

ФОРМА № 4 к разделу 4 Перечней критериев и показателей для оценки профессиональной деятельности педагогических работников **ОО Краснодарского края, аттестуемых в целях установления квалификационной категории** (высшей) по должности «тренер-преподаватель», «старший тренер-преподаватель»

«Результативность деятельности педагогического работника в профессиональном сообществе»
Результаты представляются обязательно как минимум по 1 из 4 критериев четвертого раздела.

Фамилия, имя, отчество аттестуемого Виткина Виктория Михайловна
 Место работы, должность, преподаваемый предмет муниципальное автономное учреждение дополнительного образования спортивная школа № 1 муниципального образования Тимашевский район, тренер-преподаватель по плаванию

1. Результаты участия педагогического работника в разработке программно-методического сопровождения образовательного процесса (п. 4.1)

Учебный год	Вид программно-методического материала, созданного педагогом	Статус участия в разработке	Наименование (тема) продукта	Уровень рецензии (муниципальный, региональный), наименование организации, выдавшей рецензию на программно-методический материал, автор рецензии (Ф.И.О. рецензента), дата получения рецензии.
2024 г.	Методическое пособие	автор	«Преодоление первоначального страха, боязни воды у детей младшего школьного возраста, обучение плаванию в бассейне»	Муниципальный муниципальное автономное учреждение дополнительного образования спортивная школа № 1 муниципального образования Тимашевский район (МАУ ДО СШ №1) Рецензенты: Начальник Отдела Физической культуры и Спорта МО Тимашевский район Е.П. Анненко Инструктор – методист МАУ ДО СШ №1 И.А. Леонидова Рецензия составлена: 02.11.2024 г.
2025 г.	Методические рекомендации	автор	«Основные качества, которые помогут до-	Муниципальный муниципальное автономное учреждение

			дополнительного образования спортивная школа № 1 муниципального образования Тимашевский район (МАУ ДО СШ №1)	Рецензенты: Начальник Отдела Физической культуры и Спорта МО Тимашевский район Е.П. Анненко Инструктор – методист МАУ ДО СШ №1 И.А. Леонидова Рецензия составлена: 07.02.2025 г.
			биться высоких качеств в спорте»	

2. Публикация педагогических разработок и методических материалов в СМИ, размещение материалов в сети Интернет (п. 4.1)

Вид опубликованного программно-методического материала	Статус участия в разработке	Наименование (тема) продукта	Уровень публикации, название издания, год
Методические рекомендации	автор	«Основные качества, которые помогут добиться высоких качеств в спорте»	Федеральный, сайт info4rok.ru от 13.05.2025 г. https://info4rok.ru/osnovnyye-kachestva-sportsmena-kotorye-pomogut-dobitsya-vysokikh-kachestv-v-sporte-7872949.html свидетельство, заверенное печатью и подписью директора МАУ ДО СШ №1 Камардина В.Н.
Методическая разработка	автор	«Преодоление первоначального страха, боязни воды у детей младшего школьного возраста, обучение плаванию в бассейне»	Федеральный, сайт info4rok.ru от 13.05.2025 г. https://info4rok.ru/preodolenie-pervonachalnogo-straha-

			<u>boyazni-vody-u-detey- mladshogo-shkolnogo- vozrasta-obucheniye-plavaniyu- v-bassejne-7873075.html</u> свидетельство, заверенное печатью и подписью дирек- тора МАУ ДО СШ №1 Камардина В.Н.
--	--	--	--

3. Результаты повышения квалификации по профилю деятельности педагогического работника (п. 4.3)

Сроки повышения квалификации (курсы), получения послевузовского образования (магистратура, второе высшее образование, переподготовка, аспирантура, докторантура)	Полное наименование организации, проводившей обучение	Тема (направление повышения квалификации, переподготовки)	Количество часов (для курсов повышения квалификации и переподготовки)	Реквизиты документов, подтверждающих результат повышения квалификации, переподготовки
С 09 по 29 октября 2023 г.	Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма	«Современные технологии спортивной подготовки в плавании»	108	Копия удостоверения 231201441506 Регистрационный номер ПК 833/23, заверенная печатью и подписью директора МАУ ДО СШ №1 Ка- мардина В.Н.

4. Награды за успехи в профессиональной деятельности, наличие ученой степени, звания (п. 4.4)

Наименование награды, звания, ученой степени	Уровень	Дата получения, реквизиты документа, подтверждающего
Благодарность главы муниципального образования Тимашевский район, подписанная главой муниципального образования Тимашевский район А.В. Палий	муниципальный	Распоряжение главы от 15.12.2023 г. № 438-р
Почетная грамота главы муниципального образования Тимашевский район, подписанная главой муниципального образования Тимашевский район А.В. Палий	муниципальный	Распоряжение главы от 05.08.2024 г. № 246-р
Благодарность главы муниципального образования Тимашевский район, подписанная главой муниципального образования Тимашевский район А.В. Палий	муниципальный	Распоряжение главы от 17.12.2024 г. № 424-р
Благодарность главы муниципального образования Тимашевский район, подписанная главой муниципального образования Тимашевский район А.В. Палий	муниципальный	Распоряжение главы от 23.07.2025 г. № 231-р

Дата заполнения: 06.10.2025 г.

Достоверность информации о результатах работы аттестуемого подтверждаю:

Директор МАУ ДО СШ №1

Ответственный за аттестацию МАУ ДО СШ №1

Аттестуемый педагогический работник



/ В. Н. Камардин
/ И. А. Леонидова
/ В. М. Виткина

РЕЦЕНЗИЯ

на методические рекомендации

«Преодоление первоначального страха, боязни воды у детей младшего школьного возраста, обучение плаванию в бассейне»

Составитель: Виткина Виктория Михайловна, тренер – преподаватель по плаванию первой квалификационной категории МАУ ДО СШ №1

Методическое пособие разработано в помощь тренерам, тренерам-преподавателям и инструкторам по плаванию, а также молодым специалистам в области физической культуры и спорта для работы в группах начальной подготовки детей младшего возраста, включает в себя 10 конспектов занятий по плаванию для групп НП-1.

Количество страниц - 18.

При создании данного материала автор опирался на свой богатый педагогический опыт.

Четко поставлены цели и задачи, согласно заявленной теме. Содержание разработки соответствует ее теме и поставленным задачам. Материал построен логично и последовательно в строгом соответствии с тематикой разработки.

Работа включает в себя 10 конспектов занятий по плаванию для групп НП-1. Пособие направлено на достижение высоких показателей в избранном виде спорта в будущем.

Данный материал полностью соответствует требованиям к педагогическим разработкам и пособиям, оформлен аккуратно и доступен для целевой аудитории.

Методический материал имеет четкую структуру и его компоненты логически связаны между собой. Все это дает основание рекомендовать данные методические материалы для применения в работе учителям физической культуры, тренерам, тренерам-преподавателям и педагогам учреждений дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.

02.11.2024.

