



Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
города Новосибирска

«Детский сад № 238 комбинированного вида»  
г. Новосибирск – 156, ул. Клевова 7/1, тел./факс 340-22-30  
ИНН 540415-277 КПП 540401001 ОГРН 102540186604

**РИНЯТА:**

судья педагогическим советом  
от 1 от 29 августа 2013 г.

**УТВЕРЖДАЮ:**

Заведующий МДОУ № 238  
Славных С.Н.



Рабочая программа по развитию психофизических качеств у детей дошкольного возраста  
в муниципальном казенном образовательном учреждении города Новосибирска  
«Детский сад № 238 комбинированного вида»  
«УМЕЮ ПЛАВАТЬ»

**Автор:**

Инструктор по физической культуре (плавание)  
высшей квалификационной категории  
Скляренко Светлана Владимировна

Новосибирск 2013 г.

## Рецензия

на рабочую программу по развитию психофизических качеств у детей дошкольного возраста в муниципальном казенном дошкольном общеобразовательном учреждении г. Новосибирска

«Детский сад № 238 комбинированного вида»

Автор: инструктор по плаванию  
высшей квалификационной категории

Скляренко Светлана Владимировна

На современном этапе развития общества заметно обострилась проблема сохранения и укрепления здоровья детей. Одной из причин такого положения является разбалансировка основных компонентов интегрального состояния, каким и выступает, по существу, понятие «физического здоровье ребенка». Это относится, в первую очередь, к организации двигательной активности детей в режиме дня.

Автором представлена апробированная и адаптированная собственная модель системного подхода к решению проблемы развития, сохранения и сбережения здоровья дошкольников в программе «Умею плавать». Отличительной особенностью программы является четко обоснованная структура и подбор двигательного материала, а также комплексный характер мероприятий, среди которых своей оригинальностью выделяется система двигательного режима, система планирования, а также система комплексной оценки состояния физического здоровья детей.

Особый интерес вызывает представленная взаимосвязь всех структурных компонентов программы, направленная на оздоровительно-профилактическую деятельность с дошкольниками и система мониторинговой деятельности, представленная в картах и таблицах развития ребенка.

Работа соответствует основным требованиям к составлению рабочих программ в системе дошкольного физического воспитания и может быть внедрена в практику в качестве базовой при разработке методического обеспечения оздоровительно - профилактической работы с дошкольниками в условиях учреждений дошкольного образования.

К.б.н., доцент кафедры ТИМДО НИПК И ПРО

Головин О. В.

Подпись: *С. Н. Савиных*  
удостоверено  
зав. кафедрой  
*С. Н. Савиных*  
дата: *09.09.2013*



С. Н. Савиных

КОПИЯ  
ВЕРНА

**Рабочая программа по развитию психофизических качеств у детей дошкольного возраста «Умею плавать», автор инструктор по плаванию МКДОУ №238 Скляренко С.В.**

**Приоритетная образовательная область «Физическое развитие»**

В программе представлена апробированная и адаптированная собственная модель системного подхода к решению проблемы развития, сохранения и сбережения здоровья дошкольников. Отличительной особенностью программы является четко обоснованная структура и подбор двигательного материала, а также комплексный характер мероприятий, среди которых выделяется система двигательного режима, система планирования и система комплексной оценки состояния физического здоровья детей. Программа рецензирована доцентом кафедры ТИМДО НИПКи ПРО Головиным О.В.

**Цель:** создание условий для повышения эффективности оздоровления и укрепления детского организма, гармоничного психофизического развития, овладения навыками плавания.

**Задачи:**

- Обеспечить охрану жизни и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.
- Формировать общую культуру личности детей, в том числе ценность здорового образа жизни, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативность, самостоятельность и ответственность ребенка.
- Формировать правильную осанку, повышать работоспособность организма, формировать предпосылки для дальнейшего обучения плаванию.
- Создать благоприятные условия развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями, развития способностей и творческого потенциала дошкольника.
- Формировать двигательные умения и навыки, развивать психофизические качества (силу, ловкость, выносливость, гибкость и др.) и двигательные способности (координацию движений, дыхательные функции) у детей разных возрастных групп.
- Формировать устойчивый интерес к занятиям по плаванию, знаний о видах и способах плавания, об оздоровительном воздействии плавания на организм.
- Развивать культурно-гигиенические навыки, навыки двигательной культуры. Способствовать проявлению нравственно-волевых качеств: смелости, настойчивости, чувства собственного достоинства.

