Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 31 пос. Известковый Амурского муниципального района Хабаровского края

Утверждена приказом заведующего от 31.08.2022г № 64

«Я И МОЕ ЗДОРОВЬЕ»

Физкультурно-оздоровительная программа

Принято на педагогическом совете

Протокол от 29.08.2022 № 1

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Введение

«Здоровье – это драгоценность, и, при том, единственная, ради которой стоит не жалеть времени, сил, трудов и великих благ» Мишель де Монтень

Проблема здоровья и его сохранения в современном обществе стоит более «здоровьесберегающие остро. Словосочетания технологии» «формирование здорового образа жизни» заняли прочное место в планах воспитательной работы педагогов всех элементов образовательной структуры, начиная от дошкольных учебных учреждений. Но проблема по-прежнему остаётся актуальной. Многолетние исследования и анализ состояния здоровья дошкольников позволяют говорить о его ухудшении. Количество здоровых детей не превышает 15-20 %, увеличивается число функциональных отклонений практически у каждого ребёнка. Отмечается рост хронических заболеваний, которые диагностируются уже в 3-5-летнем возрасте. Высокая заболеваемость, неблагоприятные экологические условия, сложная социальная ситуация и другие неблагоприятные факторы требуют выработки определённой комплексной системы в работе по оздоровлению детей начиная с дошкольного детства. Исследования отечественных и зарубежных учёных доказали, что период дошкольного детства – критический период в жизни ребёнка. Именно в этом возрасте формируется нервная система, физическое и психическое здоровье. Как же нужно воспитывать ребёнка, чтобы он понимал значимость здоровья и умел бережно к нему относиться? Януш Корчак делился своими наблюдениями: Взрослым кажется, что дети не заботятся о своём здоровье...Нет. Детям совершенно так же, как и взрослым, хочется быть здоровыми и сильными, только дети не знают, что для этого надо делать. Объясни им, и они будут беречься». Хорошее здоровье ребёнка определяет его работоспособность, возможность легко усваивать то, чему его учат, быть доброжелательным в общении со сверстниками, уметь управлять своим поведением. Таких результатов можно добиться лишь в том случае, если комплекс оздоровительных мероприятий, вся повседневная работа по охране и укреплению здоровья детей, реализация принципов оздоравливающей педагогики станут приоритетными в дошкольных учреждениях. Причём участниками этого процесса должны стать все взрослые, как в детском саду, так и в семье. В нашем дошкольном учреждении охрана здоровья ребёнка опирается на его развитие. Педагогическим коллективом

накоплен богатый опыт работы по физическому развитию и оздоровлению воспитанников. Но жизнь не стоит на месте, модернизируется система дошкольного образования. Поэтому возникает необходимость оптимизировать уже сложившуюся систему физкультурно-оздоровительной работы ДОУ. Программа «Я и моё здоровье» стала одним из главных элементов управления оптимизацией оздоровительной деятельности нашего дошкольного учреждения.

Программа представляет собой систему мер, способных влиять на состояние здоровья ребёнка. Она базируется на основных принципах комплексной программы развития и воспитания дошкольников «От рождения до школы» (М.А Васильевой, Н.Е. Веракса, Т.С. Комаровой), реализуемой в детском саду.

Цель и задачи программы.

Цель программы: Оптимально реализовать оздоровительное, воспитательное и образовательное направление физического воспитания, учитывая индивидуальные возможности развития ребёнка во все периоды дошкольного детства.

Задачи программы:

- Формировать у детей осознанное отношение к своему здоровью.
- Привлекать родителей к формированию у детей ценностей здорового образа жизни.

Прогнозируемый результат

- Снижение заболеваемости и укрепление здоровья воспитанников.
- Развитие у детей потребности в здоровом образе жизни.
- Создание атмосферы благоприятного социально-психологического микроклимата для каждого ребёнка.
- Формирование совместных традиций семьи и детского сада по физическому воспитанию ребёнка.

Концептуальные положения

- В дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, долголетия, физического совершенствования, работоспособности человека. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, умственное развитие, вера в свои силы.
- Ребёнок нуждается в организованной среде с заботливым, компетентным руководством взрослых. Тёплое, приязненное отношение воспитателей, оптимальный психологический климат залог полноценного развития детей.
- Ребёнок неповторим, уникален в своей индивидуальности. Он должен быть свободен, самостоятелен, активен в познании себя и своего мира.
- Дошкольное детство это период способный обеспечить формирование важных сторон духовного и нравственного воспитания ребёнка (эмоциональная и социальная сфера, поведенческие навыки здорового образа жизни).
- Дошкольный период призван пробудить детское творчество, обеспечить формирование важнейших сторон психической жизни эмоциональной сферы,

образного мышления, художественных способностей.

- Здоровый, жизнерадостный, пытливый, активный ребёнок — результат взаимопонимания и единства усилий педагогического коллектива и родителей.

Структура программы

Раздел I. ИНФОРМАЦИОННО-АНАЛИТИЧЕСКИЙ Раздел II. ПРОЕКТНО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ

- 2.1. Программное обеспечение
- 2.2. Здоровьесберегающие технологии
- 2.3. Содержание программы:
- 1. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми
- 2. Обеспечение безопасной жизнедеятельности дошкольников
- 3. Психологическое сопровождение развития детей
- 4. Коррекция развития детей с туберкулезной интоксикацией
- 5. Укрепление здоровья дошкольников средствами музыки
- 6. Совместная деятельность воспитателя с детьми

Раздел III. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

- 1. Кадровое обеспечение физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении.
- 2. Методическое сопровождение здоровьесберегающей деятельности.
- 3. Сотрудничество детского сада и семьи в деле формирования здоровья ребёнка.
- 4. Взаимодействие дошкольного образовательного учреждения с социальными институтами города по вопросам здоровьесбережения.
- 5. Развитие материально-технической базы ДОУ по оздоровлению детей.
- 6. Санитарно-гигиенические условия. Организация работы согласно требований СанПин.

Раздел IV. ОСНОСНЫЕ ПАРАМЕТРЫ ОЦЕНКИ ЭФФЕТИВНОСТИ ПРОГРАММЫ

- 1. Изучение физических и индивидуальных особенностей ребёнка (диагностические методики)
- **2.** Основные параметры знаний и умений воспитанников по разделу «Растим детей здоровыми, крепкими и жизнерадостными» программы «От рождения до школы» (Н.А.Веракса, М.А.Васильева, Т.С. Комарова)
- **3.** Медико-педагогический контроль за физкультурно-оздоровительной работой в дошкольном учреждении.
- 4. Мониторинг здоровья детей

Раздел І. ИНФОРМАЦИОННО-АНАЛИТИЧЕСКИЙ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности ПО художественно-эстетическому развитию пос. Амурского Известковый муниципального района Хабаровского края функционирует с 1975 года.

Рассчитан на 110 мест, 6 групп, фактически функционирует 3 группы:

- 1. Общеразвивающая группа № 1 с 1 до 3 лет
- 2. Общеразвивающая группа № 2 с 3 до 5 лет
- 3. Общеразвивающая группа № 3 с 5 до 7 лет

Учреждение обеспечивает выполнение стандарта по всем направлениям ребёнка. Однако приоритетным направлением развития деятельности учреждения является сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Воспитанники детского сада стабильно показывают высокий уровень развития физических отдельных качественных качеств, сторон двигательных возможностей человека: быстроты, силы, гибкости, равновесия, выносливости и ловкости, достаточный уровень развития основных движений у детей.

Таким образом, целостная система образования, оздоровления, психолого-педагогического сопровождения, основанная классических образцах инновациях способствует педагогических гармоничному физическому развитию детей. В целом, эффективность здоровье ориентированной деятельности В детском саду прослеживается возросшем уровне компетентности педагогов в вопросах здоровьесбережения, а также в целом в активизации оздоровительной деятельности в детском саду. Это в конечном итоге положительно повлияло на развитие двигательной активности ребенка, развитие физических качеств и, в целом благоприятно сказалось на состоянии здоровья детей, что выразилось в снижении простудных заболеваний. Опрос родителей показал, что главным для них является физическое и психическое здоровье ребёнка. Большинство семей настроено на активное сотрудничество с детским садом в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей.

Анкетирование педагогов выявило желание продолжать комплексную работу, позволяющую улучшать здоровье воспитанников. Материально-техническое обеспечение детского сада не совершенно, но позволяет решать вопросы оздоровления. ДОУ имеет медицинский кабинет, уличная спортивная площадка, спортивные зоны во всех возрастных группах, оборудованные соответствующим физкультурно-игровыми пособиями.