Начальник отдела ФК и С
МО Тимашевский район



Е.П. Анненко

Ответственный за аттестацию МАУ ДО СШ №1

И.А. Леонидова



Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
спортивная школа №1 МО Тимашевский район

Методическое пособие:

*« Преодоление первоначального страха, боязни воды у детей
младшего школьного возраста, обучение плаванию в бассейне »*

Составитель: Виткина Виктория Михайловна,
тренер-преподаватель по плаванию
первой квалификационной категории МАУ ДО СШ №1

г. Тимашевск

2025 г.



Методическое пособие:

«Преодоление первоначального страха, боязни воды у детей младшего школьного возраста, обучение плаванию в бассейне»

Составитель: Виткина Виктория Михайловна, тренер – преподаватель по плаванию первой квалификационной категории МАУ ДО СШ №1

Методическое пособие разработано в помощь тренерам, тренерам-преподавателям и инструкторам по плаванию, а также молодым специалистам в области физической культуры и спорта для работы в группах начальной подготовки детей младшего возраста, включает в себя 10 конспектов занятий по плаванию для групп НП-1.

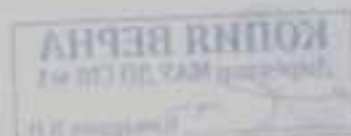
Плавание благотворно и разносторонне влияет на организм человека. Общеизвестно, что оно укрепляет здоровье и закаляет организм. Данный вид физических упражнений активизирует обмен веществ, положительно влияет на нервную систему. Ритмичное дыхание укрепляет легкие, оказывает лечебное воздействие на органы дыхания. Кроме того, совершая циклические движения, человек, занимающийся плаванием, повышает функциональную деятельность сердечно-сосудистой системы, а также развивает силу мышц и гибкость. Плавание – это еще и прикладной, жизненно важный навык, необходимый каждому человеку.

У детей младшего школьного возраста (6-8 лет) развито чувство самосохранения и сильно развита боязнь воды. Поэтому, первостепенной задачей при начальном обучении детей плаванию является преодоление боязни воды, умение держаться на воде, совершая элементарные плавательные движения.

Цель: Преодолеть боязнь воды, овладеть основой техники плавания (кроль на груди, спине).

Задачи:

- Закаливание организма, развитие физической культуры



- Преодолеть боязнь воды, воспитать самостоятельность, уверенность передвижения в воде

- Формировать умение погружаться в воду с головой с задержкой дыхания, с выходом в воду, открывать в воде глаза

- Обучить лежанию на воде на спине, груди

- Освоить основы техники плавания способом «кроль» на груди, спине

Занятия в бассейне по обучению плаванию состоит из 3-х этапов:

1. Привыкание к воде

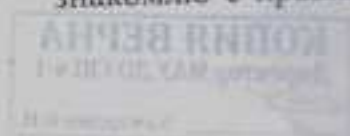
2. Освоение воды

3. Овладение плавательными движениями

Занятия включают в себя большую подготовительную работу, которая помогает детям справиться со страхом воды, с неуверенностью в собственных силах, познакомиться со свойствами воды, научиться держаться на воде, овладеть навыками плавания облегченными способами.

Детям нужно время привыкнуть к воде и научиться не бояться ее, правильно дышать в водной среде. На этом основаны дыхательные упражнения, которые проходят на «суше» и только потом в воде. Ребенок учится делать вдох через рот, а выдох через нос и рот. В этом и помогают различные игровые упражнения, например сдувание бумажных снежинок, пушинок с ладони. С каждым занятием детям предлагаются большие предметы, которые необходимо с помощью дыхания сдвинуть с места: воздушные шары, теннисные шары и др. Главная задача этих тренировочных упражнений, чтобы в бассейне ребенок не наглотался воды, не испугался. Сначала занятия проходят на суше - так называемое «сухое плавание», и только потом занятия проходят в воде.

Первое занятие проходит в форме экскурсии по бассейну, в ходе которой знакомя с правилами поведения в бассейне (показываю детям, где и как нужно



КОПИЯ ВЕРНА

Директор МАУ ДО СШ №1

Камадин В.И.

раздеваться и переодеваться, надеть купальную шапочку, как мыться под душем, ходить по обходной дорожке).

Первый выход в бассейне - событие в жизни ребенка. Большое светлое помещение, сверкающее голубизной зеркало воды, плеск, брызги ошеломляют детей. От тренера-преподавателя зависит, чтобы эти впечатления были положительными.

Основная трудность входа в бассейн - спуск по лестнице. На первых занятиях помогаю детям. Слежу за тем, чтобы ребенок не оступился, не подскользнулся, предупреждаю его неожиданное падение в воду.

Нельзя принуждать детей!

Малыши любят воду, с удовольствием в ней плещутся. Но при этом следует помнить, что большинству присуще чувство водобоязни, преодолеть которое нужно постепенно, без насилия и принуждения. Того, кто входит в воду нехотя, нерешительно, беру за руки и вожу его ладонью по поверхности воды, приговаривая: «Какая водичка гладкая, теплая, нежная, добрая!»

Затем ребенка следует поставить в воду лицом к себе и незаметно отступить. Когда дети привыкнут к воде и начнут передвигаться в ней самостоятельно, обходят бассейн, держась рукой за поручень, бортик, руку.

Не рекомендуется пользоваться всевозможными устрашающими формулировками. Следует избегать слов типа «Не бойся», «Это не страшно». Можно подобрать выражения, в которых отсутствует угроза опасности: «Смелее», «Делай, как все», «Молодец» и т.п.

Все задания и упражнения, выполняемые, как на суше, так и в воде, нужно превратить в игру. Именно игра является ведущим видом деятельности ребенка.

Хорошим средством устранения водобоязни является такое упражнение, как «Фонтанчик». Дети, сидя на бортике, опускают ноги в воду и по команде тренера начинают энергичные движения ногами так, чтобы появились брызги. Данное упражнение доставляет детям огромное удовольствие. Так же в своей работе, для первоначального привыкания детей к воде, использую умывание с ладошки и обливание руками.



Когда дети преодолевают первоначальный страх к воде, предлагаю им для выполнения более сложные упражнения, которые помогают закрепить усвоенные навыки и перейти к освоению умения держаться на поверхности воды со вспомогательными предметами и овладению правильным дыханием.

Большое значение при организации занятий имеет подготовка материала и оборудования. На занятиях применяю удобные шапочки, плавательные очки, различные игрушки (плавающие и тонущие), которые помогают войти в образ и обеспечивают эмоциональный подъем, способствуя преодолению боязни воды. Использую игры и упражнения разного содержания с разными заданиями: игры и упражнения на сопротивление воды, на погружение с головой, на выработку правильного дыхания, на развитие умения скольжения по воде, игры на открывание глаз в воде, с прыжками, мячом.

Хочется еще раз подчеркнуть:

Каждое занятие должно быть направлено на формирование у детей только положительных эмоций и чувств - радости, удовольствия, так же заинтересованности и наслаждения от пребывания в воде. Это повысит эффективность занятий по плаванию, способствующих укреплению и оздоровлению организма детей.

Вашему вниманию предлагаю 10 конспектов тренировочных занятий в группах начальной подготовки 1 года обучения.