**Планируемые результаты освоения программы:**

- У детей сформирована правильная осанка.
- Дети умеют: всплывать; свободно лежать на воде на груди и на спине; скользить по воде с опорой и без неё; скользить по воде с движениями рук, ног, выдохом в воду; нырять в воду с борта бассейна; выполнять ведущую роль в подвижной игре; выполнять действия по сигналу.

Содержание программы сопровождается поставленными задачами, перспективным планированием на каждый возрастной период от 3 до 7 лет, диагностическими картами умений воспитанников, планом взаимодействия инструктора по плаванию с педагогами и специалистами ДООУ, планом взаимодействия с родителями.

**Основные организационные формы** двигательной активности детей:

- тренировочные упражнения;
- эстафеты;
- праздники на воде;
- спортивные соревнования;
- подвижные игры, с использованием спортивных способов плавания;
- самостоятельное плавание.

**Методы и приемы:**

- показ, разучивание, имитация упражнений;
- использование средств наглядности;
- исправление ошибок;
- подвижные игры на суше и в воде, игровые упражнения;
- индивидуальная страховка и помощь;
- оценка (самооценка) двигательных действий;
- соревновательный эффект; контрольные задания.

Для решения задач в образовательном процессе используются **образовательные технологии:**

- личностно-ориентированная;
- здоровьесберегающие;
- игровые;
- информационно-коммуникационные;
- технологию проектной деятельности.

Занятия проводятся в течение года, с октября по апрель месяц во всех возрастных группах по подгруппам (до 10 человек) в первую половину дня, продолжительностью 20-30 минут, в соответствии с возрастом, количество занятий в неделю - 2.

**Формами подведения итогов реализации данной программы являются:**

- Открытые занятия для родителей в каждой возрастной группе;
- Спортивные развлечения и праздники на воде;
- Текущий контроль – ведение учета посещаемости, хода занятий;
- Итоговая диагностика, где выявляется уровень освоения детьми программных требований.

Для взаимодействия с семьями воспитанников определены следующие направления:

- Родителям предоставляется возможность наблюдать за своего ребёнка на групповых совместных занятиях, открытых занятиях, праздниках.

- Проводятся групповые и индивидуальные консультации, беседы, основная цель которых – информировать о формировании двигательных навыков, активном влиянии воспитания на развитие физических качеств.

- Привлечение родителей для оказания помощи в подготовке спортивных мероприятий, изготовлении нетрадиционного физкультурного оборудования.

- Предлагается родителям передавать свой опыт в физическом воспитании другим родителям (фотовыставки совместной двигательной активности родителей и детей в детском саду и дома, конкурс коллажей «Самый активный выходной день» и т.д.)

**Развивающая предметно-пространственная среда** обеспечивает реализацию программы, в ДОУ имеются:

- бассейн;
- спортивный инвентарь: плавательные доски; очки для плавания; поролоновые палки (нудлс); мячи разных размеров; обручи плавающие и с грузом; ласты разных размеров; калабашки (специальные плавательные доски); надувные круги разных размеров; нарукавники, жилеты, матрасы для плавания; игрушки и предметы тонущие и плавающие, разных форм и размеров;

- магнитофон, фонотека записей музыкальных произведений для проведения комплексов упражнений в воде и в зале «сухого плавания»;

- дидактический материал: плакат «Правила поведения на воде», «Правила поведения в бассейне»; иллюстрации с изображением водных видов спорта; картинки с изображением морских животных;

- картотека игр и упражнений на воде для всех возрастных групп;

- комплексы дыхательных упражнений;

- подборка стихов, потешек, загадок о воде, плавании.

Реализация данной программы обеспечивается совместными действиями инструктора по плаванию, воспитателей, медицинских работников.

