

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 38
ПУШКИНСКОГО РАЙОНА САНКТ- ПЕТЕРБУРГА**

ПРИНЯТА
на заседании
Педагогического совета
Протокол №1 от 30.08.2023г

УТВЕРЖДЕНА
Приказ №03-02-01/49 от 31.08.2023г
Заведующий
_____ Я.Л. Егорова



Подпись: ЕГОРОВА ЯНА ЛЕОНИДОВНА
ИН: 9914-72280345308. СНИЛС: 50311438107.
E: 99149999@yandex.ru, С:RU, 812, Санкт-Петербург, Лен.
Санкт-Петербург, О:ГОСУДАРСТВЕННОЕ
БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД №38 ПУШКИНСКОГО
РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА. О:ЯНА ЛЕОНИДОВНА,
ЕГОРОВА, О:ЯНА ЛЕОНИДОВНА
Одновременно я подтверждаю этот документ своей
достоверной подписью.
Место составления: Санкт-Петербург, д.3 корп.1
Дата: 2023.08.01 15:41:19+0300
Font Reader Version: 10.1.1

**Дополнительная общеразвивающая программа
по обучению детей плаванию
«Капелька»**

Возраст обучающихся: 3-5 лет
Срок освоения: 32 недели

Разработчик: Васильева С.В.
педагог дополнительного образования,

Пояснительная записка

Направленность: Направленность на сохранение и укрепление здоровья детей, формирование потребности к двигательной активности в воде.

Адресат: мальчики, девочки дошкольного возраста 3-5 лет, в том числе дети с ОВЗ (которым не требуются специальные условия реализации программы).

Актуальность программы: Программа заключается в соответствии государственной политике в области дополнительного образования, ориентированную на удовлетворение образовательных потребностей детей и родителей и направлена на формирование здорового образа жизни. Занятия плаванием имеют огромное воспитательное значение. Они создают условия для воспитания смелости, дисциплинированности, уравновешенности у детей, способствуют развитию умения действовать в коллективе, помогать друг другу. Умение плавать, приобретенное в детстве, сохраняется на всю жизнь и является навыком, необходимым человеку в самых разнообразных ситуациях.

Отличительные особенности программы: состоят в том, что в программе предусмотрено обучение детей плаванию в игровой форме с элементами аквааэробики. «Аквааэробика» - это выполнение широкого спектра физических упражнений в воде- от активных развлечений до серьезных занятий под музыку. В отличие от других видов физических упражнений, аквааэробика обеспечивает более высокий оздоровительный эффект, положительно влияет на организм человека. Последовательная систематическая работа на занятиях в бассейне помогает перейти в старшем дошкольном возрасте к более сложному виду плавания – фигурному с элементами синхронного плавания. Для достижения хороших результатов необходимо совершенствовать плавательные навыки, умение действовать слаженно, проявлять творчество.

Уровень программы: общекультурный

Объем, сроки освоения и режим занятий: Программа рассчитана на 32 часа (32 недели). Режим занятий – по 1 академическому часу в день (академический час – 15-25 мин.) 1 раз в неделю.

Цель: Сохранение и укрепление здоровья детей путем вариативного использования свойств воды и воздуха, формирование у детей и родителей сознательного и безопасного поведения в воде.

Задачи:

Обучающие:

- обучение элементам плавания, навыкам длительной задержки дыхания в воде;
- обучение умению координировать свои движения и работать в группе;
- формирование представлений у обучающихся о плавании в целом;
- формирование знаний о технике безопасности и правилах поведения на занятиях, основных используемых понятиях (терминах).

Развивающие:

- развитие умения ориентироваться в пространстве (самостоятельно находить свободное место в бассейне, перестраиваться в круг, становиться друг за другом);
- развитие плавательных навыков через разучивание упражнений;
- развитие правильного дыхания и особенно длительная процедура задержки дыхания.

Воспитательные:

- воспитывать двигательную культуру, нравственно-волевые качества: смелость, настойчивость;
- воспитывать положительные эмоции во взаимоотношениях между детьми во время синхронного плавания.

Оздоровительные:

- сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей, в том числе их эмоциональное благополучие;
- способствовать совершенствованию деятельности основных систем организма (нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей.