Целью всех занятий является устранение боязни воды.



Занятие 1.

Задачи:

1. Рассказать детям о пользе плавания.
2. Познакомить с помещениями бассейна, основными правилами поведения.
3. Создать представление о свойствах воды, движениях в воде.

Части занятия	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная часть (11 мин)	Построение. Сообщение задач занятия.	1 мин	Построение перед раздевалкой.
	Беседа с детьми о пользе плавания. Правила поведения в бассейне.	5 мин	Дети располагаются на скамейках.
	Подготовка к занятию.	5 мин	Пояснить, как и куда складывать одежду, мыться под душем. Помочь детям подготовиться к занятию.
Основная часть (12 мин)	Вход в воду.	3 мин	Войти в воду по лестнице под наблюдением и с помощью инструктора. По желанию надеть нарукавники.
	Ходьба вдоль бортика. И/у «Маленькие, большие ножки».	2 бассейна	Держаться одной рукой за бортик.
	- хлопки ладонями по воде; - набирать воду в ладошки, выливать, поливать на себя, подбрасывать вверх, умываться; - держась за бортик, приседания, прыжки в воде.	4 мин	Дети выполняют упражнения без принуждения, держась (по желанию) за бортик. Нельзя брызгать друг на друга.
	Игра «Солнышко и дождик».	2 раза	Роль водящего выполняет инструктор.
Заключительная часть (2 мин)	Выход из воды. Подведение итогов.	2 мин	

Занятие 2.

Задачи:

1. Приучать детей самостоятельно входить в воду, окунаться.
2. Упражнять выполнять различные упражнения в воде, активно передвигаться.
3. Учить опускать лицо в воду.
4. Воспитывать самостоятельность, уверенность передвижения в воде.

КОПИЯ ВЕРНА
Директор МАУ ДО СШ №1
Камардин В.Н.

Части занятия	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная часть (5-6 мин)	Переодеться в раздевалке. Принять душ.	3 мин	Напомнить правила посещения раздевалки, душевой.
	Построение. Сообщение задач занятия.	1 мин	Напомнить правила поведения в воде. По желанию надеть нарукавники. Надеть очки.
	Вход в воду.	2 мин	Вход в воду по лестнице под наблюдением инструктора.
Основная часть (17 мин)	Ходьба по периметру бассейна: - на носках; - с высоким подниманием бедра; - с приседаниями до плеч, подбородка.	2 бассейна	По желанию придерживаться за бортик бассейна. Приседания по сигналу.
	Легкий бег, по сигналу присесть до плеч, подбородка.	2 бассейна	Приседания по сигналу.
	Стоя в кругу: - присесть до подбородка, подуть на воду; - присесть до подбородка, по сигналу выпрыгнуть из воды; - набирать воду в ладошки, поливать на себя, умываться, брызгать себе в лицо; - наклоняться, опуская лицо в воду; - ходьба по кругу, взявшись за руки, по сигналу присесть; - опустить лицо в воду, «помешать» воду носом.	3-4 раза 3-4 раза 2-3 раза 3-4 раза 2-3 раза 3-4 раза	На первых порах не надо торопить выполнять упражнения. Сначала можно придерживаться одной рукой за бортик. Затем упражнения выполняются, взявшись за руки, потом руки на пояс.
	Игра для ознакомления со свойствами воды (см. Приложение 2).	2 раза	Нельзя толкать друг друга.
Заключительная часть (2 мин)	Выход из воды. Подведение итогов.	2 мин	Оценить успехи каждого ребенка.

Занятие 3.

Задачи:

1. Продолжать приучать детей самостоятельно входить в воду, окунаются.



КОПИЯ ВЕРНА
Директор МАУ ДО СШ №1

Камардина В.Н.

	- то же, опуская лицо в воду и делая выдох с пузырями; - выпрыгивание с погружением (стоя в воде, держась за бортик, выпрыгнуть из воды, затем погрузиться в воду с головой); - «достань мяч» (инструктор, стоя на борту, держит в вытянутых руках мяч; ребенок, выпрыгивая из воды, старается выбить мяч из рук).		
	Игра для ознакомления со свойствами воды (см. Приложение 2).	2 раза	Нельзя толкаться.
Заключительная часть (2 мин)	Выход из воды. Подведение итогов.	2 мин	Оценить успехи каждого ребенка.

Занятие 4.

Задачи:

1. Учить погружаться в воду с головой с задержкой дыхания.
2. Продолжать выполнять различные упражнения в воде, активно передвигаться, не бояться воды.
3. Поддерживать интерес детей к занятиям в бассейне.

Части занятия	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная часть (7 мин)	Переодеться. Принять душ.	3 мин	Напомнить правила посещения раздевалки, душевой.
	Построение вдоль чаши. Сообщение задач занятия. На суше: вдох – задержать дыхание – присесть – встать – выдох.	2 мин 3-4 раза	Напомнить правила поведения в воде. По желанию надеть нарукавники. Надеть очки.
	Вход в воду. Построение в две шеренги вдоль бортиков.	2 мин	Вход в воду по лестнице под наблюдением инструктора.
Основная часть (16 мин)	Стоя спиной к бортику, перейти на другую сторону бассейна: - шагом; - бегом; - прыжками; - разгребая воду руками (и/у «Лодочки плывут»). Стоя лицом к бортику, держась за него руками, сделать глубокий вдох, опуститься как можно ниже под воду, встать – выдох.	2-3 раза 2-3 раза 2-3 раза 3 раза 3 раза	Задания выполнять по сигналу. Следить, чтобы все сделали глубокий вдох. ртом, выдох только после того, как встанут.



	Разойтись в разные стороны, затем бегом стать парами («Найди себе пару»).	2 раза	Нельзя толкать друг друга.
	Стоя в парах, держась за руки, поочередно приседать, погружаясь в воду.	1 мин	Выигрывает пара, которая приседает под воду с головой.
	Игра для ознакомления со свойствами воды (см. Приложение 2).	2 раза	Нельзя толкаться.
Заключительная часть (2 мин)	Выход из воды. Подведение итогов.	2 мин	Оценить успехи каждого ребенка.

Занятие 5.

Задачи:

1. Учить различным спускам в воду с бортика бассейна.
2. Упражнять делать вдох – выдох на суше и в воде.
3. Формировать умение погружаться в воду с головой с задержкой дыхания.
4. Воспитывать самостоятельность, уверенность.

Части занятия	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная часть (10 мин)	Переодеться. Принять душ.	3 мин	Напомнить правила посещения раздевалки, душевой.
	Построение. Сообщение задач занятия.	1 мин	Напомнить правила поведения в воде. По желанию надеть нарукавники. Надеть очки.
	Упражнения на дыхание на суше: - выдох на ладонь; - выдох через «колечко»; - выдох через «трубочку»;	2-3 раза 2-3 раза 2-3 раза 5-6 раз	Почувствовать ток воздуха на ладони. Воздух набирать в легкие (предварительно положить ладонь на грудь, проверить, как грудная клетка поднимается.
	Вход в воду. (Инструктор показывает способ входа в воду, дети выполняют, он придерживает ребенка. Затем выполняют самостоятельно.)	3 мин	Спады в воду: сидя на бортике, вниз ногами; лежа на бортике спиной вниз, переверотом на живот; прыжком вниз ногами из положения приседа на бортике; спадом вниз головой из положения сидя на бортике.
Основная часть (13 мин)	Ходьба по периметру дорожек: - на носках;	2 бассейна	По желанию придерживаться за бортик бассейна.

