

**Управление образования администрации округа Муром
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение
«Детский сад № 26 комбинированного вида»**

Рассмотрено на педагогическом совете
«30» _____ мая 2025 г.
Протокол № 4

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 26
комбинированного вида»

Т.А.Егорова
Приказ № 154/1 «31» мая 2025 г.

**Егорова Татьяна
Александровна**

Подписано цифровой подписью:
Егорова Татьяна Александровна
Дата: 2025.07.01 09:37:22 +03'00'

**АДАПТИРОВАННАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ДЕЛЬФИНЕНОК»**

(физкультурно–спортивная направленность)

Уровень сложности - ознакомительный

**Возраст обучающихся 5-7 лет для детей с ОВЗ с
интеллектуальной недостаточностью легкой степени**

Срок реализации программы - 1 год.

**Разработчик: Сидорова Л.В.,
инструктор по физической культуре**

**г. Муром
2025 г.**

Содержание программы

№	Раздел	Страница
1	Пояснительная записка	3
2	Цели и задачи	5
3	Содержание программы	8
4	Планируемые результаты	11
5	Календарный учебный график	12
6	Условия реализации программы	12
7	Формы аттестации	15
8	Оценочные материалы	15
9	Список использованной литературы	17
10	Приложение	

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Одно из основных направлений работы образовательной деятельности МБДОУ «Детский сад № 26 комбинированного вида» является физкультурно-оздоровительное, ориентированное на эффективное физическое развитие и укрепление здоровья ребёнка с ОВЗ. В процессе решения этой задачи особое внимание уделяется усилению образовательного потенциала физической культуры через использование альтернативных методов и приёмов, дополняющих и обогащающих традиционные формы детской деятельности в условиях образовательного учреждения.

Одна из них – это занятия плаванием.

Актуальность

Актуальность – выбранной темы заключается в том, что купание, игры на воде, плавание благоприятны для всестороннего физического развития ребенка с ОВЗ. Работоспособность мышц у дошкольников невелика, они довольно быстро утомляются при статических нагрузках. Детям более свойственна динамика. Во время плавания чередуются напряжение и расслабление разных мышц, что увеличивает их работоспособность и силу. В воде уменьшается статическое напряжение тела, снижается нагрузка на еще не окрепший и податливый детский позвоночник, который в этом случае правильно формируется, вырабатывается хорошая осанка. В то же время активное движение ног в воде в безопорном положении укрепляет стопы ребенка и предупреждает развитие плоскостопия. Систематические занятия плаванием ведут к совершенствованию органов кровообращения и дыхания. Это происходит благодаря ритмичной работе мышц, необходимости преодолевать сопротивление воды. Улучшается сердечная деятельность, подвижность грудной клетки, увеличивается жизненная емкость легких. Регулярные занятия плаванием положительно влияют на закаливание детского организма. Одновременно с обучением плаванию детям с ОВЗ прививаются умения и навыки самообслуживания, что очень важно для всестороннего развития. Плавание благоприятно влияет не только на физическое развитие ребенка, но и на формирование его личности. Не всем детям общение с водой доставляет удовольствие и радость, некоторые боятся входить в воду, боятся глубины. Психологами установлено, что главная опасность на воде – не действия в ней, а чувство страха и боязнь глубины. Именно поэтому первые шаги обучению плаванию направлены на то, чтобы помочь ребенку с ОВЗ преодолеть это неприятное и небезобидное чувство. Занятия по плаванию развивают такие черты личности, как целеустремленность, настойчивость, самообладание, решительность, смелость, дисциплинированность, умение действовать в коллективе, проявлять самостоятельность.

Поиск эффективных путей реализации данного направления привёл к организации физкультурно-оздоровительного кружка «Дельфинёнок».

Новизна

На занятиях по программе "Дельфиненок" дети получают помимо основных спортивных способов плавания еще и навыки прикладного плавания и спасения на воде. Таким образом, обучающиеся будут иметь представление о поведении на открытых водоемах и спасение утопающих.

Педагогическая целесообразность

Формирование здорового поколения - одна из главных стратегических задач развития страны.