Планируемые результаты:**Предметные результаты**

- осуществляет ходьбу и бег в воде в игровых упражнениях в заданных направлениях в заданном темпе,
- совершает прыжки в воде на месте, у поручня, с продвижением,
- может брать, держать, переносить, бросать мячи и сюжетные игрушки,
- совершает погружение в воду, дует на воду,
- может пролезать или проплыть в обруч, подлезать под дугу (высота 50 см),
- выполняет движения ногами вверх и вниз, руками, сидя и лежа в воде,
- освоил основные положения и гребки,
- выполняет обязательные фигуры по возрасту воспитанника.

Метапредметные результаты

- знание и понимание наличия способностей своих и окружающих;
- проявление познавательного интереса, улучшена устойчивость памяти, внимания;
- опыт саморелаксации, саморегуляции эмоциональных состояний.

Личностные результаты

- навык общения с окружающими с позиции эмпатии;
- опыт работы в команде, решения конфликтов/ спорных ситуаций;
- умение работать аккуратно, самостоятельно.

Организационно-педагогические условия реализации

Язык обучения: русский.

Форма обучения: очная.

Условия набора и формирования групп: В группу зачисляются дети 3-5 лет (в соответствии с возрастом) (не имеющих медицинских противопоказаний), родители которых выразили своё согласие с их желанием заниматься плаванием. При условии реализации Программы за счет родительской платы, численность каждой группы определяется в соответствии с потребностью Заказчиков и Обучающихся, но не менее 5 и не более 12 человек.

Форма организации занятий: групповая, индивидуально-групповая, индивидуальная. Программа предусматривает возможность реализации в очном формате. В течение учебного года возможен вариант перераспределения часов в теоретической и практической частях учебного плана при сохранении общего количества часов.

Материально-технические условия реализации программы:

- Бассейн ГБДОУ №38 Пушкинского района Санкт-Петербурга предназначен для проведения занятий по обучению плаванию детей дошкольного возраста.
- Дорожки разделительные
- Доски для плавания
- Жилеты, воротнички, нарукавники для плавания
- Игрушки для занятий в бассейне (плавающие и погружные)
- Мячи
- Обручи
- Инвентарь для разметки
- Корзинки и мисочки
- Лейки и инвентарь для переливания
- Скамейки с моющим покрытием
- Вешалки
- Спасательный инвентарь
- Обходные массажные дорожки

Кадровое обеспечение программы:

- Педагог дополнительного образования.
- Медицинская сестра по бассейну.

Учебный план

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Инструктаж	4	2	2	Педагогическое наблюдение, беседа, первичная диагностика
2.	Игровые упражнения в воде (ходьба, бег, в заданном направлении)	4	1	3	Инструктаж Педагогическое наблюдение, контроль
3.	Погружение в воду, игры с продвижением(перенос предметов, игра с мячом)	4	1	3	Инструктаж. Педагогическое наблюдение, контроль
4.	Гребковые движения Живые фигуры	4	1	3	Инструктаж. Педагогическое наблюдение, контроль
5.	Погружения в воду с головой. Ориентировка в воде	4	1	3	Инструктаж. Педагогическое наблюдение, контроль
6.	Скольжение на груди, спине. Игры	4	1	3	Инструктаж. Педагогическое наблюдение, контроль
7.	Обучение плаванию брасом. Игры	4	1	3	Инструктаж. Педагогическое наблюдение, контроль

8.	Обучение плаванию Кролем. Игры	4	1	3	Педагогическое наблюдение. Ин- структаж. Итоговая диагностика, Видеоотчет
	Итого	32	9	23	

Рабочая программа.

Цель: Сохранение и укрепление здоровья детей путем вариативного использования свойств воды и воздуха, формирование у детей и родителей сознательного и безопасного поведения в воде.

Задачи:

Обучающие:

- обучение элементам плавания, навыкам длительной задержки дыхания в воде;
- обучение умению координировать свои движения и работать в группе;
- формирование представлений у обучающихся о плавании в целом;
- формирование знаний о технике безопасности и правилах поведения на занятиях, основных используемых понятиях (терминах).