Раздел II. ПРОЕКТНО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ

2.1. Программное обеспечение

Программы, обеспечивающие целостность здоровьесберегающего процесса МБДОУ пос.Известковый

№	Название программы	Количество групп их реализующих
Комплексные		
1.	«От рождения до школы» программа	3

	развития и воспитания детей в детском саду М.А. Васильевой, Т.С. Комаровой, Н.Е.Веракса.	
Парциальные		
1.	«Я и мое здоровье» под ред. Т.А. Тарасова, Л.С. Власова	3
2.	«Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет» Л.И.Пензулаева.	2

2.2. Здоровьесберегающие технологии Здоровьесберегающие технологии, используемые в педагогическом процессе МБДОУ пос. Известковый:

№	Название технологии	Программно- методическое обеспечение	Количество групп
1. Технологии сохр	ранения и стимулир	ования здоровья	
1.1.	Релаксация	- М.Ю.Картушина «Зелёный огонёк здоровья» - В.Т.Кудрявцев, Б.Б.Егоров «Развивающая педагогика оздоровления»	3
1.2.	Коррегирующая гимнастика (нарушения осанки, плоскостопие)		3
1.3.	Дыхательная гимнастика		3
2. Технологии обуч	иения здоровому обр	азу жизни	
2.1.	Уроки здоровья и безопасности	- Н.А.Авдеева, Н.Л.Князева, Р.Б.Стеркина «Безопасность:	2

		Учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста» - Белая К.Ю., Зимонина В.Н. «Твоя безопасность: Как себя вести дома и на улице»		
2.2.	Самомассаж	В.Т.Кудрявцев, Б.Б.Егоров «Развивающая педагогика оздоровления»	2	
2.3.	Точечный массаж		2	
3. Коррекционные п	пехнологии			
3.1.	Технологии музыкального воздействия	Н.Н.Ефименко «Театр физического воспитания дошкольников»		2
3.2.	Технологии коррекции поведения	С.В.Крюкова, Н.П.Слободяник «Удивляюсь, злю боюсь, хвастаюсь радуюсь»		2
3.3.	Психогимнастика	М.И.Чистякова «Психогимнастика	l >>	1
3.4.	Технологии воздействия цветог	Н.М.Погосова «Цветовой игротренинг»		2

2.3. Содержание программы: 1. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми Основные направления физкультурно-оздоровительной и лечебнопрофилактической работы в МБДОУ 1. Организация сбалансированного питания детей.

- 2. Обеспечение плотной двигательной активности детей в течение дня:
- Утренняя и бодрящая гимнастики.
- Ежедневное физкультурное занятие.
- Спортивные игры.
- Подвижные игры и физические упражнения на прогулке.
- Праздники здоровья.
- Самостоятельная двигательная деятельность детей в помещении и на прогулке.
- 3. Проведение закаливающих мероприятий:
- Воздушное закаливание.
- Водное закаливание (ходьба по мокрым солевым дорожкам).
- Босохождение.
- Полоскание горла.
- 4. Повышение неспецифической резистентности организма:
- Приём витаминных препаратов («Ревит»).
- Чесночные ингаляции в период гриппа.
- Оздоровительный массаж.
- Оксолиновая мазь в период гриппа.
- Точечный массаж.
- Ингаляции.
- 5. Нормализация соотношения процессов возбуждения и торможения нервнопсихической деятельности:
- Формирование правильного режима дня.
- «Сеансы здоровья» (дыхательная гимнастика + оздоровительные упражнения, психогимнастические этюды).
- 6. Профилактика и коррекция нарушений осанки, плоскостопия, зрения:
- Упражнения и игры профилактического и коррекционного характера, рекомендованные для ДОУ (как часть комплекса общеразвивающих упражнений, индивидуальная работа).
- 7. Физкультурно-оздоровительная работа с часто болеющими детьми (ЧДБ):
- Точечный массаж (постоянно)
- Дыхательная гимнастика (постоянно)
- Лечебно-профилактические мероприятия (в соответствии с рекомендациями врача педиатра)

Модель организации двигательного режима в МБДОУ

Физкультур	Физкультурно-оздоровительные мероприятия:				
1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно: младший возраст — в группе, средний и старший, подготовительный возраст: 3 раза в неделю — на открытом воздухе (в зависимости от погодных условий), 2 раза в неделю — в группе (10-15 мин)			

2.	Физминутка	Ежедневно, по мере необходимости (3-5 мин)
3.	Подвижные игры	Ежедневно на прогулке (20-30 мин)
4.	Оздоровительный бег	Ежедневно в конце прогулки: средний и старший возраст (3-7 мин.)
5.	Индивидуальная работа развитию движений	Ежедневно во время вечерней прогулки (12-15 мин)
6.	Гимнастика после сна	Ежедневно в сочетании с воздушными ваннами (5 мин)
7.	Прогулки-походы	Один раз в квартал, начиная со старшей группы (1-2 часа)
Учебные зап	нятия	
1.	По физической культуре	Ежедневно, 3 раз в неделю: -три занятия проводят воспитатели на группах (1 раза в неделю, как часть оздоровительной прогулки), -продолжительность согласно САНПиН
2.	Уроки здоровья и безопасности	Начиная с средней подгруппы 1 раз в месяц
Самостоят	ельная деятельность	детей
1.	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно в помещении и на прогулке
Физкультур	рно-массовые меропри	ятия
1.	День здоровья	Один раз в квартал, начиная с младшей группы
2.	Физкультурный досуг	Один раз в месяц, начиная с младшей группы (20-40 мин)
3.	Спортивно- семейный праздник «Папа, мама,	Один раз в год с родителями и воспитанниками старшей подготовительной подгруппы.

	я – спортивная семья»	
4.	Игры-соревнования «Весёлые старты», «Весёлая лыжня»	Один-два раза в год между старшей и подготовительной к школе подгруппами

Вариативность физкультурно-оздоровительных мероприятий в МБДОУ

Утренняя гимнастика

- Традиционная форма
- Ритмика
- Игровая, сюжетная
- Оздоровительный бег, ходьба в сочетании с ОРУ
- В форме двух-трёх подвижных игр

Физкультурное занятие

Физминутка

- Традиционная форма
- Игровое, сюжетное
- Круговая тренировка
- Самостоятельное
- Интегрированное
- Тренирующее
- Занятие-зачёт (диагностика)
- Игровая, сюжетная под стихотворный текст
- Пальчиковая гимнастика
- «Сеанс здоровья»
- Психогимнастика
- Мимический этюд

Гимнастика

после сна

Прогулка

- Комплекс профилактической (коррегирующей гимнастики)
- Разминка в постели: потягивание, самомассаж
- Игровой, сюжетный комплекс
- Игра малой подвижности или хороводная игра
- Тематическая, сюжетная
- Оздоровительная
- Экскурсия, поход

Утренняя гимнастика в детском саду рассматривается как важный элемент двигательного режима, средство для поднятия эмоционального и мышечного тонуса. Содержание утренней гимнастики выбирается в соответствии с возрастом детей, имеющихся у них двигательных навыков,

условий, где она проводится. Обычно комплекс общеразвивающих упражнений для утренней гимнастики берётся с физкультурных занятий и повторяется 1-2 недели. Однако, допустимы и другие виды двигательной активности. Утренняя гимнастика на улице — прекрасная оздоровительная процедура. Необходимо учитывать следующие особенности проведения утренней гимнастики на открытом воздухе:

- Для всех возрастных групп утренняя гимнастика на воздухе проводится в весенне-летний период (тёплое время года), поздней осенью и зимой с детьми подготовительной и старшей подгруппы (в зависимости от погодных условий).
- В зависимости от погоды регулируется физическая нагрузка: при понижении температуры увеличивается, изменяя темп упражнений, при повышении температуры снижается, чтобы избежать перегрева организма.

Физкультурные занятия являются основной формой развития двигательной навыков и умения детей. В каждом возрастном периоде физкультурные занятия имеют разную направленность.

Младший возраст	Доставить как можно больше удовольствия, научить, правильно использовать оборудование, ориентироваться во всём пространстве группы или спортивной площадки.
Средний возраст	Развивать физические качества, прежде всего выносливость и силу, обучать элементарной страховке при выполнении спортивных упражнений, что является основой физической подготовки в целом.
Старший возраст	Уделять большее внимание физической подготовке воспитанников, создавать условия для реализации интересов детей, раскрытия их двигательных способностей и воспитания самостоятельности.

Формы проведения занятий воспитатель выбирает по своему усмотрению в зависимости от возраста детей, выдвинутых задач, места проведения, условий, личного опыта и профессиональных умений. В младшей группе использует преимущественно занятия игрового, сюжетного характера. С детьми старшего возраста чаще проводит занятия учебно-тренирующего, контрольно-зачётного

характера.

Виды физкультурных занятий в МБДОУ:

- Традиционная форма занятия

Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
- Разные виды ходьбы, упражнения строевые,	- Основные виды движений	Успокаивающая ходьба
на	- Подвижные игры	(малоподвижная игра),
ориентировку в пространстве,		дыхательные упражнения
разминочный		1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1
бег, упражнения на восстановление		
дыхания		
-Общеразвивающие упражнения		

- *Сюжетное занятие* – любые физические упражнения, знакомые детям, органично сочетаемые сюжетом.

- *Игровое занятие* — построено на основе подвижных игр, игр-эстафет, игра аттракционов.

Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
- Разные виды ходьбы,	. .	Малоподвижная игра,
упражнения строевые, на	видами движений	дыхательные упражнения
ориентировку в пространстве,	(последняя большей подвижности)	
разминочный	подвижности)	
бег, упражнения на восстановление		
дыхания		
- Общеразвивающие упражнения		

- *Тренирующее занятие* с одним видом физических упражнений (велосипед, лыжи, ролики, самокаты).
- *Интегрированное* занятие с элементами развития речи, математики, конструирования и т.д., но с включением дополнительной задачи, которая решается через движение.
- *Круговая тренировка* основу такого занятия составляет серийное (слитное или

интервалом) повторение нескольких видов физических упражнений, подобранных и объединённых в комплекс в соответствии с определённой схемой.

- *Самостоятельное занятие* – дети приучаются к организаторским действиям, т.к. им

поочерёдно поручают провести разминку, бег, организовать игру. - Занятие-зачёт — проводятся 2 раза в год (сентябрь, май) для получения информации об овладении детьми основных движений — диагностика физических качеств.