Это регламентируется и обеспечивается рядом нормативно – правовых документов:

- «Конвенцией о правах ребенка»;
- ФЗ № 273 от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации»,
- Федеральная целевая программа «Развитие дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года» Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 года № 06-1172)
- Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года».
- Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России (ФГОС ООО)
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Примерные требования к программам дополнительного образования детей в приложении к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844
- Письмо Министерства образования и науки РФ N 09- 3242 от 18 ноября 2015 г. «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно- эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Вид программы: модифицированная.

2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель данной программы: способствовать оздоровлению детей с ограниченными возможностями здоровья посредством занятий по плаванию.

Основные задачи программы:

Образовательные:

- Формировать теоретические и практические основы освоения водного пространства;
- Обучать плавательным навыкам и умениям.

Развивающие:

- Расширять спектр двигательных умений и навыков в воде;
- Развивать творческое самовыражение в игровых действиях в воде.

Воспитательные:

- Воспитывать нравственно-волевые качества, настойчивость, смелость, выдержку, силу воли;
- Формировать устойчивый интерес к занятиям по плаванию, обеспечить эмоциональное благополучие при выполнении упражнений в водной среде.

Оздоровительные:

- Укрепить здоровье детей, содействовать их гармоничному психофизическому развитию;
- Содействовать расширению адаптивных возможностей детского организма;
- Совершенствовать опорно-двигательный аппарат, формирование правильной осанки, повышение работоспособности организма.

Содержание материала каждого занятия направлено на решение нескольких задач, которые взаимосвязаны и обуславливают друг друга, объединяясь в одну общую. Содержание занятий строится в порядке возрастающей трудности, постепенного увеличения нагрузки, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей с ОВЗ. При повторении упражнений, использовать задания одного типа, но разного содержания. Упражнения должны опережать имеющийся у детей в данный момент уровень умений и навыков, хотя индивидуальные данные каждого ребёнка могут внести свои коррективы.

Особенности психофизического развития детей с ОВЗ 5-7 лет.

Занятия физическими упражнениями оказывают большое влияние на всестороннее развитие ребенка. Формируется и развивается внутренний мир

ребенка - его мысли, чувства, нравственные качества. Двигательная деятельность считается как фактор развития человека.

Существует прямая связь между занятиями физической культурой и умственным развитием ребенка.

В результате двигательной деятельности дети учатся понимать некоторые явления, происходящие в окружающем мире и организме человека. Прежде всего, это относится к представлениям о времени, пространстве, продолжительности движений и т.д. Простое решение двигательной задачи как выполнить упражнение быстрее, что нужно сделать, чтобы исправить ошибку - представляет собой цепь умственных операций, которые включают наблюдение, обобщение, сравнение. Выполняя задачи различной степени трудности, дети приобретают опыт творческой деятельности.

На шестом году жизни двигательный опыт детей заметно расширяется, активно развиваются двигательные способности.

В развитии мышц выделяются несколько “узловых” периодов. Один из них - возраст шесть лет, когда у детей активно развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабыми остаются мелкие мышцы, особенно кистей рук. На шестом году жизни заметно улучшается устойчивость равновесия, столь необходимая при выполнении большинства движений. Резервные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной системы у детей заметно расширяется.

Динамика нервной системы облегчает освоение детьми движений, физических упражнений, так как двигательные стереотипы не только намного легче формируются, но и возможна их модификация, то есть улучшение качества двигательной деятельности дошкольников.

На седьмом году жизни движения ребенка становятся более координированными и точными. Основой проявления двигательной деятельности является развитие устойчивого равновесия. Оно зависит от степени взаимодействия проприоцептивных, вестибулярных и других рефлексов, а также от массы тела и площади опоры. С возрастом ребенка показатели сохранения устойчивого равновесия улучшаются. При выполнении упражнений на равновесие девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками.

В двигательной деятельности формируются навыки самоорганизации, взаимоконтроля. Дети проявляют волевые усилия при выполнении заданий, для них важен результат. Появляется возможность на основе закладывающейся произвольности сформировать у детей потребность заниматься физическими упражнениями, развивать самостоятельность, инициативу в освоении новых видов движений.