КОПИЯ ВЕРНА

Директор МАУ ДО СШ №1

Камардин В.Н.

	- с высоким подниманием бедра; - с приседаниями до глаз, полностью с головой.		Приседания по сигналу, с задержкой дыхания.
	Легкий бег, по сигналу присесть до глаз, полностью с головой.	2 бассейна	Приседания по сигналу, с задержкой дыхания.
	Стоя спиной к бортику: - присесть до подбородка, подуть на воду; - выдох через «трубочку»; - дуем на «кораблик». Стоя лицом к бортику: - выдох в воду, опуская в воду рот; - т.ж., опуская нос; - т.ж., глаза; - т.ж., лоб.	2-3 раза 3-4 раза 2 раза 5-6 раз 5-6 раз 5-6 раз	На воде должна образоваться «ямка» от потока воздуха. Проходя от бортика к бортику. Подбородок на воде. Короткий вдох, мощный долгий выдох. Инструктор проговаривает: «Вдох – в-ы-ы-ы-дох, вдох – в-ы-ы-ы-дох».
	Игра с погружением в воду с головой (см. Приложение 2).	2 раза	Инструктор подбадривает детей, помогает опуститься под воду. Стараться не вытирать лицо.
Заключительная часть (2 мин)	Выход из воды. Подведение итогов.	2 мин	Оценить успехи каждого ребенка.

Занятие 6.

Задачи:

1. Разучить комплекс «Зарядка пловца».
2. Закреплять умение погружаться в воду с головой с задержкой дыхания, открывать в воде глаза.
3. Продолжать обучение выдохам в воду.

<i>Части занятия</i>	<i>Содержание</i>	<i>Дозировка</i>	<i>Организационно-методические указания</i>
Подготовительная часть (10-11 мин)	Переодеться. Принять душ.	3 мин	Напомнить правила посещения раздевалки, душевой.
	Построение. Сообщение задач занятия.	1 мин	По желанию надеть нарукавники. Надеть очки.
	Комплекс упражнений «Зарядка пловца» (см. Приложение 1).	4-5 мин	Упражнения выполнять в медленном темпе.
	Вход в воду.	2 мин	Вход в воду по лестнице под наблюдением инструктора.



Основная часть (12 мин)	Ходьба и бег по периметру дорожек. По сигналу присесть.	3 бассейна	По желанию придерживать за бортик бассейна.
	Стоя в кругу, инструктор под водой подает каждому ребенку игрушку, тот, в свою очередь, делает вдох, задерживает дыхание, под водой берет игрушку из рук инструктора.	2-3 раза	Учитывая степень подготовленности каждого ребенка, игрушку подавать на разной глубине. Если ребенок очень боится, придерживать его за свободную руку.
	После освоения этого упражнения, дети распределяются по парам и подают игрушки друг другу.	7-8 раз	Если упражнение не удается выполнить, можно придерживать за бортик бассейна, лестницу, шест.
	«Найди клад». На дне бассейна разбросать тонущие игрушки. Ребенок, сделав вдох и задержав дыхание, погружается под воду и собирает игрушки.	2-3 мин	Упражнение сначала выполняется на задержке дыхания, затем на выдохе.
	Между упражнениями выдох в воду.	7-8 раз	Создавать как можно больше пузырей.
	Самостоятельные игры на воде с игрушками.	2-3 мин	Нельзя толкать друг друга, брызгаться.
Заключительная часть (2 мин)	Выход из воды. Подведение итогов.	2 мин	Оценить успехи каждого ребенка.

Занятие 7.

Задачи:

1. Обучение лежанию на воде.
2. Повторить комплекс «Зарядка пловца».
3. Закреплять умение погружаться в воду с головой с задержкой дыхания, с выдохом в воду, открывать в воде глаза.

<i>Части занятия</i>	<i>Содержание</i>	<i>Дозировка</i>	<i>Организационно-методические указания</i>
Подготовительная часть (10-11 мин)	Переодеться. Принять душ.	3 мин	Напомнить правила посещения раздевалки, душевой.
	Построение. Сообщение задач занятия.	1 мин	По желанию надеть нарукавники. Надеть очки.
	Комплекс упражнений «Зарядка пловца» (см. Приложение 1).	4-5 мин	Упражнения выполнять в медленном темпе.
	Вход в воду.	2 мин	Вход в воду любым способом под



	Самостоятельные игры на воде с игрушками.	2-3 мин	Нельзя толкать друг друга, брызгать.
Заключительная часть (2 мин)	Выход из воды. Подведение итогов.	2 мин	Оценить успехи каждого ребенка.

Занятие 8.

Задачи:

1. Продолжать обучение лежанию на воде.
2. Повторить различные спуски в воду с бортика бассейна.
3. Закреплять умение ориентироваться под водой.
4. Совершенствовать навык дыхания в воду.

<i>Части занятия</i>	<i>Содержание</i>	<i>Дозировка</i>	<i>Организационно-методические указания</i>
Подготовительная часть (6 мин)	Переодеться. Принять душ.	3 мин	Напомнить правила посещения раздевалки, душевой.
	Построение. Сообщение задач занятия.	1 мин	По желанию надеть нарукавники. Надеть очки.
	Вход в воду (способ дети выбирают самостоятельно). Можно войти в воду несколько раз разными способами.	2 мин	Инструктор напоминает различные способы входа в воду.
Основная часть (12 мин)	Ходьба и бег по периметру дорожек. По сигналу присесть.	2 бассейна	По желанию придерживаться за бортик бассейна.
	Ходьба с доской по периметру дорожки.	2 бассейна	Плечи в воде, подбородок на воде.
	То же, выполняя выдох в воду, опуская лицо.	2 бассейна	Создавать как можно больше пузырей.
	Лежание на воде с полуподвижной опорой. Стоя на дне. Держа доску за передний край прямыми руками. Упереть ее дальний конец в бортик. Сделать вдох, погрузить лицо в воду, оттолкнуться ногой от дна и лечь. Выдохнуть весь воздух, подтянуть колени к животу и, опираясь на кисти рук, встать.	5-6 раз 5-6 раз 3-4 раза 3-4 раза.	По необходимости поддерживать детей под живот, помогая принять горизонтальное положение. На доску руками не давить, доска должна плоско лежать на поверхности. Затылок и плечи должны лежать на воде. Голову не поднимать.
	Лежание на воде с неподвижной опорой. Стоя на дне на расстоянии от бортика 2-3 м, держать доску		



	за передний край прямыми руками. Сделать вдох, погрузить лицо в воду, оттолкнуться ногой от дна и лечь. Выдохнуть весь воздух, подтянуть колени к животу и, опираясь на кисти рук, встать. <i>Лежание на спине, держась за неподвижную опору.</i> Стоя на дне, держась одной рукой за лестницу, отклониться назад, лечь на воду, вернуться в и.п. <i>Лежание на спине при помощи инструктора.</i> Стоя на дне, руки вдоль туловища. Ребенок, которого инструктор придерживает одной рукой под затылок, другой – под поясницу. Ложится на спину. Инструктор аккуратно опускает свои руки под воду, предоставив ребенку возможность самому лежать на воде. Потом переворачивает его на грудь через плечо и помогает встать.		
	Между упражнениями выдохи в воду.	7-8 раз	Больше пузырей.
	Игра с открыванием глаз в воде (см. Приложение 2)	2-3 раза	Соблюдать правила игры.
Заключительная часть (2 мин)	Выход из воды. Подведение итогов.	2 мин	Оценить успехи каждого ребенка.