Развивающие:

- развитие умения ориентироваться в пространстве (самостоятельно находить свободное место в бассейне, перестраиваться в круг, становиться друг за другом);
- развитие плавательных навыков через разучивание упражнений;
- развитие правильного дыхания и особенно длительная процедура задержки дыхания.

Воспитательные:

- воспитывать двигательную культуру, нравственно-волевые качества: смелость, настойчивость;
- воспитывать положительные эмоции во взаимоотношениях между детьми во время синхронного плавания.

Оздоровительные:

- сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей, в том числе их эмоциональное благополучие;
- способствовать совершенствованию деятельности основных систем организма (нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей.

Календарно -тематическое планирование

Содержание образовательной работы

	<i>Темы/направления деятельности</i>	<i>Основные задачи работы</i>	<i>Кол-во часов</i>
Октябрь			
1 неделя	«Уточки и лягушата подружились в воде»	1. Развивать умение ходить, бегать, прыгать в чаше безбоязненно, не наталкиваясь друг на друга, используя при необходимости поручень. «Как подружились утята и лягушата». 2. Укреплять мышцы ног, связочный аппарат стоп в играх с прыжками. «Прятки лягушат», «Лягушата пускают пузыри». 3. Развивать гигиенические навыки «Уточка ныряют», «Лягушата моют глазки».	1
2 неделя	«Капитаны и моряки»	1. Улучшать координацию движений в играх с игрушками «Лодочки плывут», «Моторчики». 2. Укреплять силу мышц рук и плечевого пояса в играх со сменой движения «Море волнуется, раз...» 3. Устранять повышенную возбудимость в конце занятия в играх с музыкальным сопровождением «Останови свой корабль по сигналу гудочка».	1
3 неделя	«Строим плот»	1. Развивать мышечный корсет в играх с конструированием из водного конструктора (нудл) «Плот строим». 2. Развивать скольжение с подниманием ног от дна чаши, выпрямлением спины «Плот плывет», «Моторчик ногами». 3. Освоить релаксацию в воде с помощью взрослого «Плот качается на волнах».	1
4 неделя	«Разноцветные кольца на воде»	1. Способствовать формированию положительных эмоций в играх с соревновательным элементом «Собираем кольца на кольцеброс». 2. Формировать мышечный корсет в играх с бегом со сменной направления «Сортировка колец по цвету». 3. Развивать глубокий вдох и выдох в воду, увеличивать	1

		емкость легких «Подуем в колечко», «Пузыри».	
Ноябрь			
1 неделя	Обучение дыханию	Обучение рациональному дыханию, обучение дыханию в статических положениях и во время ходьбы, полные выдохи и вдохи.	1
2 неделя	«Лодочки плывут»	1. Развивать умение перестраиваться в колонну, сохраняя дистанцию при движении бегом и шагом «Лодочки плывут под мостиком». 2. Совершенствовать умение попеременной работы рук (кроль) в игровых упражнениях «Моторчик руками», «Море волнуется, раз...» 3. Развивать умение действовать с нудлом: строить мостик, опираться на нудл, сгибать его, применяя достаточную силу «Качаемся на нудле».	1
3 неделя	Техника гребковых движений руками (скольжение)	Гребки веерного типа, удерживающие гребки, продвигающие гребки, обратные гребки, имитационные упражнения для разучивания гребков. Гребки ногами на месте кролем, экбиты, гребки в горизонтальном и вертикальном положении тела, «пропеллер», «обратный пропеллер», стандартный грибок, «уж», «улитка», «каноз», «торпеда», «обратная торпеда» и т.д.	1
4 неделя	Обучение плаванию кролем на груди и на спине	Имитационные упражнения, движение руками и ногами кролем на груди и на спине, упражнения на согласование движений, упражнения на скольжение, упражнения на дыхание, упражнения на захват, подтягивание, отталкивание, упражнения на ускорение, упражнения на координацию движения.	1
Декабрь			
1 неделя	Техника гребковых движений руками (скольжение)	Гребки веерного типа, удерживающие гребки, продвигающие гребки, обратные гребки, имитационные упражнения для разучивания гребков. Гребки ногами на месте кролем, экбиты, гребки в горизонтальном и вертикальном положении тела, «пропеллер», «обратный пропеллер», стандартный грибок, «уж», «улитка», «каноз», «торпеда», «обратная торпеда» и т.д.	1