Сроки реализации программы.

Деятельность физкультурно-спортивная кружка «Дельфиненок» осуществляется на основе программы Т.И. Осокиной «Обучение плаванию в детском саду». Программа Т.И. Осокиной «Обучение плаванию в детском саду» адаптирована к условиям МБДОУ «Детский сад № 26 комбинированного вида», **программа рассчитана на 1 год обучения** для детей дошкольного возраста с ОВЗ.

Количество занятий: 1 раз в неделю продолжительностью 30 минут, 36 учебных недель, всего 18 часов в год, их количество в год может варьироваться в зависимости от праздничных дней. Занятия организованы на основе СанПиНа. Обязательно проводится табулирование детей. Медицинская сестра бассейна осматривает детей и ведёт контроль за самочувствием каждого ребёнка.

Формы, методы работы:

В процессе занятий используются различные формы организации детей:

- групповые;
- командные;
- индивидуальные.

Рекомендуются такие формы занятий:

- учебно-тренирующие;
- сюжетные;
- игровые;
- контрольно-учетные;
- в форме бесед (об истории плавания)
- занятия с участием родителей;
- спортивные досуги, развлечения.

Итогом реализации программы являются:

- диагностика показателей двигательной подготовленности детей.

Учебный материал распределяется на теоретические и практические занятия. Теоретические - 2 часа в год. Практические - 16 часов в год.

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебно-тематический план базового обучения

№	Тема занятия	Количество часов		Формы контроля
		Теоретические	Практические	
1.	Ознакомление с правилами поведения в бассейне. Техниккой безопасности.	0.25		
2.	Валеологические знания	0.5		
3.	Оборудование и инвентарь.	0.25		
4.	Общая физическая подготовка.	1	1	
5.	Научить передвигаться в воде по дну бассейна разными способами на различной глубине		1	
6.	Учить погружаться в воду, открывать в ней глаза, передвигаться и ориентироваться под водой		3	
7.	Обучение выдоху в воду		2	
8.	Обучение лежать на воде, на груди и спине.		3	
9.	Обучение скольжению на воде на груди и спине.		3	
10.	Разучивание способа плавания – кроль на груди.		2	
11.	Выполнение контрольных тестов.		1	
	Итого:	2	16	

Содержание учебно-тематического плана базового обучения:

1. Техника безопасности

Теория: правила поведения в бассейне

2. Валеологические знания

Теория: Влияние плавания на организм занимающихся. Знакомство со свойствами воды. Ознакомление с правилами ухода за собой и своим телом, оказание первой помощи при проблемах на воде.

3. Оборудование и инвентарь

Теория: знакомство со спортивным инвентарем в бассейне (надувные круги, нарукавники, нудлы, пенопластовые доски, ласты, нетрадиционное оборудование)

4. Общая физическая подготовка

Теория: техника безопасности при выполнении упражнений.

Практика: общеразвивающие, специальные и имитационные плавательные упражнения в сухом бассейне. Ходьба, бег, прыжки, наклоны, упражнения на гимнастической скамейке и с предметами.

5. Передвижение в воде разными способами

Теория: способы передвижения в воде.

Практика: Различные виды ходьбы (носки, пятки, с высоким подниманием колена и т.д.) передвижение гусиным шагом с небольшим уровнем воды, упражнение «Крокодил», «Крабы», «Раки» отрабатывать движения ногами упражнение «моторчик», ходьба парами. Передвижение по дну бассейна шагом (в воде), передвижение по дну бассейна бегом (в воде), передвижение по дну бассейна прыжками (в воде), передвижение по дну бассейна изученными ранее способами в сочетании с движениями рук, передвижения в воде на руках по дну бассейна, игры в воде связанные с передвижениями по дну бассейна различными способами.

Ходьба:

в сухом бассейне - упражнение «Цапля», приставной шаг, скрёстный шаг; широкий шаг, высоко поднимая колено;

в чаше бассейна в воде - широкий шаг, высоко поднимая носок; ходьба по бассейну, загребая воду руками – лицом вперёд, спиной вперёд, в положении полуприседа, помогая себе руками, с наклоном туловища вперёд.