Занятие 9.

Задачи:

1. Продолжать обучение лежанию на воде на спине.
2. Закреплять умение лежать на воде на груди.
3. Осваивать движение ног кролем.
4. Формировать умение принимать горизонтальное положение тела в воде.

Части занятия	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
---------------	------------	-----------	--------------------------------------



КОПИЯ ВЕРНА
Директор МАУ ДО СШ №1

Кажардин В.Н.

Подготовительная часть (5 мин)	Переодеться. Принять душ.	3 мин	Напомнить правила посещения раздевалки, душевой.
	Построение. Сообщение задач занятия.	1 мин	По желанию надеть нарукавники. Надеть очки.
	Выполнить упражнение «стрела».	3-4 раза	Голова зажата между ушей.
	Вход в воду (способ дети выбирают самостоятельно).	1 мин	Вход в воду под наблюдением инструктора.
Основная часть (18 мин)	Ходьба с доской по периметру дорожки.	2 бассейна	Плечи в воде, подбородок на воде. Создавать как можно больше пузырей.
	То же, выполняя выдох в воду, опуская лицо.	2 бассейна	
	Сидя в упоре сзади на бортике, упражняться в движениях ногами кролем. Те же движения, но лежа на животе на бортике. <i>Лежание на воде с полуподвижной опорой.</i> <i>Лежание на воде с подвижной опорой.</i> <i>Лежание на воде без опоры.</i> <i>Лежание на спине при помощи инструктора.</i> Стоя на дне, руки вдоль туловища. Ребенок, которого инструктор придерживает одной рукой под затылок, другой – под поясницу. Ложится на спину. Инструктор аккуратно опускает свои руки под воду, предоставив ребенку возможность самому лежать на воде. Потом переворачивает его на грудь через плечо и помогает встать. <i>Лежание на спине с подвижной опорой самостоятельно.</i> Стоя на дне, прижав доску к груди. Не отпуская доски, отклониться назад и лечь. Опустить доску и продолжать лежать самостоятельно.	1-2 мин 1-2 мин 3-4 раза 3-4 раза 3-4 раза 2-3 раза 2-3 раза	Ноги почти прямые, носки оттянуты. Ноги из воды не выходят, но брызги должны быть. По необходимости поддерживать детей под живот, помогая принять горизонтальное положение. Затылок и плечи должны лежать на воде. Голову не поднимать. Тело принимает горизонтальное положение. Такое же как при упражнении «стрела».



	Перевернуться на грудь и встать. <i>Лежание на спине без опоры.</i> Стоя на дне, одна рука вверх, другая – вдоль туловища. Присесть в воде до уровня плеч. Отклониться назад, положить вытянутую руку на воду. Лечь на спину. Перевернувшись через вытянутую руку на грудь, встать на дно.		
	Между упражнениями выдох в воду.	7-8 раз	Больше пузырей.
	Игра с открыванием глаз в воде (см. Приложение 2)	2-3 раза	Соблюдать правила игры.
Заключительная часть (2 мин)	Выход из воды. Подведение итогов.	2 мин	Оценить успехи каждого ребенка.

Занятие 10.

Задачи:

1. Закреплять умение лежать на воде на груди и спине.
2. Ознакомить со скольжением на груди.
3. Продолжать осваивать движения ног кролем.
4. Воспитывать уверенность в своих силах, организованность.

Части занятия	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная часть (5 мин)	Переодеться. Принять душ.	3 мин	Напомнить правила посещения раздевалки, душевой.
	Построение. Сообщение задач занятия.	1 мин	По желанию надеть нарукавники. Надеть очки.
	Выполнить упражнение «стрела».	3-4 раза	Голова зажата между ушей.
	Вход в воду (способ дети выбирают самостоятельно).	1 мин	Вход в воду под наблюдением инструктора.
Основная часть (18 мин)	Ходьба с доской по периметру дорожки, выполняя выдох в воду, опуская лицо.	2 бассейна	Плечи в воде, подбородок на воде. Создавать как можно больше пузырей. Надо «пролететь» в воде.
	То же, отталкиваясь и поднимая ноги до горизонтального положения на дорожке дыхания.	2 бассейна	



2. Выполнять упражнения, помогающие преодолеть боязнь воды.
3. Поддерживать интерес детей к занятиям в бассейне.

Части занятия	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная часть (7 мин)	Переодеться. Принять душ.	3 мин	Напомнить правила посещения раздевалки, душевой.
	Построение вдоль чаши. Сообщение задач занятия. На суше: вдох – задержать дыхание – присесть – встать – выдох.	2 мин 3-4 раза	Напомнить правила поведения в воде. По желанию надеть нарукавники. Надеть очки.
	Вход в воду. Построение в две шеренги вдоль бортиков.	2 мин	Вход в воду по лестнице под наблюдением инструктора.
Основная часть (16 мин)	Стоя спиной к бортику, переход от бортика к бортику: - шагом; - бегом; - прыжками; - «умывание» (стоя на дне, зачерпнуть воду в ладони, сложенные ковшиком, вылить воду на лицо); - «подводная лодка» (стоя на дне лицом к бортику, держаться за бортик, сделать вдох, задержать дыхание; приседая в воду, постепенно погружать вначале рот, затем нос, глаза, лоб); - «бурлящая подводная лодка» (выполнить предыдущее упражнение, сделав выдох в воду); - передвижение по дну в наклоне (стоя на дне в наклоне, руки на коленях, подбородок лежит на воде, перейти от бортика к бортику лицом вперед, спиной, боком); - «переправа» (стоя в наклоне, подбородок лежит на воде, держать доску в вытянутых руках, на доске-игрушка; передвигаться шагом по дну от бортика к бортику, по периметру бассейна, делая выдох на воду);	2-3 раза 2-3 раза 2-3 раза 5 раз 3-4 раза 3-4 раза 4 раза 2-3 раза 2-3 раза 5 раз 2-3 раза	Нельзя толкаться, топить друг друга. Глаза держать открытыми. Эти упражнения каждый выполняет индивидуально, в зависимости от степени подготовленности. Плечи под водой, подбородок на воде. Подбадривать детей, следить, чтобы руки были прямые. Мягко помогать детям опускать голову под воду, надавливая на затылок. Создать соревновательный момент, ко выше подпрыгнет.