2 неделя	«Шторм на море»	1. Развивать силу мышц плечевого пояса и рук в упражнениях на преодоление сопротивления воды «Большие волны», «Море волнуется, раз...». 2. Развивать умение не закрывать глаза при погружении в воду, попадании брызг (промаргиваться) «Посмотри, что лежит на дне». Совершенствовать ориентировку и безбоязненное движение в чаше в играх с бегом, ходьбой «Корабли подходят к порту», «Маячок».	1
3 неделя	Техника гребковых движений руками (скольжение)	Гребки веерного типа, удерживающие гребки, продвигающие гребки, обратные гребки, имитационные упражнения для разучивания гребков. Гребки ногами на месте кролем, экбиты, гребки в горизонтальном и вертикальном положении тела, «пропеллер», «обратный пропеллер», стандартный грибок, «уж», «улитка», «каноз», «торпеда», «обратная торпеда» и т.д.	1
4 неделя	«Веселая карусель»	1. Способствовать освоению основных движений в воде (бег, ходьба, прыжки на месте и с продвижением) «Карусель». 2. Развивать ритмичность движений рук и ног, проговаривание слов и согласование их с движением «По кругу». 3. Развивать глубокое дыхание в играх с обручем и трубочками «Пузыри».	1
Январь			
1 неделя	«Спасение зверей»	1. Развивать мелкую моторику в играх с плавающими игрушками «Соберем зверей на кораблик» 2. Развивать смелость при погружении в воду «Найди игрушку и возьми ее». 3. Развивать мышечную силу при освоении хвата плавательной доски и скольжении с ней (с помощью взрослого) «Кораблики плывут».	1
2 неделя	Техника гребковых движений ногами	Техника гребковых движений ногами: гребки ногами на месте кролем, экбите, выпрыгивания, попеременный брасс, дельфин, брасс, кроль на груди, на спине, на боку; дельфин на груди, на спине, на боку.	1
3 неделя	«Цветные дуги»	1. Развивать свободное всплытие и поддержание положения в играх с нудлами «Качели», «Гусеницы». 2. Развивать умение выполнения действий по сигналу, сохраняя дистанцию между сверстниками «Лошадки» 3. Способствовать формированию правильной осанки в движении и покое «Ровные спинки».	1

4 неделя	«Палочка-выручалочка»	1.Развивать смелость, выносливость в скольжении к поручню (на расстояние вытянутых рук), чередовании скольжения и бега «Лодочки плывут к берегу». 2.Развивать силу мышц туловища при всплывании у поручня, умение удерживать горизонтальное положение, используя чувство опорности воды «Качели». 3.Способствовать увеличению емкости легких в ритмичных выдохах в воду (по команде) «Прятки у поручня» (с захватом поручня).	1
Февраль			
1 неделя	Техника гребковых движений ногами	Техника гребковых движений ногами: гребки ногами на месте кролем, экбите, выпрыгивания, попеременный брасс, дельфин, брасс, кроль на груди, на спине, на боку; дельфин на груди, на спине, на боку.	1
2 неделя	Обучение плаванию кролем на груди и на спине	Имитационные упражнения, движение руками и ногами кролем на груди и на спине, упражнения на согласование движений, упражнения на скольжение, упражнения на дыхание, упражнения на захват, подтягивание, отталкивание, упражнения на ускорение, упражнения на координацию движения.	1
3 неделя	«Черепашьи бега»	1. Обучать бегать легко, ритмично, отталкиваясь носком, преодолевая сопротивление воды «Бег с черепашками», «Кто быстрее добежит, доплывет до поручня». 2. Приучать совершать движения совместно, чередуя движения и расслабление по сигналу. «Черепашки плывут и отдыхают». 3. Развитие активности в совершении самостоятельных движений «Черепашкина семья».	1
4 неделя	«Океанариум»	1. Повышать интерес детей к познанию, исследованию водных пространств на природе и в океанариуме (с родителями), стремление поделиться впечатлениями со сверстниками «В реке и на море». 2. Развивать выдох детей в медленном темпе при совершении погружений на время «Раз, два, три, четыре, пять. Я иду искать». 3.Совершенствовать скольжение как основной элемент плавания (с поддержкой) «Плыви к поручню», «Плыви ко мне».	1
Март			
1 неделя	Техника гребковых движений ногами	Техника гребковых движений ногами: гребки ногами на месте кролем, экбиты, выпрыгивания, попеременный брасс, дельфин, брасс, кроль на груди, на спине, на боку; дельфин на груди, на спине, на боку.	1