Перспективное планирование физкультурных занятий в МБДОУ (см. приложение1)

В практике ДОУ, как одна из форм физминутки или динамической паузы, используется "*Сеанс здоровья*". "Сеанс здоровья" – комплекс оздоровительных упражнений и дыхательной гимнастики. На основе учебно-методических пособий М.Ю.Картушиной «Зелёный огонёк здоровья» и В.Т.Кудрявцева, Б.Б.Егорова «Развивающая педагогика оздоровления» разработаны два вида комплексов – активизирующий и релаксационный, с учётом возраста детей и рекомендаций.

«Сеансов МБДОУ Комплексы здоровья» (см. 2) приложение Прогулка является одной из самых действенных закаливающих процедур в повседневной жизни детского сада. В течение дня прогулка организуется дважды: утром и вечером. Это благоприятное время для проведения индивидуальной работы с детьми и организации их самостоятельной двигательной активности. При планировании прогулки учитывается, какие занятия предшествовали прогулке: - если они носили подвижный характер (физкультурное, музыкальное), то прогулку лучше начать с наблюдения, - если на занятиях дети были ограничены в движениях, то прогулку лучше начать с подвижных и спортивных игр.

Структура примерного планирования прогулки МБДОУ:

После занятий с высокой физической нагрузкой:

- -поднятие тонуса ребёнка;
- -увеличение двигательной активности ребёнка;
- -профилактику различных заболеваний
- -снятие мышечного напряжения;
- -расслабление.

После занятий с интеллектуальной нагрузкой

- Самостоятельная деятельность детей.
- Наблюдение.
- Игры на развитие коммуникативных умений, психогимнастические этюды.
- Дидактические игры и упражнения на развитие познавательных способностей.
- Трудовые поручения.
- Подвижные игры средней и малой подвижности.

- Дыхательные упражнения.
- Подвижные игры (фронтально).
- Наблюдение.
- Самостоятельная деятельность детей.
- Трудовые поручения
- Индивидуальная работа над ОВД (по рекомендациям врача-педиатра)
- Спортивные игры и упражнения.
- Дыхательные упражнения.

Виды двигательной активности дошкольников на прогулке:

- Общая подвижная игра для всех детей.
- 2-3 подвижные игры с подгруппами детей.
- Индивидуальная работа с детьми над основными видами движений (в соответствии с ОВД, включенными в физкультурное занятие)
- Спортивные игры (зимой хоккей, весной, летом и осенью футбол, бадминтон, городки, баскетбол).
- Спортивные упражнения (зимой катание на санках, лыжах, весной, летом и осенью катание на велосипедах, самокатах, роликах, игры с мячом, купание в бассейне).
- Оздоровительный бег в конце первой прогулки (средний, старший возраст). Раз в квартал полезно проводить прогулку-поход за пределы детского сада. Длительная спортивная ходьба по заданному маршруту позволяет детям не только укрепить своё здоровье, но и значительно расширить знания об окружающем мире.

Инструкция по охране жизни и здоровья детей при проведении прогулки-похода:

- Маршрут должен быть тщательно изучен.
- В проведении прогулки-похода должны участвовать не менее двух взрослых.
- Во избежание перегрева и переохлаждения одежда должна соответствовать сезону года и состоянию погоды.
- При переходе улиц и дорог воспитатель следит за тем, чтобы дети соблюдали правила дорожного движения.
- Необходимо иметь с собой аптечку первой медицинской помощи.

Закаливание является эффективной формой укрепления здоровья детей. Систематическое закаливание способствует формированию у детского организма умения безболезненно переносить изменения окружающей среды. Закаливание приводит к усилению обмена веществ, повышает сопротивляемость организма инфекционным заболеваниям, оказывает благотворное влияние на общее психосоматическое состояние и поведение ребёнка. При закаливании следует неукоснительно придерживаться определённых правил, первое из которых — постепенность. Необходимо также учитывать состояние здоровья и индивидуальные особенности ребёнка. Нельзя проводить закаливающие процедуры, которые не нравятся ребёнку. Они должны приносить ему радость.

Система закаливания с учётом времени года в МБДОУ

	Младший возраст 3-4 года	Средний возраст 5-6 лет	Старший возраст 6-7 лет
ЗИМА			
ВЕСНА		○ • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	
ЛЕТО			
ОСЕНЬ			○ ○ ○ ○ ○ ○

Условные обозначения:

Утренний приём на воздухе –



Утренняя гимнастика на свежем воздухе –

Прогулка: воздушные ванны – 🚄

солнечные ванны –

Босохождение по солевым дорожкам –

Сон в проветриваемой группе -

Полоскание рта –



Оздоровительные мероприятия в МБДОУ:

- Увеличение продолжительности дневного сна до 15 часов 20 минут.
- Увеличение времени пребывания детей на свежем воздухе за счёт сокращения времени учебной деятельности.
- Зимние каникулы.
- Витаминотерапия (поливитамины, отвар шиповника, морс из клюквы, витаминный чай, обработка групп бактерицидной лампой).

Структура занятий цикла «Будь здоров, малыш» МБДОУ:

- Комплекс ОРУ с обязательным включением профилактических упражнений для верхних дыхательных путей.
- «Гимнастика маленьких волшебников» (психогимнастика, самомассаж).
- -Игровое упражнение по методике мышечной релаксации

Перспективный план занятий цикла «Будь здоров, малыш!» МБДОУ

Месяц	План занятия	

Сентябрь	1. Диагностика физических качеств детей 2. Комплектование группы		
Октябрь	Занятие № 1 1. Комплекс ОРУ «В осеннем лесу» (стр.110), карточка № 1 2. Дыхательная гимнастика: «Большой-маленький» (стр. 173), «Гуси летят» (стр. 174) 3. Массаж грудной области (стр.182) 4. Игровое упражнение «Гуси на лугу» (стр. 241)		
	Занятие № 2 1. Комплекс ОРУ «Листопад», карточка № 2 2 2. Дыхательная гимнастика: «Листочек», «Трубач» (синяя карточка) 3. Самомассаж живота (стр. 182) 4. Игровое упражнение «В лесу» (зелёная карточка)		
Ноябрь	Занятие № 3 1. Комплекс ОРУ «Звериная зарядка», карточка № 2 2 2. Дыхательная гимнастика: «Серый, зубастый по полю рыщет», «Лежит верёвка, шипит плутовка» заминастика «Дом и ворота» (стр. 226) 4. П/игра «Волк и гуси» (стр. 152)		
	Занятие № 4 1. Комплекс ОРУ с массажным мячом, карточка № 4 2. Психогимнастика — игра «Солнышко» (стр. 48) 3. Упражнения для профилактики плоскостопия (стр. 48)		
Декабрь	Занятие № 5 1. Комплекс ОРУ «Игрушки» (стр.104) 2. Дыхательная гимнастика: «Трубач», «Часики» 3. Пальчиковая гимнастика «Шарик»		
	 4. П/игра «Зеркало» (стр. 127) Занятие № 6 1. Комплекс ОРУ «Зимние забавы», карточка № 5 2. Дыхательная гимнастика: «Сдуй снежинку» 3. Профилактика плоскостопия с использованием различных видов дорожек топоножек. 4. П/игра «Хитрая лиса» (стр.122) 		

Январь	Занятие № 7 1. Комплекс ОРУ с лентами (стр. 119) 2. Дыхательная гимнастика «Лёгкая ленточка» 3. Пальчиковая гимнастика «Этот пальчик» (стр. 184) 4. Массаж ушных раковин (стр.184) 5. П/игра «Ветерок» (стр.123)
	Занятие № 8 1. Комплекс ОРУ (стр.206) 2. Дыхательная гимнастика «Ветерок» 3. Массаж шеи (стр.183) 4. П/игра «Совушка» (стр. 122) 5. Упражнение на мышечное расслабление (стр.120)
Февраль	3анятие № 9 1. Комплекс с обручами, карточка № 6 2. Дыхательная гимнастика «Снежинка» 3. П/игра «Цветные автомобили» 4. Упражнения для профилактики плоскостопия: «Обезьянки-музыканты», «Балерина» - карточки № 1,2
	Занятие № 10 1. Комплекс ОРУ с кеглями, карточка № 7 2. Дыхательная гимнастика (стр.173-174) 3. П/игра «Повар и котята» (стр.143) 4. Пальчиковая гимнастика: «Дудочка играет» (стр. 232), «Засолка капусты» (стр.226)
Март	 5. Упражнение на мышечное расслабление (стр. 120) Занятие № 11 1. Комплекс ОРУ с платочками, карточка № 8 2. Массаж рук (стр. 186) 3. Упражнения для коррекции осанки (стр.78) 4. Профилактика плоскостопия (стр. 207)
	Занятие № 12 1. Комплекс ОРУ «Весёлые кубики» (стр.112) 2. Массаж ног (стр.188) 3. Упражнения для профилактики плоскостопия (стр. 78) 4. Упражнения для глаз «День и ночь» 5. Упражнение на расслабление «Сосулька», карточка № 1

	Занятие № 13		
	1. Комплекс ОРУ с солнечными лучиками, карточка		
	№ 9		
	2. П/игра «Кто быстрее к солнышку»		
	3. Психогимнастика «Солнышко» (стр. 48)		
	4. Пальчиковая гимнастика «Цветы» (стр. 218)		
	Занятие № 14		
	1. Комплекс ОРУ «Обезьянки» (стр. 106)		
	2. Массаж головы (стр.184)		
A TIMO TI	3. Профилактика плоскостопия «Обезьянки-		
Апрель	музыканты» (стр. 207)		
	4. Упражнения для глаз «Далеко-близко», карточка		
	№ 2		
	5. Звуковые упражнения «Плакса» (стр.173)		
	Занятие № 15 Занятие № 151. Комплекс ОРУ		
	цветами, карточка № 10		
	2. Дыхательная гимнастика «Волшебный цветок»		
	(стр.116)		
	3. Упражнения для горла: «Лошадка», «Ворона» (стр.171)		
	4. П/игра «Собери букет» (стр.126)		
	5. Пальчиковая гимнастика «Цветы» (стр.218)		
	Занятие № 16		
	1. Комплекс ОРУ «Весёлые зверята», карточка № 11		
май	2. П/игра «Кто живёт в избушке?» (стр.121)		
	3. Упражнения на расслабление, жёлтая карточка		
	4. Профилактика плоскостопия «Кузнечики»,		
	карточка № 3		

безопасной 2. Обеспечение жизнедеятельности дошкольников Вопросы воспитания у детей навыков безопасного поведения являются для дошкольного учреждения актуальными и требующими особого внимания. Уроки здоровья и безопасности проводятся в дополнение к обычным физкультурным занятиям, один месяц, начиная c младшей группы раз Методические рекомендации проведению ПО Уроков здоровья безопасности: И Методика работы с детьми строится В направлении личностноориентированного взаимодействия с ребёнком, делается акцент самостоятельное на экспериментирование поисковую деятельность.