Бег: «Кто быстрее?», «Лошадки».

Прыжки: на месте у бортика («Кто выше?»), на обеих ногах, руки на поясе; с продвижением вперёд; от бортика к бортику, отрывая ноги от дна; выпрыгивание с последующим погружением до подбородка, до глаз, с головой; подпрыгивание с последующим падением в воду.

6. Погружение в воду

Теория: Свойства воды и правила погружения в воду.

Практика: упражнение с погружением в воду и открыванием в ней глаз упражнения «Надень шляпу», «Вырос гриб», «В домик из домика» опускание лица в воду стоя на дне, открывание глаз в воде стоя на дне, приседания в воде, погружения в воду (с опорой), погружение в воду (без опоры), погружения с рассматриванием предметов, игры, связанные с погружением в воду, передвижением и ориентированием под водой. Погружение до подбородка, до глаз, с головой. Погружение лица с пусканием пузырей; стоя в положении наклона сделать вдох, опустить лицо в воду – выдох; «Насос», «Водолазы», «Медуза», «Звезда», «Стрела».

Игры: «Цапля», «Караси и карпы», «Кто достанет клад?», «Хоровод», «Смелые ребята», «Лягушата», «Пузыри», «Удочка», «Оса», «Вратарь», «Бегом за мячом», «Дровосек», «Карусели», «Водолазы», «Покажи пятки», «Медуза», «Звезда», «Стрела».

7. Дыхание в воде

Теория: основные правила дыхания в воде.

Практика: выдох перед собой в воздух, выдох в воду, выдох на границе воды и воздуха, игры с использованием выдоха в воду. Упражнение «Надутый шар», «Лопнул шар», «Резвый мячик», «Качели» на глубокой воде.

8. Обучение лежанию на воде

Теория: свойства воды, правила лежания на воде.

Практика: упражнение на всплывание, лежание на груди, лежание на спине. Упражнения «Поплавок», «Звёздочка» на спине и животе, «Медуза».

9. Обучение скольжению на воде

Теория: правила выполнения скольжения на воде.

Практика: упражнения на скольжение в воде со вспомогательными снарядами и помощью педагога упражнения «Торпеда», «Стрела». Выполнение скольжения на груди, отталкиваясь от дна, выполнение скольжения на груди, отталкиваясь от стенок бассейна, выполнение скольжения в сочетании с выдохом в воду, выполнение скольжения в сочетании с движениями рук, скольжение на спине, отталкиваясь от дна, скольжение на спине, отталкиваясь от стенки бассейна, подвижные игры «Подводные лодки», «Усатый сом», «Фонтаны».

10. Разучивание способа плавания – кроль на груди

Теория: правила согласования движений рук, ног и дыхания при плавании кролем на груди.

Практика: имитация гребковых движений руками при плавании кролем на груди, продвигаясь мелкими шагами вперед, упражнения со вспомогательными и поддерживающими средствами (нарукавники,

плавательные доски, ласты) Подвижные игры «Поезд в туннель!» «Водолазы», «Щука и рыбы»

11. Выполнение контрольных тестов

Теория: правила выполнения тестовых заданий.

Практика: оценивание движения ног, рук, движения ног согласованно с дыханием, движения рук согласованно с дыханием по пятибалльной системе; оценивание результативности плавательных действий: выдох в воду 8 раз подряд, скольжение на груди, скольжение на спине, лежание на спине 1 минуту, плавание 10 метров.

4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Требования к качеству освоения программного материала детьми, занимающимися плаванием.

Занимающиеся должны <i>знать</i> :	Занимающиеся должны <i>уметь</i> :
Т Б.; - правила поведения в бассейне. - краткий обзор развития плавания; - краткие сведения о строении и функциях организма; - влияние плавания на организм занимающихся; - правила ухода за собой и своим телом, оказание первой помощи при проблемах на воде; - о назначении оборудования и инвентаря;	- правильно выполнять упражнения общей физической подготовки; - правильно выполнять технику плавания способом кроль на груди и спине; - выполнять контрольные нормативы не ниже среднего уровня; - участвовать в спортивных состязаниях и праздниках;

5. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

См. приложение №1

6. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Для реализации программы необходимы:

- учебно-тематический план
- конспекты занятий
- диагностическая карта
- комплексы упражнений (на суше)
- комплексы упражнений на формирование навыка правильной осанки
- упражнения на расслабление и образно-игровые.