2 неделя	«Подводный мир»	<p>1. Развивать умение смены движений по зрительному и слуховому сигналу «Покажи, как двигается это животное».</p> <p>2. Развивать выразительность движений, двигательную активность в играх с имитацией движений «Мир морей и океанов».</p> <p>3. Приучать к увеличению времени самостоятельного погружения, использования поддержки в случае необходимости «Кто живет под водой».</p>	1
3 неделя	Обучение плаванию кролем на груди и на спине	Имитационные упражнения, движение руками и ногами кролем на груди и на спине, упражнения на согласование движений, упражнения на скольжение, упражнения на дыхание, упражнения на захват, подтягивание, отталкивание, упражнения на ускорение, упражнения на координацию движения.	1
4 неделя	«Догони меня»	<p>1. Развивать физические качества (скорости, выносливости) в играх с преодолением сопротивления воды в беге «Добеги до дома и спрячься в нем».</p> <p>2. Развивать правильные гребковые движения рук при беге (поочередные, вращательные), помогающие увеличить скорость бега «Лодочки с веслами».</p> <p>3. Способствовать формированию у детей положительных эмоций от побед не только своих, но и побед сверстников «Догоню».</p>	1
Апрель			
1 неделя	«Мячи большие и маленькие»	<p>1. Развивать координацию движений, ловкости в играх с малым мячом в парах «Лови, бросай, мяч не теряй».</p> <p>2. Совершенствовать свободное перемещение в воде при передаче в кругу мяча среднего диаметра (подбегание, падение в воду, подпрыгивание за мячом) «Мяч по кругу».</p> <p>3. Осваивать глубокий вдох и энергичный выдох в игре с мячом малого диаметра «Резвый мячик».</p>	1
2 неделя	«В глубинах»	<p>1. Развивать внимание в играх с ориентированием под водой (посмотреть друг на друга, стоя в кругу) «Мы смелые ребята».</p> <p>2. Развивать мелкую моторику в играх с погружением и доставанием предметов «Достань, что загадаю».</p> <p>3. Развивать умение восстанавливать самочувствие после ныряния и интенсивных упражнений (релаксация в разных положениях) «Отдых на воде».</p>	1
3 неделя	Обучение плаванию кролем на груди и на спине	Имитационные упражнения, движение руками и ногами кролем на груди и на спине, упражнения на согласование движений, упражнения на скольжение, упражнения на дыхание, упражнения на захват, подтягивание, отталкивание, упражнения на ускорение, упражнения на координацию движения.	1

4 неделя	«Светофор»	1. Укреплять мышечный каркас в играх большой интенсивности «Переход» (в группе), «Покатай меня» (в парах). 2. Развитие гребковых движений ног (от тазобедренного сустава) в играх со скольжением с нудлами «Автомобили». 3. Развитие внимания в играх с чередованием движений по сигналу, самоконтроля «Светофор».	1
Май			
1 неделя	«Кто первый?»	1. Совершенствовать умение скользить на груди с преодолением препятствий «В обруч прыгай как дельфин». 2. Развивать умение погружения и ориентировки под водой «Морские камешки». 3. Развивать настойчивость в освоении самостоятельного плавания «Кто первый поплывет».	1
2 неделя	«Цветные дуги»	1. Способствовать формированию правильной осанки в игровых упражнениях в разных исходных положениях «Гусеницы». 2. Закреплять ранее освоение плавательные навыки с дугами «Лодочка с веслом», «Сильные моторы». 3. Воспитывать красоту движений при использовании дуг в самостоятельной игре «Сделай лучше, чем я».	1
3 неделя	Техника гребковых движений ногами	Техника гребковых движений ногами: гребки ногами на месте кролем, экбиты, выпрыгивания, попеременный брасс, дельфин, брасс, кроль на груди, на спине, на боку; дельфин на груди, на спине, на боку.	1
4 неделя	Обучение плаванию кролем на груди и на спине	Имитационные упражнения, движение руками и ногами кролем на груди и на спине, упражнения на согласование движений, упражнения на скольжение, упражнения на дыхание, упражнения на захват, подтягивание, отталкивание, упражнения на ускорение, упражнения на координацию движения.	1
Итого: 32 часа			

Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения программы:

Реализация программы предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится в рамках педагогической диагностики.

Полученные результаты используются:

Для индивидуализации образования – поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития.

Для оптимизации работы с группой детей.

Объект Педагогической диагностики (мониторинга)	Формы и Методы педагогической диагностики	Периодичность проведения Педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
Индивидуальные достижения детей в процессе обучения по программе	Наблюдение – анализ продуктов детской деятельности	2 раза в год	2 недели	октябрь май

Формы аттестации: аттестация не предусмотрена.

Формы подведения итогов освоения Программы: выступление на праздниках, открытые занятия с демонстрацией приобретенных умений и навыков, мониторинг двигательных умений и навыков детей в конце учебного года, педагогическое наблюдение.

Дидактические средства, ЭОР:

Литература, используемая педагогом дополнительного образования для разработки программы и организации образовательного процесса:

1. Булгакова И. Ж. Азбука спорта (плавание). М., 2009.
2. Булгакова И. Ж. Игры и развлечения на воде: Методические рекомендации. М., 2008.
3. Бурениной А.И «Программы по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста», 2009
4. Воронова Е. К. Программа обучения детей плаванию в детском саду. СПб., 2008.
5. Игнатова Л.В. и др. Программа укрепления здоровья детей в коррекционных группах. М., 2008.
6. Картушина М. Ю. Быть здоровыми хотим. М., 2009.
7. Кудрявцев В. Т. Развивающая педагогика оздоровления. М., 2009.
8. Литвинов А. А., Иванчин Е. В. Азбука плавания. СПб., 2011.
9. Лоурэнс Д.М. Аквааэробика. Упражнение в воде. М., 2012.
10. Макарепко Л. П. Учите плавать на спине. М., 2010.
11. Маханева М. Д. Здоровый ребенок. М., 2009.
12. Осокина Т. И. Обучение плавания в детском саду. М., 2008.
13. Протченко Т. А. Обучение плаванию дошкольников и младших школьников: Практическое пособие. М., 2009.
14. Рунова М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду. М., 2010.
15. Рокосовская Л. Г. Обучение плаванию способом «брасс». М., 2009. №1.
16. Урвачева Л.Н Учимся плавать играя. М., 2008. №1.
17. Яблонская С. В. Физкультура и плавание в детском саду. М., 2008.
18. <http://www.school1298.ru/index.php?PHPSESSID=plj2k5oejv65dndg34rkigb454>
19. <http://www.dissercat.com/content/obuchenie-detei-5-7-let-plavaniyu-s-vvedeniem-elementov-sinkhronnogo-plavaniya-v-malogabari>

ПРИНЯТ
на заседании
Педагогического совета
Протокол №1 от 30.08.2023

УТВЕРЖДЕН
Приказ № _____ от _____
Заведующий
_____ Я.Л. Егорова

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Кол-во часов	Кол-во дней	Кол-во недель	Режим занятий
1 год	01.10.2023	31.05.2023	32	32	32	1 раз в неделю по 1 занятию (академ. часу). (Академический час 15-25 минут)

Расписание занятий

по дополнительной общеразвивающей программе по обучению детей плаванию
«Капелька»

Наименование программы	Дни занятий	Время	Кол-во часов	педагог	Место проведения занятий
ДОП по обучению детей плаванию «Капелька»	Вт.	17.00-17.25	1 час	Васильева С.В.	Главный корпус Бассейн
	четв	17.00-17.25	1 час		
	суб	10.00-10.25 10.40-11.05	1 час 1 час		
Итого			4ч		