- Содержащийся в занятии познавательный материал должен *соответствовать* возрасту ребёнка.

-	Познавательн ый	мате риал	необходим о	сочета ть	С	практичес кими	задан ми
(оздоровите льные	минутки	_	упражнен ия	для	гла 3,	самомасс аж	тела

упражнения для глаз, осанки, дыхательные упражнения, психогимнастические этюды).

- Возможен *интегрированный подход к проведению* Урока здоровья и безопасности

(познавательная деятельность детей может сочетаться с изобразительной, музыкальной деятельностью, речевым и физическим развитием).

- Содержание занятия желательно наполнять *сказочными и игровыми персонажами*,

проблемными ситуациями, связанными с ними.

- Наглядный материал по теме Урока здоровья и безопасности должен быть *ярким*,

привлекательным, интересным ребёнку.

- *Использование художественного слова* внесёт в Урок здоровья и безопасности

дополнительный эмоциональный настрой

- *С уважением относиться к любому ответу ребёнка*, недопустима отрицательная реакция.
- В конце Урока здоровья и безопасности *должны чётко звучать основные* правила,

закрепляющие тему занятия.

- В конечном итоге Урок здоровья и безопасности должен приносить детям чувство

удовлетворения и радости, желание прийти снова на занятие Основные направления работы по формированию основ безопасной жизнедеятельности дошкольников МБЛОУ:

Перспективное планирование по основам безопасности жизнедеятельности дошкольников МБДОУ (см. приложение 3)

3. Психологическое сопровождение развития детей Основной целью психологического сопровождения в ДОУ является создание условий

для сохранения и укрепления психического здоровья детей, через реализацию комплексной

системы психолого-педагогических мероприятий. Для достижения поставленной цели воспитатели использует любые психологические технологии, которые могут предотвратить или скорректировать отклонения в психическом развитии дошкольников, а также ряд методов, оптимизирующих развитие и становление ребенка. личности Методы, коррекционно-развивающей работе используемые В МБДОУ Игры; Психогимнастические упражнения; Проективные техники; РЕБЁНОК ЕΓО И ЗДОРОВЬЕ РЕБЁНОК ДОМА (пожарная безопасность, безопасность быту) В РЕБЁНОК И ДОРОГА РЕБЁНОК И ПРИРОДА РЕБЁНОК И ДРУГИЕ ЛЮДИ Формировать дошкольников y ценности здорового образа **ЖИЗНИ** Формировать детей y умение правильно обращаться c предметами домашнего быта, являющимися источниками потенциальной опасности Формировать дошкольников навыки y безопасного поведения на дороге, улице, общественном транспорте основы дошкольников Развивать y навыки культуры, экологической безопасного поведения на природе Формировать y детей o правильном знания поведении при c контактах незнакомыми людьми, числе В TOM подростками 20 Беседа; Элементы сказкотерапии; Элементы арт-терапии. Возрастная направленность индивидуальных коррекционно-развивающих занятий

МБДОУ

Цель коррекционно развивающей деятельности	Решаемые задачи	Используемые приемы
СТАРШИЙ СРЕДНИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ	1	
Развитие эмоционально волевой сферн личности ребенка	1. Развивать понимание чувств, эмоций других людей. 2. Развивать умение понимать и выражать свои чувства. 3. Развивать умение фиксировать свое внимание на проявлениях различных эмоций. 4. Развивать умение воспроизводить спектр различных эмоций с фиксацией внимания на собственных мышечных ощущениях. 5. Развивать умение словесно описывать эмоциональные проявления. 6. Развивать умение различать и сравнивать эмоциональные ощущения и чувства. 7. Развивать умение произвольно подчинять свое поведение правилам. 8. Развивать навыки	этюды; - беседы о чувствах, которые возникают в различных ситуациях; - работа с пиктограммами чувств; - упражнение «Покажи эмоцию»; - упражнение «Отгадай эмоцию; - упражнение «Эмоциональные звуки»; - прочтение стихов с различными эмоциональными состояниями; - упражнение «Передай чувство прикосновением»; - чтение рассказов и сказок с обсуждением чувств героев; - упражнение «Противоположные эмоции»; - упражнение «Мое настроение»; - упражнение «Чувства животных»; - упражнение «Чувства животных»;

		<u>, </u>
	самоконтроля.	настроение позой»;
	9. Развивать умение	- игры на подражание
	фиксировать свое	«Зеркало»,
	внимание на	«Обезьянки»;
	различных мышечных	- медитативные
	ощущениях.	упражнения;
		- игра «Запрещенное
		движение»;
	1. Развивать	
	мыслительные	
	операции	- отгадывание загадок;
Развитие	(сравнение,	- составление
	обобщение,	описательных
познавательной	классификация).	рассказов;
сферы личности	2. Развивать	- сочинение сказок;
ребенка	логическое мышление,	- упражнение «Самый
реоенка	умение устанавливать	внимательный»;
	причинно	- упражнение
	следственные связи.	«Волшебные
	3. Развивать внимание	
	и его свойства	

(концентрацию, объем, переключение). 4. Развивать слуховую и зрительную память. 5. Развивать пространственное восприятие.	превращения»; - упражнение «Положи и скажи»; - упражнение «Спрятанные предметы»; - упражнение «Что умеют предметы»; - упражнение «Если бы»; - упражнение «Повтори по памяти»; - упражнение «Узнай по описанию»; - упражнение «Чем
---	---

Развитие социальных навыков и социального поведения	похожи, чем различаются». 1. Развивать умение сопереживать. 2. Развивать у ребенка умение понимать чувства, эмоции, действия других людей. 3. Развивать умение выделять и узнавать типичные формы адаптивного и неадаптивного поведения. 4. Формировать приемлемые для ребенка стандарты и стереотипы поведения и стереотипы поведения и способы разрешения конфликтов. 5. Развивать навыки самостоятельного выбора и построения детьми подходящих форм действий и реакций в разных ситуациях.	- беседы с ребенком о различных проблемных ситуациях, которые происходили в его жизни, обсуждение, как быть в таких ситуациях, чего не следует делать; - проигрывание проблемных ситуаций; - беседы с ребенком о чувствах, возникающих в различных жизненных ситуациях; - чтение рассказов и сказок, обсуждение событий и переживаний героев; - арт-терапевтические техники
МЛАДШИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ		
Развитие эмоционально волевой сферы личности ребенка	1. Развивать умение сопереживать другим людям. 2. Развивать умение дифференцировать положительные и отрицательные эмоции. 3. Развивать умение фиксировать свое внимание на	- эмоциональные этюды; - беседы о чувствах, которые возникают в различных ситуациях; - работа с пиктограммами чувств; - упражнение «Покажи эмоцию»; - упражнение «Отгадай

проявлениях	эмоцию;
различных	- упражнение
эмоций.	«Эмоциональные
4. Развивать умение	звуки»;
воспроизводить	- упражнение
спектр различных	«Передай
эмоций по образцу.	чувство
5. Развивать умение	прикосновением»;
различать и	- чтение сказок с
сравнивать основные	обсуждением чувств
эмоциональные	героев;
ощущения и чувства.	- упражнение «Мое
6. Развивать умение	настроение»;
произвольно	- упражнение «Чувства
подчинять свое	животных»;
поведение правилам.	- игры на подражание
_	«Зеркало»,
	«Обезьянки»;

медитативные

упражнения; - игра «Запрещенное движение»		
Развитие познавательной сферы личности ребенка	1. Развивать мыслительные операции (сравнение, обобщение). 2. Развивать логическое мышление, умение устанавливать причинно следственные связи. 3. Развивать внимание и его свойства (концентрацию, объем, переключение). 4. Развивать слуховую и зрительную память. 5. Развивать	-

	пространственное	- упражнение
	восприятие.	«Повтори по
		памяти»;
		- упражнение «Узнай
		по
		описанию»;
		- упражнение «Чем
		похожи,
		чем различаются»;
		- упражнение «Сделай
		так»
		- беседы с ребенком о
		различных ситуациях,
		которые происходили
		В
	1. Развивать умение	его жизни,
	сопереживать.	обсуждение,
	2. Развивать у ребенка	как быть в таких
	умение понимать	ситуациях, чего не
	чувства, эмоции,	следует
Развитие	действия других	делать;
социальных	людей.	- проигрывание
навыков и	3. Формировать	
социального	приемлемые для	- беседы с ребенком о
поведения	ребенка	чувствах,
	стандарты и	1
	стереотипы поведения	различных жизненных
	И	ситуациях;
	способы разрешения	- чтение рассказов и
	конфликтов.	сказок,
		обсуждение событий и
		переживаний героев;
		- арт-терапевтические
		техники;

1). **Цикл занятий** для детей старшей разновозрастной группы направлен на развитие

у них коммуникативных навыков. Методическим обеспечением этого цикла является

программа эмоционального развития детей дошкольного возраста С.В. Крюковой и $\,$
 $\,$ Н.П.