			наблюдением инструктора.
Основная часть (12 мин)	Ходьба и бег по периметру дорожек. По сигналу присесть.	3 бассейна	По желанию придерживаться за бортик бассейна.
	И/у «Положи и достань игрушку». У каждого ребенка в руках тонущая игрушка. Нужно сделать вдох, задержать дыхание, положить игрушку на дно и, поднявшись из воды, выдохнуть. Затем т.ж., но поднять игрушку со дна.	5 раз	Обязательно открывать в воде глаза. Можно придерживаться за бортик или лестницу. Сначала на задержке дыхания, затем на выдохе. Не вытирать лицо руками.
	После освоения упражнения надо положить и достать 2 игрушки одновременно.	5 раз	
	<i>Лежание на воде с неподвижной опорой.</i> Стоя на дне в наклоне, держаться за бортик прямыми руками, плечи и подбородок опустить на воду. Сделать вдох, погрузить лицо в воду, оттолкнуться ногой от дна и лечь. Выдохнуть весь воздух, подтянуть колени к животу и, опираясь на кисти рук, встать. <i>Лежание на воде с полуподвижной опорой.</i> Стоя на дне. Держа доску за передний край прямыми руками. Упереть ее дальний конец в бортик. Сделать вдох, погрузить лицо в воду, оттолкнуться ногой от дна и лечь. Выдохнуть весь воздух, подтянуть колени к животу и, опираясь на кисти рук, встать. <i>Лежание на воде с подвижной опорой.</i> Стоя на дне на расстоянии от бортика 2-3 м, держать доску за передний край прямыми руками. Сделать вдох, погрузить лицо в воду, оттолкнуться ногой от дна и лечь. Выдохнуть весь воздух, подтянуть колени к животу и, опираясь на кисти рук, встать.	3-4 раза 3-4 раза 3-4 раза	По необходимости поддерживать детей под живот, помогая принять горизонтальное положение. На доску руками не давить, доска должна плоско лежать на поверхности. Тело выпрямить, расслабить.
	Между упражнениями выдох в воду.	7-8 раз	Больше пузырей.

КОПИЯ ВЕРНА
Директор МАУ ДО СШ №1

Камардин П.Н.

	Катание с горки.	3 раза	Под наблюдением и со страховкой инструктора.
Заключительная часть (2 мин)	Выход из воды. Подведение итогов.	2 мин	Оценить успехи каждого ребенка.



Список использованной литературы:

1. Демидов Ф.А., Зайченко А.З. Спасательные средства на воде. – М.: Стройиздат, 1970.
2. Еремеева Л. Ф. Научите ребенка плавать. Программа обучения плаванию детей дошкольного и младшего школьного возраста. С-П., 2005.
3. Инструкция по оказанию помощи пострадавшим на воде. – М., 1979. – 21 с.
4. Каверина К.П., Аксельрод А.Ю. Простейшие приемы реанимации. – М.: Медицина, 1981. – 23 с.
5. Каретный С.Т. Подготовка матросов-спасателей. – М.: Советская Россия, 1978.



РЕЦЕНЗИЯ

на методические рекомендации
«Основные качества спортсмена, которые помогут добиться высоких качеств
в спорте»

Составитель: Виткина Виктория Михайловна, тренер – преподаватель по
плаванию МАУ ДО СШ №1

Методические рекомендации «Основные качества спортсмена, которые помогут добиться высоких качеств в спорте» предназначены для учителей физической культуры, тренеров, тренеров-преподавателей и педагогов учреждений дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.

Количество страниц - 3.

При создании данного материала автор опирался на свой педагогический опыт.

Содержание разработки соответствует заявленной теме и поставленным задачам. Материал построен логично и последовательно в строгом соответствии с темой разработки.

Описаны 10 основных качеств спортсменов для достижения высоких показателей в избранном виде спорта.

В методических рекомендациях приведены исследования американского психолога Дэниэла Гулда.

Данный материал полностью соответствует требованиям к педагогическим разработкам и пособиям, оформлен аккуратно и доступен для целевой аудитории.

Методический материал имеет четкую структуру и его компоненты логически связаны между собой. Все это дает основание рекомендовать данные методические материалы для применения в работе учителям физической культуры, тренерам, тренерам-преподавателям и педагогам учреждений дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.

17.02.2015г.

Начальник отдела ФК и С
МО Тимашевский район



Е.П. Анненко

Ответственный за аттестацию МАУ ДО СШ №1

И.А. Леонидова



КОПИЯ ВЕРНА
Директор МАУ ДО СШ №1
Камардин В.Н.

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
спортивная школа №1 МО Тимашевский район

Методические рекомендации:

*«Основные качества спортсмена, которые помогут добиться
высоких качеств в спорте»*

Составитель: Виткина Виктория Михайловна,
тренер-преподаватель по плаванию
первой квалификационной категории МАУ ДО СШ №1

г. Тимашевск

2025 г.



Методические рекомендации

«Основные качества спортсмена, которые помогут добиться высоких качеств в спорте»

Составитель: Виткина Виктория Михайловна, тренер – преподаватель по плаванию первой квалификационной категории МАУ ДО СШ №1

Медаль, завоеванная на Олимпийских играх, для многих спортсменов – вершина мечты в их спортивной карьере. Однако, лишь немногие могут достичь этого уровня – только самые мотивированные, самые сильные и лучшие в своих дисциплинах. Какие качества и навыки таких спортсменов помогут достичь наибольших успехов в спортивном мире?

Американский психолог Дэниэл Гулд осмотрел 10 олимпийских чемпионов (6 мужчин и 4 женщины). Всего они завоевали 32 медали, в том числе 28 золотых. Психологом были проведены несколько психологических тестов, провели глубокие психологические интервью со спортсменами и их родственниками. На основании полученных данных исследования выделил основные качества, которые помогли им достичь высокого уровня в спорте.

1. Способность контролировать и справляться с тревогой. Великие спортсмены не роботы, которые не злятся и не волнуются перед важным соревнованием. Тревога сопровождает их в течение всей спортивной карьеры. Бесспорно, разница здесь в реакции на стресс. Эти спортсмены в состоянии справиться как с соматическими симптомами тревоги (например, дрожание рук, «бабочки в животе»), так и с психологическими (например, беспокойство и напряжение). Они способны контролировать тревогу, посредством расслабления, дыхания или позитивного внутреннего диалога).

2. Уверенность в себе. Это вера в то, что у вас достаточно возможностей, чтобы эффективно справиться с любой задачей. Даже самый обучаемый и талантливый спортсмен не покажет 100% своих способностей, если он не уверен, что они у него есть.

3. Психологический иммунитет. Чемпионы настойчивы, выносливы и могут справиться с трудностями. Это не значит, что им все равно, что с ними происходит. Да это влияет на них, но они настолько гибки, что могут приспособиться к требованиям ситуации, применять проверенные стратегии преодоления, и, если они падают «в яму с проблемами», они выходят из нее сильнее, с новым опытом.