Методическое обеспечение

Тема	Формы занятий, используемые приемы и методы	Дидактические материалы, техническое обеспечение НОД	Формы подведения итогов
Правила поведения в бассейне. Т.Б.; краткий обзор развития плавания; краткие сведения о строении и функциях организма; влияние плавания на организм занимающихся; правила ухода за собой и своим телом, оказание первой помощи при проблемах на воде;	Беседа	Плакаты, иллюстрации, тематические картины, буклеты	Опрос
Основы техники плавания способом «кроль» на груди и спине; общая физическая, морально-волевая, психологическая подготовка; оборудование и инвентарь.	Групповые и индивидуальные беседы, объяснение.	Плакаты, журналы, телевизор, DVD диски.	диагностика
Общая физическая подготовка	Рассказ, показ.	Мячи, доски, очки для плавания, резиновые игрушки, игрушки с	диагностика

		грузом, обручи (плавающие), вертикальны е, круги надувные.	
--	--	---	--

Материально-техническое обеспечение.

Оборудование и инвентарь для бассейна

№ п/п	Наименование	Количество
1	Чаша бассейна	1
2	Лестница для спуска в чашу, выполненная заподлицо с бортиком	1
3	Поручни по обеим сторонам бортиков чаши	10
4	Душевые	2
5	Раздевальные шкафчики	10
6	Скамейки	2
7	Ванна для обработки стоп	2
8	Резиновые массажные коврики	10
9	Резиновые дорожки	4
10	Резиновые коврики	5
11	Дорожка «Здоровья»	1
12	Умывальная раковина	2
13	Унитаз	2
14	Длинные разделительные дорожки	2
15	Короткие разделительные дорожки	2
16	Плавающие игрушки	30
17	Тонущие игрушки	20
18	Мячи резиновые разные размеры	12
19	Надувные круги разных размеров	5
20	Нарукавники	5
21	Лопатки для рук разных размеров	10
22	Жилеты для плавания	3
23	Плавательные доски разных размеров	15
24	Пластины пенопластовые прямоугольные с отверстиями для палок (соединяющих пластины)	2
25	Обручи для ныряния	3
26	Обруч плавающий	3
27	Гимнастические палки	10
28	Комплект (ласты, дыхательная трубка, маска)	2

29	Очки для плавания (индивидуально для каждого ребенка)	10
30	Трубки для дыхательных упражнений (индивидуально для каждого ребенка)	20
31	Термометр комнатный	1
32	Термометр для воды	1
33	Секундомер	1
34	Судейский свисток	1

Нестандартное оборудование для бассейна

№ п/п	Наименование	Количество
Для сухого бассейна		
1	Мешочки с песком	10
2	Ленточки с песком для ног	10
Для плавания в воде		
3	Доски из пенопласта большие	10
4	Доски из пенопласта средние	10
5	Доски из пенопласта маленькие	10
6	Стойки из обручей (вертикальные)	3
7	Ленты из пластмассовых шариков длинные	1
8	Ленты из пластмассовых шариков короткие	2
9	Деревянные брусочки	10
10	Следы из линолеума	10
11	Поплавки из пластмассовых бутылок разного размера	10
12	Поплавки из пластмассовых бутылок различного цвета	10
13	Поплавки из пластмассовых бутылок разной тяжести	10

Информационное обеспечение:

Структура занятий разработана в соответствии с требованиями физиологии и гигиены физических упражнений и обусловлена закономерностями работоспособности и утомляемости организма ребёнка при физических нагрузках. Части занятия естественно переходят одна в другую.

Кадровое обеспечение:

Адаптированную дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу «Дельфиненок» реализует инструктор по физической культуре МБДОУ «Детский сад №26 комбинированного вида» высшей квалификационной категории Сидорова Лидия Васильевна.