Слободяник «Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь» Основными задачами цикла «Я + ТЫ» являются:

- формирование и развитие у детей потребности в общении; формирование доброжелательного отношения к сверстникам и взрослым людям;
- формирование позитивного отношения к собственному «Я»; 23
- формирование социальных навыков и социального поведения;
- формирование у дошкольников положительных черт характера, способствующих лучшему взаимопониманию в процессе общения; коррекция у детей устойчивых неадекватных поведенческих реакций. Цикл занятий «Я + ТЫ» включает в себя 3 основных блока (по 6 занятий в каждом):

1 БЛОК: «Уверенность в себе». 2 БЛОК: «Чувства, желания, мнения». 3 БЛОК: «Социальное поведение».

Тематическое планирование занятий «Я + ТЫ»

Месяц	Тема занятия	Решаемые задачи
Ноябрь	БЛОК 1: «Уверенность в себе»	
1. «Знакомство».	- Формирование уверенности в себе; - Формирование адекватных представлений о себе; - Актуализация собственного опыта детей; - Формирование доброжелательного отношения детей друг к другу.	
2. «Я не такой как все».		
3. «Мой характер».		
4. «Что в тебе и во мне общего».		
Декабрь	5. «На кого я похож».	
6. «Мои умные помощники».		
БЛОК 2: «Чувства, желания, мнения»		
	36	

7. Мое настроение».	- Развитие способности дифференцировать эмоции; - Развитие эмоциональной отзывчивости, умения выражать свои чувства; - Развитие произвольной регуляции поведения; - Снятие напряжения; - Развитие умения понимать чувства других.	
Январь	8. «Конкурс Боюсек».	
9. «Что огорчает людей».		
10. «Когда ты сердишься, что с этим делать»		
Февраль	11. «Хорошо – плохо».	
12. «Три желания».		
БЛОК 3: «Социальное поведение»		
13. «Золотое правило».	- Формирование модели поведения ребенка как общественной личности; - Развитие адаптивных способностей; - Формирование социальных навыков; - Формирование доброжелательного отношения к другим людям.	
14. «Волшебные слова».		

Март	15. «Мои друзья»	
16. «Поссорились – помирились».		
17. «Как себя вести».		
18. «Моя семья».		

2). Цикл занятий «Цветные путешествия» имеет своей целью формирование психологической готовности к школьному обучению у детей старшего дошкольного

возраста. В основе занятий лежит методическое пособие Н.М. Погосовой «Цветной

игротренинг».

Основные задачи цикла «Цветные путешествия»: - развитие у детей познавательных психических процессов; 24

развитие у воспитанников навыков саморегуляции;
 развитие и коррекция эмоционально-волевой сферы личности;
 развитие у детей коммуникативных навыков.

Особенностью данного цикла занятий является акцентирование внимания детей

том или ином цвете в процессе занятий, «погружение» в цвет. Погружая ребят в мир цвета,

мы помогаем им стать более восприимчивыми и чувствительными, наполниться энергией,

ощутить себя в гармонии с окружающим миром. Цвет на занятиях, выполняя свою особую функцию, выступает также как «канва»

основа, на которую «нанизываются» игры и упражнения, направленные на формирование у ребенка школьной зрелости.

Тематическое планирование занятий «Цветные путешествия»

Месяц	Тема занятия		
	1. «Цветные		
	путешествия».		
	2. «Страна красного		
Подбру	цвета».		
Ноябрь	3. «Страна синего		
	цвета».		
	4. «Страна зеленого		
	цвета».		
Декабрь	5. «Страна желтого		
	цвета».		

	6. «Страна коричневого цвета». 7. «Страна белого цвета».
Январь	8. «Страна оранжевого цвета». 9. «Страна голубого цвета». 10. «Страна серебряного цвета».
Февраль	11. «Страна черного цвета». 12. «Страна золотого цвета». 13. «Разноцветная страна».

3. Логопедическая коррекция детей нарушениями развития Наличие речевых нарушений у детей дошкольного возраста усложняет и видоизменяет процесс работы над основными задачами по физвоспитанию. Планируя осуществляя основную работу по физвоспитанию, в соответствии с комплексной программой «От рождения до школы», целесообразно дополнять и обогащать ЭТОТ процесс логопедических технологий. введением коррекционных Задачи коррекционно-логопедической службы МБДОУ - Выявление детей с речевыми нарушениями в ДОУ и оказание им своевременной

- коррекционной логопедической помощи. Профилактика нарушений устной речи у детей младшего возраста.
- Оказание консультативной помощи родителям детей с проблемами в развитии речи.
- Пропаганда логопедических знаний среди работников ДОУ. Достижение цели обеспечивается постановкой широкого круга образовательных,

воспитательных, коррекционных и развивающих задач, решение которых осуществляется

25

логопедом и воспитателями на специальных индивидуальных и фронтальных занятиях,

также созданием единого речевого режима в детском саду. Основной формой организации логопедической работы являются *подгрупповые*

и

индивидуальные занятия. Влияние нарушений речи на физическое развитие дошкольников:

Ме	Не де ля	Звуки, буквы	Звуко- слоговый анализ	Грамматическ ий строй	Связна я речь
сентяб рь	I	Обследован ие детей			
II	Обследован ие детей				
III	У	Выделение начального ударного гласного	Договариван ие предложени й по картинкам (И. и В. падежи, ед. числа, существ.)		

НарушениеречиОслаблениевнимания,повышеннаявозбудимостьНарушениекоординации

движений

Недоразвитие мелкой

моторики

Снижение уровня

автоматизации

Нарушение функций

равновесия

 Снижение
 уровня
 развития

 двигательных
 умений
 и
 навыков

 Коррекционная
 работа

26

			Договаривани	ie e
			предложений	ПО
		Анализ	картинкам	(др.
IV	A		косвенные	
1 V	A	звукового ряда	падежи,	ед.
		из двух гласных	числа,	
			существитель	ных
)	

октябр ь	Ι	И	Анализ звукового ряда из трёх гласных	Именительный падеж множественного числа существительны х на И, А	
II	ППП	Выделение последнего глухого согласного. Анализ обратного слога АП.	Составление предложений по образцу. Согласование глаголов настоящего времени с существительным и.		
III	Т	Звуковой анализ обратного слога УТ. Воспроизведен ие слогового ряда (АТ УТ-ИТ)	Составление предложений по картинкам с помощью вопросов	Рассказ по сюжетной картинке «Тома и Толя»	
IV	K K	Преобразовани е обратных слогов в прямые. Воспроизведен ие слогового ряда.	Родительный падеж ед. числа существительных . Составление рассказа с помощью вопросов	Рассказ по сюжетной картинке «Котёнок»	
ноябрь	Ι	O	Воспроизведение слоговых рядов (прямые слоги). Выделение ударного гласного.	Родительный падеж мн. числа существительны х. Составление предложений со словом «много»	Рассказ по сюжетно й картинке «Каток»

II	X X	Мягкие согласные. Выделение начального согласного перед гласным.	Согласование количественных числительных и существительных . Закрепление различения существительных по родам — соотнесение с местоимениями мой, моя, моё.		
III	Ы	Выделение ударного гласного после согласного.	Именительный падеж множ. числа существительных .		
IV	M	Выделение начального согласного. Звуковой анализ слов: «мак», «кит»	Притяжательные прилагательные на -ИН, деформированная фраза. Большая буква (имена)	Рассказ по сюжетной картинке «Тут будет сад»	
Дека брь	Ι	С	Определение типа звука в слове. Деление слов на слоги	Составление предложений с данным словом.	Рассказ по сюжетно й картинке «Соня и собака»

Притяжатель ные прилагательные на - ИН

II	H 3 3,	Деление слов на слоги. Место звука в слове. Звуко-слоговый анализ слов: «Зубы», «Козы», «Зима»	Предлоги С, НА. Словообразова ние сложных слов. Сомнительные согласные. Знакомство с родственными словами, выделение их из контекста.	Составление рассказа «Зима»
III	Б	Звонкие и глухие согласные.	Уменьшительн о ласкательные суффиксы: - ОК, -ЕК, -ИК	
IV	В	Анализ слов. Составление схем слов. Большая буква в начале предложения.	Составление предложений по картинкам, деление их на слова. Распространени е предложений по вопросам.	
Январь	Ι	Д	Работа с буквами (составление и преобразование слогов и слов)	Распространен ие предложений. Словообразов ание существитель ных, обозначающих лиц по занятиям.
II	Γ	Чтение слов и предложений . Деление	Приставочные глаголы (бегать). Подбор	Составление рассказа «Гуси»

