.

Объем программы и режим занятий. Содержание программы ориентировано на детские группы по 15 – 20 человек.

Занятия проводятся в групповой форме. Наряду с групповой формой работы, осуществляется индивидуализация процесса обучения и применение дифференцированного подхода к детям, так как в связи с их индивидуальными особенностями результативность в освоении навыков плавания может быть различной.

Календарный учебный график.

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество часов в год
1 год обучения	01.09.2023 г.	31.05.2024 г.	36	216

Продолжительность одного учебного занятия – 1 академический час (45 минут).
Перерыв между учебными занятиями 10 минут.

Программа предусматривает в течении обучения участие учащихся в соревнованиях, весёлых стартах, что способствует закреплению полученных знаний, умений, навыков и является основанием для корректировки учебно-тематического плана.

Формами подведения итогов реализации данной программы являются:

- промежуточная аттестация – проводится в конце каждого полугодия;
- итоговая аттестация – проводится в конце первого года обучения.

Учебно-тематический план первого года обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
I. Теоретические основы физической культуры и спорта		2	2	1	
1	История возникновения и развития плавания как вида спорта	1	1	-	
2	Правила поведения и ТБ на занятиях. Режим дня юного пловца	1	1	-	Презентация работ
II. Общая физическая подготовка		66	5	61	
3	Упражнения для развития быстроты	13	1	12	Выполнение упражнений и нормативов
4	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	13	1	12	Выполнение упражнений и нормативов
5	Упражнения для развития ловкости	13	1	12	Выполнение упражнений и нормативов
6	Упражнения для развития гибкости	14	1	13	Выполнение упражнений и нормативов
7	Упражнения для развития силы и выносливости	13	1	12	Выполнение упражнений и нормативов
III. Специальная физическая подготовка		65	4	61	
8	Укрепление мышц плечевого пояса	16	1	15	Тестирование
9	Укрепления мышц брюшного пресса и ног	16	1	15	Тестирование
10	Упражнения на растяжку	16	1	15	Тестирование
11	Упражнения на координацию движения	17	1	16	Тестирование
IV. Техническая подготовка		65	5	60	
12	Обучение основам техники плавания кролем на груди	15	1	14	Контрольный срез
13	Обучение основам техники плавания кролем на спине	15	1	14	Контрольный срез
14	Обучение основам техники плавания баттерфляем	15	1	14	Контрольный срез
15	Обучение основам техники плавания брассом	15	1	14	Контрольный срез
16	Обучение основам стартов, поворотов	5	1	4	Контрольный срез
V. Соревновательная подготовка		5	1	4	
17	Контрольные, текущие соревнования	4	1	3	Соревнования
18	Переводные соревнования	1	-	1	Соревнования
VI. Другие виды спорта и подвижные игры		12	2	10	
19	Игры на воде, в зале, на стадионе	12	2	10	Мониторинг

	Итого:	216	19	197	
--	---------------	------------	-----------	------------	--

**Календарно-тематический план
(для первого года обучения)**

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятия	Тема занятия	Количество часов			Место проведения	Форма контроля/ аттестации
						Всего	Теория	Практика		
I. Теоретические основы физической культуры и спорта 2 ч										
1	Сент			Групповая	История возникновения и развития плавания как вида спорта	1	1	-	Бассейн, спорт зал	
2	Сент			Групповая	Правила поведения и ТБ на занятиях. Режим дня юного пловца	1	1	-	Бассейн, спорт зал	Опрос
II. Общая физическая подготовка 66 ч										
3	Сент			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития быстроты	1	1	-	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
4	Сент			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития быстроты	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
5	Сент			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития быстроты	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
6	Сент			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития быстроты	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
7	Сент			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития быстроты	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
8	Сент			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития быстроты	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
9	Сент			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития быстроты	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов

[illegible]

										нормативов
22	Сент			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
23	Сент			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
24	Сент			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
25	Окт			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
26	Окт			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
27	Окт			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
28	Окт			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
29	Окт			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития ловкости	1	1	-	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
30	Окт			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития ловкости	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
31	Окт			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития ловкости	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
32	Окт			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития ловкости	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
33	Окт			Групповая,	Упражнения для развития	1	-	1	Бассейн,	Выполнение

				индивидуальная	ловкости				спорт зал	упражнений и нормативов
34	Окт			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития ловкости	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
35	Окт			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития ловкости	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
36	Окт			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития ловкости	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
37	Окт			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития ловкости	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
38	Окт			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития ловкости	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
39	Окт			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития ловкости	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
40	Окт			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития ловкости	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
41	Окт			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития ловкости	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
42	Окт			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития гибкости	1	1	-	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
43	Окт			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития гибкости	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
44	Окт			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития гибкости	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов

45	Окт			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития гибкости	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
46	Окт			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития гибкости	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
47	Окт			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития гибкости	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
48	Окт			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития гибкости	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
49	Нояб			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития гибкости	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
50	Нояб			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития гибкости	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
51	Нояб			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития гибкости	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
52	Нояб			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития гибкости	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
53	Нояб			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития гибкости	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
54	Нояб			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития гибкости	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
55	Нояб			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития гибкости	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
56	Нояб			Групповая, индивидуальная	Упражнения для развития силы и выносливости	1	1	-	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и

[illegible]

				индивидуальная	силы и выносливости				спорт зал	упражнений и нормативов
III. Специальная физическая подготовка 65 ч										
69	Нояб			Групповая, индивидуальная	Укрепление мышц плечевого пояса	1	1	-	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
70	Нояб			Групповая, индивидуальная	Укрепление мышц плечевого пояса	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
71	Нояб			Групповая, индивидуальная	Укрепление мышц плечевого пояса	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
72	Нояб			Групповая, индивидуальная	Укрепление мышц плечевого пояса	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
73	Дек			Групповая, индивидуальная	Укрепление мышц плечевого пояса	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
74	Дек			Групповая, индивидуальная	Укрепление мышц плечевого пояса	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
75	Дек			Групповая, индивидуальная	Укрепление мышц плечевого пояса	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
76	Дек			Групповая, индивидуальная	Укрепление мышц плечевого пояса	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
77	Дек			Групповая, индивидуальная	Укрепление мышц плечевого пояса	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
78	Дек			Групповая, индивидуальная	Укрепление мышц плечевого пояса	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
79	Дек			Групповая, индивидуальная	Укрепление мышц плечевого пояса	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и

										нормативов
80	Дек			Групповая, индивидуальная	Укрепление мышц плечевого пояса	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
81	Дек			Групповая, индивидуальная	Укрепление мышц плечевого пояса	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
82	Дек			Групповая, индивидуальная	Укрепление мышц плечевого пояса	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
83	Дек			Групповая, индивидуальная	Укрепление мышц плечевого пояса	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
84	Дек			Групповая, индивидуальная	Укрепление мышц плечевого пояса	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
85	Дек			Групповая, индивидуальная	Укрепления мышц брюшного пресса и ног	1	1	-	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
86	Дек			Групповая, индивидуальная	Укрепления мышц брюшного пресса и ног	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
87	Дек			Групповая, индивидуальная	Укрепления мышц брюшного пресса и ног	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
88	Дек			Групповая, индивидуальная	Укрепления мышц брюшного пресса и ног	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
89	Дек			Групповая, индивидуальная	Укрепления мышц брюшного пресса и ног	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
90	Дек			Групповая, индивидуальная	Укрепления мышц брюшного пресса и ног	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
91	Дек			Групповая,	Укрепления мышц брюшного	1	-	1	Бассейн,	Выполнение

				индивидуальная	пресса и ног				спорт зал	упражнений и нормативов
92	Дек			Групповая, индивидуальная	Укрепления мышц брюшного пресса и ног	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
93	Дек			Групповая, индивидуальная	Укрепления мышц брюшного пресса и ног	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
94	Дек			Групповая, индивидуальная	Укрепления мышц брюшного пресса и ног	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
95	Дек			Групповая, индивидуальная	Укрепления мышц брюшного пресса и ног	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
96	Дек			Групповая, индивидуальная	Укрепления мышц брюшного пресса и ног	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
97	Янв			Групповая, индивидуальная	Укрепления мышц брюшного пресса и ног	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
98	Янв			Групповая, индивидуальная	Укрепления мышц брюшного пресса и ног	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
99	Янв			Групповая, индивидуальная	Укрепления мышц брюшного пресса и ног	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
100	Янв			Групповая, индивидуальная	Укрепления мышц брюшного пресса и ног	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
101	Янв			Групповая, индивидуальная	Упражнения на растяжку	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
102	Янв			Групповая, индивидуальная	Упражнения на растяжку	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов

[illegible]

										нормативов
115	Янв			Групповая, индивидуальная	Упражнения на растяжку	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
116	Янв			Групповая, индивидуальная	Упражнения на растяжку	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
117	Янв			Групповая, индивидуальная	Упражнения на координацию движения	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
118	Янв			Групповая, индивидуальная	Упражнения на координацию движения	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
119	Янв			Групповая, индивидуальная	Упражнения на координацию движения	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
120	Янв			Групповая, индивидуальная	Упражнения на координацию движения	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
121	Февр			Групповая, индивидуальная	Упражнения на координацию движения	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
122	Февр			Групповая, индивидуальная	Упражнения на координацию движения	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
123	Февр			Групповая, индивидуальная	Упражнения на координацию движения	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
124	Февр			Групповая, индивидуальная	Упражнения на координацию движения	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
125	Февр			Групповая, индивидуальная	Упражнения на координацию движения	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
126	Февр			Групповая,	Упражнения на координацию	1	-	1	Бассейн,	Выполнение