Кашардин В.Н.

4. **Способность концентрироваться и блокировать отвлекающие факторы (состояние потока).** Это умение сосредоточиться на тех факторах, которые имеют отношение к победе. Настоящий чемпион может так сильно сконцентрироваться на задании, что забывает, что происходит вокруг него. Самым важным является вызов, стоящий перед ним.

5. **Конкуренция.** Чтобы иметь возможность участвовать в соревнованиях самого высокого уровня, спортсмен должен любить соревнования. Спортсмену, который предпочел бы отказаться от него, будет нелегко получить медали. Перспектива столкнуться с соперником, заставить его бояться, а не просто испытывать волнение. Любовь к соревнованиям проявляется в отношении к победе, борьбе до самого конца и спортивной агрессии.

6. **Упорство.** Спорт требует тяжелой работы, выполнения многочисленных, утомительных повторений упражнений. Однако, без них невозможно было бы подняться до высокого уровня своих способностей. Чемпионы – это люди, готовые к тяжелой работе, мотивированные, способные преодолеть свои ограничения.

7. **Умение ставить и достигать цели.** Для окончательной победы требуется долгий путь, в течение которого легко разочароваться. Когда долгое время спортсмен не видит результат, мотивировать себя и продолжать тяжелую работу становится трудно. Именно поэтому спортсмену так важно уметь ставить цели и стремиться к их реализации.

8. **Сплоченность.** Это касается отношения спортсмена к тренировкам. Может ли он слушать и принимать советы от тренера? Может ли он принять конструктивную критику, не беспокоясь о своей самооценке?

9. **Надежда.** Спортсмен должен верить в свой будущий успех. Он должен быть убежден в своей победе.

10. **Оптимизм.** Это черта, которая позволяет верить в то, что все будет хорошо. Оптимизм позволяет спортсменам с радостью смотреть в будущее, сталкиваясь с новыми проблемами. В конце концов, они считают, что их действия будут иметь положительный эффект.



И конечно же, связующим всех этих качеств является **дисциплина**. Жесткая дисциплина сопровождает спортсмена на протяжении всей его спортивной карьеры. Тренировки могут занимать целый день. Часто спортсмен тренируется без выходных и праздников. Нужно соблюдать режим, строгий распорядок дня. Это действительно очень сложно.

Так же из личного опыта хотелось бы выделить очень важный факт: в воспитании спортсмена высокого уровня большую роль играет участие в его жизни родителей. Должен быть создан **тандемный треугольник: тренер – спортсмен – родитель**. Родители должны активно участвовать в жизни спортсмена. Поддерживать, помогать ему в достижении цели.



Список использованной литературы:

1. Леонов О.З. Учим школьников плаванию: Учебное наглядное пособие. – Киев: Радянська школа, 1989. – 68 с.
2. Лопухин В.Л. Прикладное плавание / Лекция для слушателей факультета усовершенствования. – М: ГЦОЛИФК, 1978. – 30 с.
3. Лопухин В.Л. Предотвращение несчастных случаев на воде: Методическая разработка. – М., 1991. – 52 с.
4. Люсерио Б. Плавание: 100 лучших упражнений /Блайт Люсерио; [пер. с англ. Т. Платоновой]. - М.: Эксмо, 2011. - 280 с.
5. Осокина Т.Н. и др. Обучение плаванию в детском саду: М., 2001.



СВИДЕТЕЛЬСТВО

о размещении авторского материала на сайте infourok.ru

НАСТОЯЩИМ ПОДТВЕРЖДАЕТСЯ, ЧТО

Виткина Виктория Михайловна

тренер

МАУ ДО СШ №1

опубликовал(а) на сайте infourok.ru методическую разработку,
которая успешно прошла проверку и получила высокую
оценку от проекта «Инфоурок»:

Основные качества спортсмена, которые помогут
добиться высоких качеств в спорте

Web-адрес публикации:

<https://infourok.ru/osnovnye-kachestva-sportsmena-kotorye-pomogut-dobitsya-vysokih-kachestv-v-sporte-7872949.html>



И. В. Жаборовский
Руководитель
учебного центра «Инфоурок»



Свидетельство о регистрации
в Национальном центре для
присвоения Международного
стандартного номера публикации
издание
№ 2587-1076 от 11.05.2025

СВИДЕТЕЛЬСТВО

о размещении авторского материала на сайте infourok.ru

НАСТОЯЩИМ ПОДТВЕРЖДАЕТСЯ, ЧТО

Виткина Виктория Михайловна

тренер

МАУ ДО СШ №1

опубликовал(а) на сайте infourok.ru методическую разработку,
которая успешно прошла проверку и получила высокую
оценку от проекта «Инфоурок»:

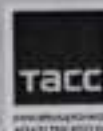
Преодоление первоначального страха, боязни воды у
детей младшего школьного возраста, обучение
плаванию в бассейне

Web-адрес публикации:

<https://infourok.ru/preodolenie-pervonachalnogo-straha-boyazni-vody-u-detej-mladshego-shkolnogo-vozrasta-obuchenie-plavaniyu-v-bassejne-7873075.html>



И. В. Жаборовский
Руководитель
учебного центра «Инфоурок»



Свидетельство о депонировании
в Национальном центре ISSN
Присвоен Международный
стандартный номер обращения
на издание
№ 2387-8070 от 10.05.2017

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

УДОСТОВЕРЕНИЕ

о повышении квалификации

231201441506

Документ о квалификации

Регистрационный номер — ПК-833/23 —

Города Краснодар

Дата выдачи — 29 октября 2023 года

Настоящее удостоверение подтверждает, что

Виткина

(Фамилия, имя, отчество)

Викториа Михайловна

с 09 октября 2023 г. по 29 октября 2023 г.

прошла(а) обучение в (на)

(наименование)

ФГБОУ ВО КТУФКСТ

(наименование учреждения (структурного подразделения) аккредитованного профессионального образования)

по дополнительной профессиональной программе повышения квалификации:

«Современные технологии спортивной подготовки в плавании»