		предложений на слова.	предметов к признакам. Сложные предлоги.		
III	Э	Звуко- слоговый анализ слов: «Эта», «Этот», «Эти», «Дети». Чтение и печатание предложений	Словообразова ние относительных прилагательны х (материал, из которого делается посуда), согласование с существительными.		
IV	E Ë	Закрепление мягкости согласных перед гласными: И, Е.			
Февраль	I	Л	Звуко-слоговый анализ слов.	Глаголы ед. числа, прошедшего времени. Образование родственных слов.	Пересказ рассказа Л.Толст ого «Белка и волк»
II	Ш	Преобразова ние слов (Миска – Мишка). Составление схем. Печатание, чтение.	Распространени е предложений дополнениями.	Составление рассказа по сюжетной картинке на основе опорных слов	
III	Я	Составление схем слов по индивидуаль	Выделение ударения. Словообразова ние относительных		

ным	прилагательны	
карточкам.	X.	
	Составление	
	предложений	
	ПО	
	образцу,	
	деление их на	

слова.					
IV	P P	Преобразование слогов и слов. Слова сложной звуковой культуры.	Относительные прилагательные Обогащение лексики родственными словами.	Пересказ сказки «Ворона и рак»	
Март	I	Р – Л	Дифференциация Р — Л. Преобразование слогов и слов. Слова сложной слоговой структуры.	Словообразова ние страдательных причастий прошедшего времени.	Составлен ие рассказа по серии картинок «Собака-санитар»
II	Ж	Преобразование слогов и слов.	Закрепление образования и употребления приставочных глаголов (от «бежать»). Подбор родственных слов. Приставочные глаголы.	Пересказ рассказа «Рыжик»	
III	Ц	Составление схем слов со стечением согласных. Чтение и	Словообразовани е существительных сред. рода с уменьшительно		

		печатание слов и предложений.	ласкательными суффиксами: - ЕЦ, -ИЦ, -Ц. Составление предложений с данным словом.		
IV	Ч	Составление слов со стечение согласных. Упражнения с разрезной азбукой. Чтение и печатание слов и предложений.	Уменьшительно ласкательные суффиксы существительных . Приставочные глаголы. Словообразовани е существительных (профессии, отчества мужского рода), притяжательных прилагательных.	Коллективное придумывание сказки «Где мой домик»	
Апрель	Ι	Ю	Упражнения с разрезной азбукой. Чтение и печатание слов. Обозначение мягкости при помощи гласных.	Спряжение по образцу. Закрепление притяжательны х прилагательны х.	
II	Ф - В	Закрепление правописания сомнительной согласной в слове.	Упражнения в употреблении сложноподчинён ных предложений.	Пересказ рассказа «Волчишко»	
III	Щ	Словообразован ие существительны х муж. рода с с суффиксом —	Придумывание конца сказки «Как козочка и волк разговаривали»		

ЩИК		
(профессии).		
Увеличительно		
пренебрежитель		
ный		
суффикс – ИЩ.		
Действительные		
причастия		
настоящего		
времени.		
Правописание		
– ЩА, -ЩУ.		

IV	Щ - С	Упражнения с разрезной азбукой. Чтение, печатание.	Степени сравнения прилагательных и наречий. Образование отглагольных существительных	Описательный рассказ «Щука»
Май	I	й	Упражнения с буквами	Спряжение в будущем времени.
II	Ч,Щ,С,Т	Закрепление правильного произношения и различение в связной речи	Обогащение лексики синонимами.	Развитие диалогической речи. Обучению умению вести беседу.
III	Мягкие соглас ные	Дифференциация твёрдых согласных	Обогащение лексики синонимами. Составление и распространение предложений.	
IV	Глухие и звонкие соглас ные	Дифференциация глухих и звонких согласных. Чтение.	Сложные предложения различных конструкций.	Диалогическая речь.

Решить речевые воспитателя	е проблемы детей	можно только	при грамотно	ой работе и
	водством лого	педа(дет	ская полі	иклиника).
1 0	и воспитателя в обла	*		,
	активизация речево			-
представлений	интиризиции ретер	об	_	ужающем.
•	обности использова		1	•
различных		пр пинетощиеся	TIMBBIRTI VB/15110	n pe m b
ситуациях				общения.
•	в свободной самосто	ятепьной п ечи л	етей навыков пг	•
	вуков, грамматическ	_	_	
программой	-	опедических	и рени в соот	занятий.
Планирование		работы	RO	спитателя
совместно		С		логопедом
пополиклиника		C	•	логопедом
Взаимосвязь				
В				работе
_				раооте И
логопеда воспитателя				n
Присутствие				110
воспитателя				на
фронтальных				
Занятиях Уолгон				
Контроль				20
воспитателя		ноточ		3a
речью		детей		В
свободное		~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~		время
Максимальное		обогащение		речевой
практики	детей	В		процессе
режимных				моментов
Тематические				
консультации				
логопеда				для
воспитателей				
Осуществление				
воспитателем				
СВЯЗИ		логопеда		c
родителями				
30 4				
4. Укреплени		цошкольников	средствами	музыки
	н целительный потен			
воздействия	использовались	людьми	с давних	пор.
Влияние	музыки		здоровье	детей
-	-профилактическа я	_	=	ІКАЛЬНОГО
сопровождения	режимных	моменто	OB B	ДОУ

Утренний приём детей – в течение получаса играть классические и современные произведения с соответствующим мажорным, солнечным звучанием. С этой целью можно

использовать грампластинки, компакт-диски, аудиозаписи, скомпоновав из них специальные

утренние программы. Цель: создание оптимальных условий ежедневного приёма детей в

детский сад.

Музыкальная

культура

Музыкальная деятельность в детском саду

Восприятие

музыки

Пение

Музыкальноритмические

движения

Музыкальное

сопровождение

занятий

Положительное

эмоциональное

воздействие

Музыкальнодыхательный

тренинг

Эмоциональный

отклик;

«мышечная

радость»

Движения

выразительны,

ритмичны,

скоординированны

Музыкальное

творчество

Самоутверждение ребёнка

31

Методика музыкально-рефлекторного пробуждения детей после сна. Использование

тихой, нежной, лёгкой музыки при пробуждении детей после дневного сна. Десятиминутная

композиция должна быть относительно постоянной, чтобы у детей выработался рефлекс — пробуждение.

Хорошая музыка обладает глубоким эмоциональным воздействием. Выбор музыки

широк — от классической до естественных звуков природы (пение птиц, шум ветра,

прибоя...). Комбинация музыки с дыханием и движением приводит к взаимному обогащению методических приёмов. Перевозбуждённым детям рекомендуется выполнять

несколько упражнений на расслабление и спокойное дыхание. Детям, уставшим от занятий без активных движений, предлагается попрыгать, поскакать.

Примеры музыкального сопровождения

Для упражнений на релаксацию	Для активной двигательной деятельности
Ф.Шуберт «Аве Мария»	И.Штраус «Радетский марш»
Э.Григ «Утро»	И.Брамс «Венгерский танец»
Н.Римский-Корсаков «Океан – море синее»	Л.Делиб «Пиццикато»
П.Чайковский «Осенняя песня»	И.Штраус «Трик-трак»

Прослушав достаточно большое количество музыкальных произведений, можно создать «Копилку чувств» (Е.И.Юдина). Для этого достаточно описать, какие чувства и настроения побудила у слушателя музыка «Копилка чувств» МБДОУ

Настроение	Композитор	Название произведения
Грусть	П.Чайковский	«Болезнь куклы»
Радость	С. Рахманинов	«Полька»
Мечтательность	П. Чайковский	«Песня жаворонка»
Героические чувства	Ф. Шуман	«Смелый наездник»
Шутливое настроение	Д. Кабалевский	«Клоун»
Тревога	Э.Григ	«В пещере горного короля»

Торжество и ликование	Ж. Бизе	«Марш тореадора»
Страх	М. Мусоргский	«Ночь на Лысой горе»

Пение.

Многие дети неправильно дышат, им не хватает воздуха на фразу. Использование

дыхательных упражнений помогает нормализовать дыхание, тем самым улучшая обменные

процессы. Дыхание укрепляется и во время пения. При этом необходимо следить за тем,

чтобы дети брали дыхание перед началом пения и между музыкальными фразами, а не в

середине слова. Некоторые дети дышат прерывисто не потому, что у них короткое дыхание,

а оттого, что не умеют управлять им. Во время пения детям даётся установка на то, что дышать нужно спокойно, не поднимая плеч и не делая шумных вдохов перед каждой фразой песни.

Сохранять воздух в

32

лёгких желательно до окончания фразы, экономно его расходуя. Научиться этому можно при помощи простых упражнений на дыхание: «*Не разбуди игрушку*». Дети двигаются спокойным шагом под музыку в четырёхдольном размере. На 1-2-ю доли — 2 коротких шага и вдох носом, на 3-4-ю доли —

 остановка
 и
 долгий
 выдох.

 «Кто дольше»
 – сохранение дыхания и правильное его расходование:

 - чей
 паровоз
 дольше
 гудит;

 - чья
 дудочка
 дольше
 поёт.

- чья дудочка дольше поёт. Большое значение имеет работа над распеваниями. Для достижения лёгкого,

звука распеваются заднеязычные слоги «га», «ка», «ку», «го», «гу» (укрепляются задние

мышцы).

Звучащие звуки «г», «к» упражняют мягкое нёбо, которое в перепении должно хорошо подниматься и способствуют освобождению и укреплению глотки («Гуси, вы гуси»).

Дальнейший этап обучения характеризуется использованием контрастных упражнений. Примеряются переднеязычные слоги «зи», «за», контрастные заднеязычным.