Все имеющееся оборудование и инвентарь соответствуют требованиям СанПиН.

Для более успешного освоения детьми программы главным является взаимодействие: педагог – родители – дети. При проведении занятий по плаванию уделяется особое внимание безопасности и здоровью каждого ребёнка.

7. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Контроль за реализацией программы проходит в форме:

- тестирования физической подготовленности (проводится 2 раза в год: в начале года – первичное, в конце учебного года – итоговое);
- наблюдения;
- анализа полученных данных;
- беседы с родителями;

8. ОЦЕНОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

Таблица № 1

Оценка плавания способом кроль на груди

№	Фамилия имя ребенка	Контрольные упражнения					средний балл
		движения ног	движения рук	движения ног согласованно с дыханием	движения рук согласованно с дыханием	плавание в полной координации	
1.		5	4	5	5	5	4,8

Таблица № 2

Оценка результативности плавательных действий, необходимых для дальнейшего обучения плаванию

№	Фамилия имя ребенка	Параметры					средний балл
		выдох в воду 8 раз подряд	скольжение на груди	скольжение на спине	лежание на спине 1' поддерживая движениями рук и ног	плавание 10 м	
1.		4	5	5	5	5	4,8

Оценка качества выполнения контрольных упражнений программы:

• Низкий уровень – Н

Ребёнок допускает существенные ошибки в технике движений, не соблюдает заданный темп и ритм, действует только в сопровождении инструктора – на суше и в воде.

- **Средний уровень –С**

Ребёнок владеет основными элементами техники большинства упражнений, способен самостоятельно выполнять упражнения на основе предварительного показа.

- **Высокий уровень – В**

Ребёнок проявляет стойкий интерес к физическим упражнениям, самостоятельно делает освоенные упражнения на суше и в воде.

Способы определения результативности:

для оценки освоения плавательных умений и навыков разработана диагностическая карта с контрольными упражнениями, в которой фиксируются результаты обследования.

9. СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. А.А. Чеменева, Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию для детей дошкольного возраста». - Санкт-Петербург, 2011 г.
2. Е.К. Воронова «Программа обучения плаванию в детском саду». - СПб: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2003 г.
3. И.А. Большакова «Маленький дельфин». Пособие для инструкторов по плаванию, педагогов дошкольных учреждений / И.А. Большакова. - М.: Аркти, 2005. – 24 с.
4. И.Л. Ганчар «Плавание – теория и методика преподавания», 1998 г.
5. М. Рыбак, Г. Глушкова, Г. Поташова «Раз, два, три, плыви» методическое пособие для дошкольных образовательных учреждений. – Москва: Обруч, 2010 г.
6. Н.Г. Озолин «Молодому коллеге». – М.: Физкультура и спорт, 1998 г.
7. Н.Г. Соколова «Плавание и здоровье малыша». Н.Г. Соколова. - Р-н-Д.: Феникс, 2007. – 157 с.
8. Верещагина Н. В. «Особый ребенок» в детском саду: Практические рекомендации по организации коррекционно–развивающей работы с детьми с множественными нарушениями в развитии. – М.: «Детство-ПРЕСС» 2009 г.
9. «Плавание, техника обучения детей с раннего возраста» - Н.Л. Петрова, В.А. Баранов, 2008 г.
10. Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, Т.Л. Богина «Обучения плавания в детском саду». - Москва: Просвещение, 1991 г.
11. Екжанова, Е. А. Коррекционно-развивающее обучение и воспитание: программа дошкольных образовательных учреждений компенсирующего вида для детей с нарушением интеллекта / Е.А. Екжанова, Е.А. Стребелева. –М.: Просвещение, 2005. – 272 с.

Для родителей

12. В.В. Горбунов «Вода дарит здоровье». – М., Советский спорт, 1990 г.
13. В.С. Васильев «Обучение детей плаванию». – М.: Физкультура и спорт, 1989 г.
14. Н.Ж. Булгакова «Игры у воды, на воде, под водой». - М.: Физкультура и спорт, 2000 г.
15. Л.П. Макаренко «Плавайте на здоровье», 1998 г.