				индивидуальная	движения				спорт зал	упражнений и нормативов
127	Февр			Групповая, индивидуальная	Упражнения на координацию движения	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
128	Февр			Групповая, индивидуальная	Упражнения на координацию движения	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
129	Февр			Групповая, индивидуальная	Упражнения на координацию движения	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
130	Февр			Групповая, индивидуальная	Упражнения на координацию движения	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
131	Февр			Групповая, индивидуальная	Упражнения на координацию движения	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
132	Февр			Групповая, индивидуальная	Упражнения на координацию движения	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
133	Февр			Групповая, индивидуальная	Упражнения на координацию движения	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений и нормативов
IV. Техническая подготовка 65 ч										
134	Февр			Групповая, индивидуальная	Обучение основам техники плавания кролем на груди	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений, мониторинг
135	Февр			Групповая, индивидуальная	Обучение основам техники плавания кролем на груди	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений, мониторинг
136	Февр			Групповая, индивидуальная	Обучение основам техники плавания кролем на груди	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений, мониторинг
137	Февр			Групповая, индивидуальная	Обучение основам техники плавания кролем на груди	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений,

[illegible]

[illegible]

[illegible]

										мониторинг
173	Апр			Групповая, индивидуальная	Обучение основам техники плавания баттерфляем	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений, мониторинг
174	Апр			Групповая, индивидуальная	Обучение основам техники плавания баттерфляем	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений, мониторинг
175	Апр			Групповая, индивидуальная	Обучение основам техники плавания баттерфляем	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений, мониторинг
176	Апр			Групповая, индивидуальная	Обучение основам техники плавания баттерфляем	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений, мониторинг
177	Апр			Групповая, индивидуальная	Обучение основам техники плавания баттерфляем	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений, мониторинг
178	Апр			Групповая, индивидуальная	Обучение основам техники плавания баттерфляем	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений, мониторинг
179	Апр			Групповая, индивидуальная	Обучение основам техники плавания брассом	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений, мониторинг
180	Апр			Групповая, индивидуальная	Обучение основам техники плавания брассом	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений, мониторинг
181	Апр			Групповая, индивидуальная	Обучение основам техники плавания брассом	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений, мониторинг
182	Апр			Групповая, индивидуальная	Обучение основам техники плавания брассом	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений, мониторинг
183	Апр			Групповая, индивидуальная	Обучение основам техники плавания брассом	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений, мониторинг
184	Апр			Групповая,	Обучение основам техники	1	-	1	Бассейн,	Выполнение

				индивидуальная	плавания брассом				спорт зал	упражнений, мониторинг
185	Апр			Групповая, индивидуальная	Обучение основам техники плавания брассом	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений, мониторинг
186	Апр			Групповая, индивидуальная	Обучение основам техники плавания брассом	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений, мониторинг
187	Апр			Групповая, индивидуальная	Обучение основам техники плавания брассом	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений, мониторинг
188	Апр			Групповая, индивидуальная	Обучение основам техники плавания брассом	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений, мониторинг
189	Апр			Групповая, индивидуальная	Обучение основам техники плавания брассом	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений, мониторинг
190	Апр			Групповая, индивидуальная	Обучение основам техники плавания брассом	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений, мониторинг
191	Апр			Групповая, индивидуальная	Обучение основам техники плавания брассом	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений, мониторинг
192	Апр			Групповая, индивидуальная	Обучение основам техники плавания брассом	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений, мониторинг
193	Май			Групповая, индивидуальная	Обучение основам техники плавания брассом	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений, мониторинг
194	Май			Групповая, индивидуальная	Обучение основам стартов, поворотов	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений, мониторинг
195	Май			Групповая, индивидуальная	Обучение основам стартов, поворотов	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений, мониторинг