Песенки-распевки,

способствующие развитию правильного дыхания

Возраст детей	Название, автор песенки	Направлена на
3-4 года	- «В огороде заинька» муз. В.Карасёвой - «Дождик» русская народная попевка - «Кошка» муз. А.Александрова	- выработку напевности звучания, выделение ударных слогов в словах «заинька», «маленький» обучение ребёнка правильному дыханию перед фразами, выполняя логические ударения в словах «пуще», «гущи, «ложку», «хлебай понемножку» развитие умения протяжно петь, с напевной интонацией, сохраняя дыхание.
4-5 лет	- «Паровоз» муз. В.Карасёвой - «Колыбельная» муз. Е.Тиличеевой - «Андрей-воробей» русская народная песня	- развитие правильного глубокого выдоха в конце фраз во время протягивания гласных на конце слов «ду-ду», «иду» развитие напевности, умение брать дыхание по показу взрослого (после каждой музыкальной фразы) умение точно передавать ритмический рисунок попевки, построенной на одном звуке, сохраняя дыхание.
5-6 лет	- «Качели» муз. Е.Тиличеевой - «Труба» муз.	- умение различать и воспроизводить высокие и низкие звуки, сохраняя правильность дыхания.

Е.Тиличеевой	- умение чисто
- «Дятел» муз. Н.Леви	интонировать
	музыкальную
	фразу – пение трубы,
	сохраняя
	правильность дыхания.
	- умение передавать
	весёлый характер
	музыки, сохраняя
	правильность дыхания,
	делая ударение на
	слово «тук».

Музыкально-ритмические

движения

Доказано, что движения под музыку для ослабленных и часто болеющих детей имеют

особое значение, потому что тренируют мозг, подвижность нервных процессов. Это один из самых привлекательных видов деятельности, ребёнок имеет возможность выразить эмоции в приемлемой форме, реализовать свою энергию. Обучение детей движениям под музыку строится в ДОУ по парциальной программе

А.И. Бурениной «Ритмическая мозаика», целью которой является развитие ребёнка,

формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений,

способностей, качеств личности.

Использование музыкально-ритмических движений в педагогическом процессе

Формы педагогического процесса в ДОУ	Содержание работы по ритмопластике	
	Ритмические	
	композиции могут	
Музыкальное занятие	использоваться в	
	разных	
	вариантах: как вводная	
	часть занятия либо в	
	качестве	
	заключительной части	
	(уже знакомые детям),	
	в основной части	

	возможно разучивание нового движения, композиции.	
Физкультурное занятие	Ритмические композиции могут включаться фрагментарно или в комплексе (комплекс общеразвивающих упражнений), а также игры.	
Занятия, требующие высокой умственной активности и малой подвижности.	В качестве физминуток можно использовать игровые и танцевальные композиции («Кот Леопольд», «Кукляндия», «Танцуйте сидя»)	
Утренняя гимнастика	По типу детской аэробики рекомендуется подбирать композиции с достаточно интенсивными (соответственно возрастным и индивидуальным особенностям детей) движениями. Дети с упражнениями должны быть знакомы.	
Бодрящая гимнастика	Подбираются упражнения игрового характера с творческими заданиями, спокойные по темпу («Кошка с девочкой», «Разноцветная игра»). Наиболее оптимальное их использование – в	

	achterentum c	
	сочетании с	
	закаливающими	
	процедурами.	
	Используются	
	наиболее яркие и	
	понравившиеся детям	
	музыкально	
	ритмические	
	композиции (уже	
	самостоятельно, без	
Праздники, вечера	показа	
развлечений	педагога). С целью	
	более эффектного,	
	эмоционального и	
	выразительного	
	исполнения детям	
	предлагаются	
	атрибутика,	
	элементы костюмов.	
	Ионон элотоя	
	Используются	
	музыкально-	
	ритмические	
Самостоятельная	композиции хорошо	
деятельность детей	знакомые и любимые	
Chinehorochio Gemeu	детьми (на музыку	
	В.Шаинского,	
	любимых	
	детских песенок)	
	<u></u>	

Возрастные особенности развития музыкально-ритмических движений.

Возраст	Возрастная	Приоритетные
детей	характеристика	задачи
3-4 года	Дети младшего дошкольного возраста чрезвычайно непосредственны и эмоцинональны. Движение, особенно под музыку, доставляет им большую радость. Однако возрастные	Воспитание интереса, потребности в движениях под музыку. Развитие слухового внимания,

особенности пропорциях строения тела, особенности протекания нервных процессов и их зрелости, сформированности сказываются на двигательных возможностях. Движения малышей ещё недостаточно точные и координированные, плохо развито чувство равновесия, поэтому объём и разнообразие двигательных упражнений невелики и все они носят, как правило, игровой характер.	умения выполнять движения в соответствии с характером и темпоритмом музыки. Обогащение слушательского и двигательного опыта.	
4-5 лет	В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения, возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности.	Развитие гибкости, пластичности, мягкости движений, а также воспитание самостоятельности в исполнении, побуждение детей к творчеству.
5-7 лет	В этом возрасте ребёнок-дошкольник достигает	Развитие способности к выразительному,

кульминации в	одухотворённому
•	
развитии движений,	
которая	движений, умение
выражается в особой	импровизировать под
грации, лёгкости,	незнакомую музыку,
изяществе.	формирование
У детей резко	адекватной
возрастает	оценки и самооценки
способность к	
исполнению	
разнообразных и	
оп хынжолэ	
координации	
движений – их области	
хореографии,	
гимнастики. Это даёт	
возможность	
подбирать для	
работы с детьми более	
сложный репертуар.	
-	

Раздел
УСЛОВИЯ
РЕАЛИЗАЦИИ
ПРОГРАММЫ
1.Кадровое обеспечение физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном
Проводимая физкультурно-оздоровительная работа не имела бы действенного результата без осуществления взаимосвязи в деятельности всех сотрудников дошкольного учреждения.

В ДОУ продумана система медицинского и педагогического взаимодействия, составлены рекомендации по распределению оздоровительной работы между всеми

сотрудниками детского сада:

Педагогический совет ДОУ:

- утверждает выбор новых здоровьесберегающих программ, методик, технологий;
- определяет перспективные направления физкультурно-оздоровительной работы ДОУ;

_	организует работу по охране жизни и здоровья детей и сотрудников
Управляющий совет:	

определяет стратегию перспективы развития, создание программ	физкультурно
оздоровительного	развития ДОУ;
организует, совершенствует содержани	-
процесса;	
	ости методического обеспечения;
разрабатывает методические рекоменда	
работе	
C	детьми;
осуществляет комплексное диагностир	
детей;	
контролирует и организует физкульту анализирует, обобщает и распростран	яет передовой педагогический опыт
физкультурно-оздоровительной	•
Медицинская	служба:
проводит профилактику, диагностику, р	
развитии	детей;
внедряет нетрадиционные методы ле	чения - фитотерания, ароматерания,
дыхательная	
гимнастика;	A MORROW HANDHOUTOCH HONTHURY
проводит общеукрепляющую терапин	
	ечебно-профилактической работой;
- осуществляет организацию	
Административно-хозяйственная	часть:
	материально-технической базы
Перспективы ра МБДОУ	азвития кадров

№	Мероприятия	Сроки	Ответст
1.	Повышение квалификации педагогических кадров и персонала в вопросах здоровьесбережения на курсах повышения квалификации, проблемных семинарах	Ежегодно	Заведую
2.	Организация работы творческих групп по проблемам здоровьесбережения	Ежегодно	Заведуюі

		Выявление и		
		распространение		
		положительного		
		педагогического опыта		2
1		по вопросам	П	Заведую
3.		сохранения и	Постоянно	Управлян
		укрепления здоровья		совет.
		всех участников		
		воспитательно		
		образовательного		
		процесса в ДОУ		
		Проведение		
		семинаров,		
		консультаций		Медсестр
4.		здоровьесберегающей	Ежегодно	воспитат
		направленности с		Boomman
		приглашением		
		специалистов		
1.	Методическое со	провождение здоровье	есберегающей деятель	ности

1. Методическое сопровождение здоровьесберегающей деятельности Перспективы развития научно-методических условий здорвьеориентированной деятельности в МБДОУ

№	Мероприятия	Сроки	Ответст
1.	Организация методических мероприятий (тематический педсовет, консультация, семинар и т.д.) по вопросам здоровьесбережения	Ежегодно	Заведуюі
2.	Разработка методических рекомендаций по вопросам формирования компетентности здоровьесбережения у дошкольников (конспекты занятий,	Ежегодно	Заведую старший воспитат Педагоги руководи

	Г		1
	уроков здоровья и безопасности, сценарии спортивных праздников, развлечений, походов и экскурсий, наглядный материал и т.д.)		
3.	Оснащение воспитателей методическими пособиями и рекомендациями по внедрению здоровьесберегающих технологий в ДОУ (приобретение методической литературы, организация подписки на периодические издания)	Ежегодно	Заведуют Управлян совет
4.	Организация работы по образовательным проектам спортивной тематики	Ежегодно	педагоги
2. Сотрудничество детского сада и семьи в деле формирования ребёнка Вся физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ проводится в тесном единстве с семьёй. Основной целью ДОУ при взаимодействии с семьями является вовлечение родителей в образовательный процесс, в физическое и эмоциональное воспитание детей. Включая родителей в единый, совместный процесс физического воспитания ребёнка, пользуемся единой программой воспитания и развития ребёнка в дошкольном учреждении и в семье, представленной в методическом пособии «Дошкольное учреждение и семья — единое пространство развития», Т.Н. Дороновой, Е.В. Соловьёвой, А.И. Жичкиной, С.И. Мусиенко.			