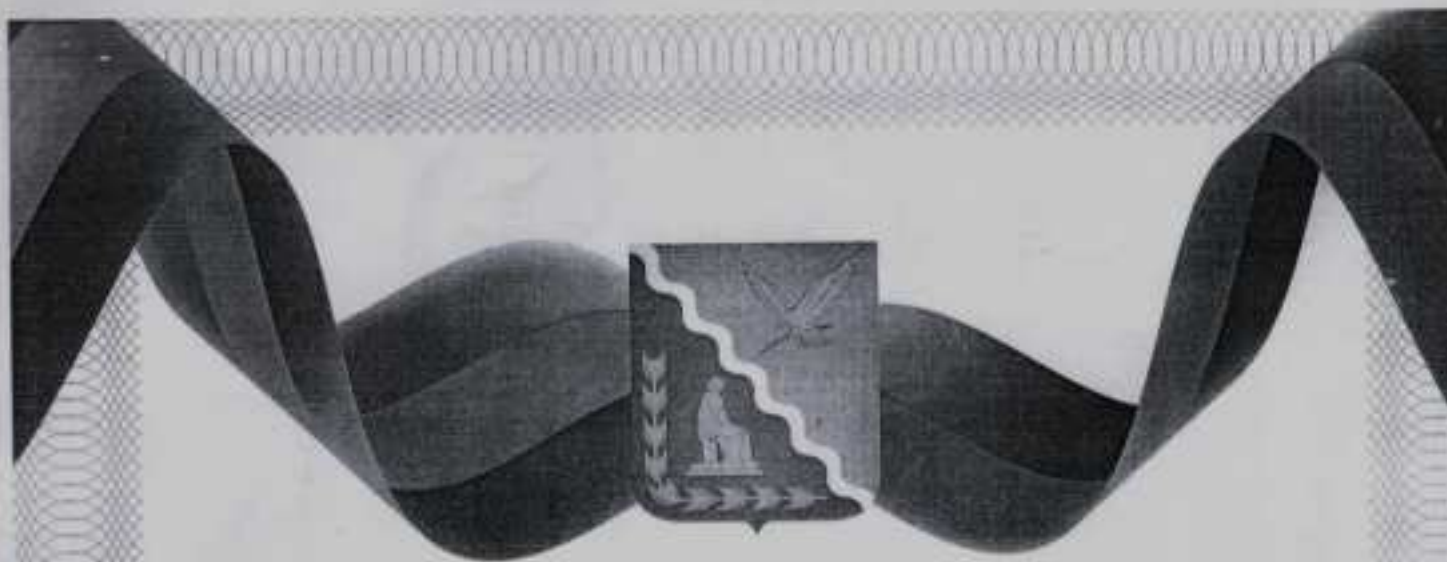
(наименование программы, темы, программы дополнительного профессионального образования)

в объеме

108 часов

(суммарное количество)





Благодарность

главы муниципального образования Тимашевский район

Виткиной Виктории Михайловне,

тренеру-преподавателю по плаванию муниципального
автономного учреждения дополнительного образования
спортивной школы № 1 муниципального образования
Тимашевский район

за большой личный вклад в развитие
физической культуры и спорта и пропаганду
здорового образа жизни в муниципальном
образовании Тимашевский район

Глава муниципального образования
Тимашевский район

15.12.2023 № 438-р

А.В. Палий





ПОЧЁТНАЯ ГРАМОТА

АЛМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ТИМАШЕВСКИЙ РАЙОН

Награждается

Виткина Виктория Михайловна

тренер-преподаватель по плаванию муниципального автономного учреждения дополнительного образования
спортивной школы № 1 муниципального образования М.машевский район

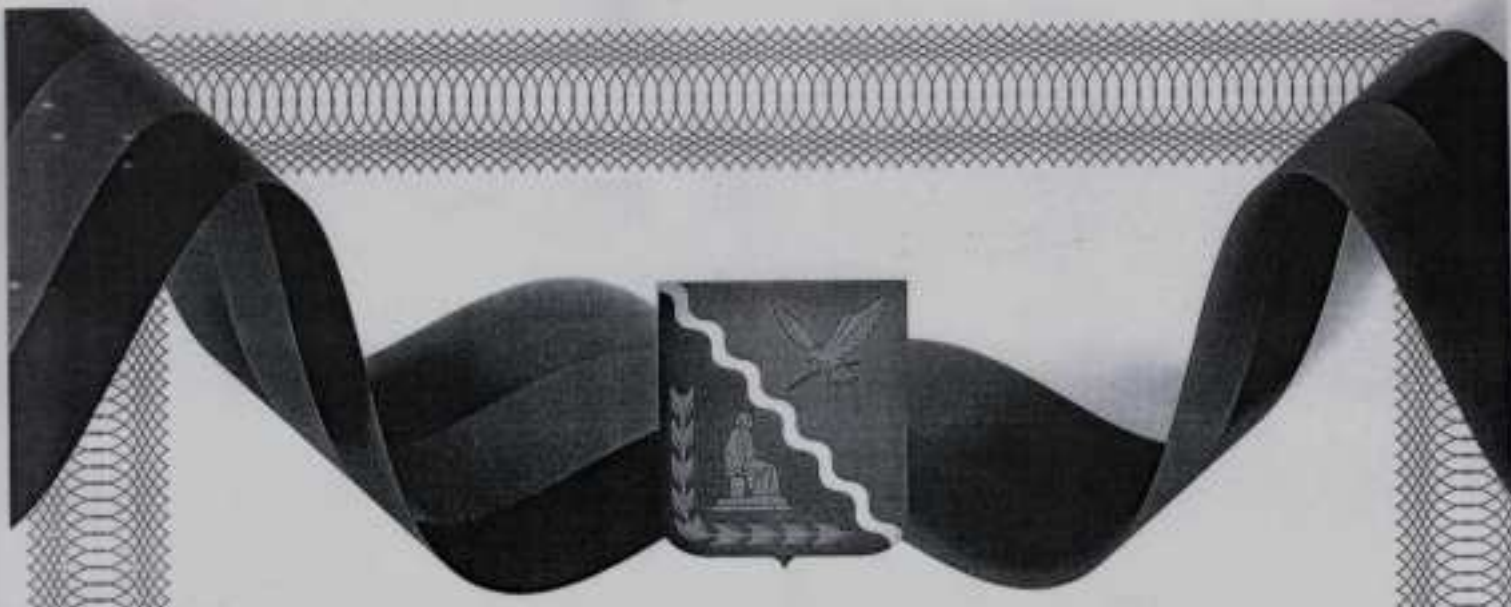
за большой личный вклад в развитие физической культуры и спорта и пропаганду здорового образа жизни в муниципальном образовании

Глава муниципалитета образований

Мушкетёвский район

05.08.2024 г. № 246-р

А. В. Мамин



Благодарность

главы муниципального образования *Тимашевский район*

Виткиной Виктории Михайловне,

тренеру по плаванию
муниципального автономного учреждения
спортивная школа № 1
муниципального образования *Тимашевский район*

за многолетний добросовестный труд,
большой личный вклад в развитие
и популяризацию физической культуры
и спорта в муниципальном образовании
Тимашевский район

Глава муниципального образования
Тимашевский район

17.12.2024 № 424-р



А.В. Палий



КОПИЯ ВЕРНА
Директор МАУ ДО СШ №1
Копия № 01



Благодарность

главы муниципального образования
Тимашевский муниципальный район Краснодарского края

Виткиной Виктории Михайловне,

тренеру-преподавателю отделения плавания
муниципального автономного учреждения
дополнительного образования спортивная школа № 1
муниципального образования Тимашевский район

за многолетний добросовестный труд,
большой личный вклад
в развитие физической культуры и спорта
и в честь Дня физкультурника

Глава муниципального образования
Тимашевский муниципальный район
Краснодарского края

23.07.2025 № 231-г

А.В. Малий



КОПИЯ ВЕРНА
Директор МАУ ДО СШ №1
Юрковская Е.В.