196	Май			Групповая, индивидуальная	Обучение основам стартов, поворотов	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений, мониторинг
197	Май			Групповая, индивидуальная	Обучение основам стартов, поворотов	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений, мониторинг
198	Май			Групповая, индивидуальная	Обучение основам стартов, поворотов	1	-	1	Бассейн, спорт зал	Выполнение упражнений, мониторинг
V. Соревновательная подготовка										
199	Май			Групповая, индивидуальная	Контрольные, текущие соревнования	1	1	-	Бассейн, спорт зал	соревнования
200	Май			Групповая, индивидуальная	Контрольные, текущие соревнования	1	-	1	Бассейн, спорт зал	соревнования
201	Май			Групповая, индивидуальная	Контрольные, текущие соревнования	1	-	1	Бассейн, спорт зал	соревнования
202	Май			Групповая, индивидуальная	Контрольные, текущие соревнования	1	-	1	Бассейн, спорт зал	соревнования
203	Май			Групповая, индивидуальная	Переводные соревнования	1	-	1	Бассейн, спорт зал	соревнования
VI. Другие виды спорта и подвижные игры										
204	Май			Групповая, индивидуальная	Игры на воде, в зале, на стадионе	1	1	-	Бассейн, спорт зал, стадион	Игра
205	Май			Групповая, индивидуальная	Игры на воде, в зале, на стадионе	1	-	1	Бассейн, спорт зал, стадион	Игра
206	Май			Групповая, индивидуальная	Игры на воде, в зале, на стадионе	1	-	1	Бассейн, спорт зал, стадион	Игра
207	Май			Групповая, индивидуальная	Игры на воде, в зале, на стадионе	1	-	1	Бассейн, спорт зал, стадион	Игра
208	Май			Групповая, индивидуальная	Игры на воде, в зале, на стадионе	1	-	1	Бассейн, спорт зал,	Игра

									стадион	
209	Май			Групповая, индивидуальная	Игры на воде, в зале, на стадионе	1	1	-	Бассейн, спорт зал, стадион	Игра
210	Май			Групповая, индивидуальная	Игры на воде, в зале, на стадионе	1	-	1	Бассейн, спорт зал, стадион	Игра
211	Май			Групповая, индивидуальная	Игры на воде, в зале, на стадионе	1	-	1	Бассейн, спорт зал, стадион	Игра
212	Май			Групповая, индивидуальная	Игры на воде, в зале, на стадионе	1	-	1	Бассейн, спорт зал, стадион	Игра
213	Май			Групповая, индивидуальная	Игры на воде, в зале, на стадионе	1	-	1	Бассейн, спорт зал, стадион	Игра
214	Май			Групповая, индивидуальная	Игры на воде, в зале, на стадионе	1	-	1	Бассейн, спорт зал, стадион	Игра
215	Май			Групповая, индивидуальная	Игры на воде, в зале, на стадионе	1	-	1	Бассейн, спорт зал, стадион	Игра
216	Май			Групповая, индивидуальная	Игры на воде, в зале, на стадионе	1	-	1	Бассейн, спорт зал, стадион	Игра

Календарный план воспитательной работы объединения 1 года обучения. Массовые и досуговые мероприятия.

Дата проведения	Наименование мероприятия	Статус мероприятия	Форма участия
Сентябрь	Кубок детской лиги плавания «Поволжье» 5 этап	Региональные соревнования	Участие
Октябрь	Кубок детской лиги плавания «Поволжье» 6 этап	Региональные соревнования	Участие
Ноябрь	Кубок детской лиги плавания «Поволжье» 7 этап	Региональные соревнования	Участие
	Соревнования, посвященные Дню народного единства	Учрежденческие соревнования	Организация, Участие
Декабрь	Кубок детской лиги плавания «Поволжье» 8 этап	Региональные соревнования	Участие
	Областные соревнования по плаванию	Региональные соревнования	Участие
	Промежуточная аттестация	Внутренние соревнования	Организация, Участие
Январь	Кубок детской лиги плавания «Поволжье» 1 этап	Региональные соревнования	Участие
	«Веселые старты на воде»	Внутренние соревнования	Участие
	Выезд на соревнования по плаванию р.п. Пачелма	Учрежденческие соревнования	Участие
	Соревнования по плаванию «Рождественский заплыв»	Учрежденческие соревнования	Организация, Участие
Февраль	Кубок детской лиги плавания «Поволжье» 2 этап	Региональные соревнования	Участие
Март	Кубок детской лиги плавания «Поволжье» 3 этап	Региональные соревнования	Участие
	Соревнования по плаванию, посвященные Международному женскому дню - 8 марта	Учрежденческие соревнования	Организация, Участие
Апрель	Первенство области по плаванию	Региональные соревнования	Участие
Май	Кубок детской лиги плавания «Поволжье» 6 этап	Региональные соревнования	Участие
	Соревнования по плаванию, посвященные Дню Победы	Внутренние соревнования	Организация, Участие
	Соревнования по плаванию, посвященные Дню защиты детей (переводные)	Внутренние соревнования	Организация, Участие