Задачи физического воспитания ребёнка и их реализация в семье и в детском саду

Программные задачи	Реализация задач в семье	Реализация задач в детском саду
1.Обеспечить условия комфортной адаптации ребёнка к детскому саду	Служить эмоциональной опорой для ребёнка. Оказывать педагогам помощь в налаживании нормальной жизни малыша в детском саду. Дать ему возможность постепенно привыкать к новым условиям. Максимально подробно и точно отвечать на все вопросы педагогов о ребёнке. Продумать, какие любимые вещи, игрушки, книги малыш возьмёт с собой в группу детского сада.	Предварительно узнать как можно больше об особенностях ребёнка. Оказать ему эмоциональную поддержку. Способствовать постепенному привыканию к ДОУ.
2. Разработать индивидуальную программу формирования здоровья.	Обеспечить полную информацию о состоянии здоровья ребёнка.	Координировать работу медиков и педагогов ДОУ
3. Создать условия для физического и психологического комфорта в ДОУ.	Соблюдать дома режим сна и питания, диету, принятые в детском саду.	Соблюдать рациональный режим сна, питания, диету. Выработать ритуалы проведения режимных моментов.
4.Воспитывать привычку к чистоте,	В домашних условиях поддерживать	Учить детей: Умываться, летом

формировать гигиенические навыки.	привычки, вырабатываемые в детском саду. Хвалить ребёнка за	мыть ноги перед сном, следить за состоянием рук, мыть руки после прогулки,
	проявления самостоятельности, правильное выполнение гигиенических процедур.	пользоваться унитазом и туалетной бумагой, чистить зубы и полоскать рот после еды, правильно применять предметы индивидуального пользования расчёску, полотенце, носовой платок.
5.Осуществлять профилактику нарушения зрения.	Создавать условия для правильного освещения тех мест, где ребёнок рисует, просматривает книги. Приучать дошкольника контролировать позу за столом.	Включать в комплекс гимнастики после пробуждения (или перед дневным сном) упражнения на расслабление глаз.
6.Осуществлять профилактику нарушения осанки, плоскостопия.	Выполнять упражнения по рекомендации врача. Правильно подбирать обувь для ребёнка.	Проводить диагностику состояния стопы, осанки детей. Вводить ЛФК по показаниям. Снабжать родителей комплексами упражнений для их ребёнка. Следить за обувью, позой детей за столом.

7. По,	ддерживать	Соблюдать	режим	Создавать условия для
потребности	b B	прогулок.		спонтанной

спонтанной	Давать возможность	двигательной
двигательной	ребёнку во	активности в группах и
активности,	время прогулок много	на
создавать условия	свободно	территории детского
для «мышечной	двигаться.	сада.
радости».	Ввести семейную	Проводить
	традицию	физкультурные
	занятий спортом,	занятия, двигательные
	приобщать	пятиминутки после
	ребёнка к ходьбе на	интенсивной
	лыжах,	интеллектуальной
	коньках, спортивным	нагрузки в
	играм,	течение дня.
	плаванию.	

Эффективными формами работы с семьёй по физическому воспитанию детей

в МБДОУ являются:

- Совместные физкультурные досуги, праздники, дни здоровья, туристические походы;
- Дни открытых дверей, где родители имеют возможность присутствовать на утренней

гимнастике, физкультурном занятии;

- Домашние задания, которые позволяют решить сразу несколько задач: повысить

двигательную активность детей, подтянуть отстающего в движении ребёнка, дать

родителям конкретное содержание для общения, столь необходимое и взрослому и

ребёнку. Домашние задания должны быть строго индивидуальны, небольшие по объёму, конкретны по содержанию;

- Демонстрации передового опыта семейного воспитания: интервью, выставки, встречи

с родителями, консультации. **Повышение культуры**Знакомство

консультации. **педагогической родителей с**

современными

системами

семейного

воспитания

Изучение

закономерностей

развития ребёнка Содействие в

приобщении

детей к

культурным

ценностям

Пропаганда

здорового

образа 39

Больше узнать о ребёнке, его физическом развитии в семье, а также наметить наиболее

важные и эффективные формы педагогической пропаганды, помогает анкемирование

родителей. Анализ анкетных данных позволяет наметить тематику индивидуальных

консультаций, родительских собраний. Примерные вопросы анкеты для родителей:

- 1. Установлен ли для Вашего ребёнка дома режим дня? Соблюдает ли он его?
- 2. Занимаетесь ли с ребёнком утренней гимнастикой, спортивными играми?
- 3. Соблюдает ли Ваш ребёнок дома правила личной гигиены (моет руки перед едой, после посещения туалета, умывается, чистит зубы и т.д.)?
- 4. Какие виды закаливания Вы используете дома?
- 5. Какое физкультурное оборудование и спортивный инвентарь есть у Вас дома?
- 6. Как Вы считаете, почему Ваш ребёнок болеет? Что, по вашему мнению, будет способствовать укреплению его здоровья?
- 7. Какие вопросы физвоспитания и оздоровления детского организма Вас интересуют? По какой проблеме физического воспитания ребёнка Вы бы хотели получить консультацию?

Примерная тематика консультаций с родителями МБДОУ

консультации	Тема
«Мамина школа»	Тема - Устный журнал «Малыш пришёл в детский сад» - Практикум «Изобразительное творчество детей» - Консультация «Профилактика ранних детских
	неврозов» - тренинг «Если ваш малыш боится» (детские страхи и причины их возникновения) - Практикум «Игры с

	песком и водой в домашних условиях»
«Непоседы»	- Литературный вечер «Сказки нашего детства» - Консультация «Здоровый образ жизни семьи — залог полноценного физического здоровья ребенка» - тренинг «Секреты общения с ребёнком в семье» - За круглым столом «Домашние рецепты профилактики и лечения простуды» - Практикум «родитель-ребёнок» - «Всей семьёй встаём на лыжи»
«Скоро в школу!»	- Семинар-практикум «Готовим детей к школе» - Практикум «родитель-ребёнок» - «Физическая готовность ребёнка к школе» - Консультация «Режим питания нарушать нельзя» - Родительское собрание «Здоровье дошкольника в современном мире» - тренинг «Как остановить жестокость»

1	1	`
4	١.	,

40						
3.Взаимодействие дог	школьно	ого образоват	ельного	учрежд	ения с соп	иальными
учреждениями	ПО	-	осам			ережения.
Детская		-			ПО	ликлиника
Детско-юношеская						
спортивная						школа
-проведение		комплекса			профила	ктических,
противоэпидемически	X	И		сани	гарно-гиги	енических
мероприятий,	нал	правленных		на		снижение
заболеваемости;						
- проведен	ие	профил	актичес	ских	ме,	дицинских
осмотров						детей;
- оказание		лечебно-пр	офилак	тической	Á	помощи;
- информирова	ание	педагоги	ческого)	коллектив	a o
состоянии здо	оровья	детей		И	оздоро	вительных
мероприятиях	ПО	CH	иженин	0	заболе	еваемости;
- составление	3	рекоменда	ций,	наз	значений	ПО
оздоровлению	И	медико	-педаго	гической	[коррекции
детей после	M	едосмотров,	K	онтроль	за	ИХ
выполнением						
- подготовк	a	И	реалі	изация	CI	портивных
мероприятий;						
- проведе	ние	озна	комител	ІЬНЫХ	ŗ	экскурсий;
- консультативн	ая	помощь	В	физиче	еском	развитии
детей;						
- рекомендаци	И	воспитанни	кам	O	приём	е в
спортивные се	кции	ПО	разлі	ИЧНЫМ	_	
- проведение	co	вместных	спој	ртивных		оприятий;
- экскурсі		В		спортив	ный	зал,
- диагностика физичес	ких кач	еств выпуски	ика ДО`	У		
МБОУ	7					
«Молодёжненская						
СОШ» Томского						
	_					
района						Помо
PARTITOTATO						

Библиотека Дома

культуры

Муниципальные,

региональные

мероприятия

- информационная поддержка физкультурнооздоровительной работы ДОУ через организацию

информирования индивидуального, группового (обзоры, Дни лектории); информации, педагогов

работы организации ДОУ помощь ПО В здорового формированию образа детей жизни посредством библиотечных форм работы (выставки, беседы, праздники) конкурсы, совершенствование профессиональной вопросах компетентности педагогов В здоровьесберегающей деятельности; условий создание ДЛЯ активизации творческого потенциала педагогов методической средствами работы

41

5. Развитие материально-технической базы ДОУ по оздоровлению детей Перспективы развития здоровьесберегающей среды

№ п/п	Критерии медико- социальных условий пребывания детей в ДОУ	Перспективы развития	Ответственные
1. В ДОУ созданы условия для развития детей раннего возраста			
1.1.	Имеются игры и оборудование для развития ходьбы и других видов движений детей	Обновить и пополнить игровой материал, способствующий активизации движений малышей	старший воспитатель Воспитатели
2. В ДОУ созданы условия для охраны и укрепления здоровья детей			
2.1.	В ДОУ имеется медицинский кабинет, изолятор, оборудованные	Приобрести гидромассажные ванночки для ног	Заведующий медсестра

3. В ДОУ	необходимым медицинским оборудованием	(профилактика плоскостопия);	
созданы условия для физического развития детей			
3.1.	спортивные зоны в каждой группе,	Обновить и пополнить спортинвентарь, коррекционные дорожки для профилактики плоскостопия, приобрести разнообразные тренажёры	Заведующий, , воспитатели
3.2.	На участке созданы условия для физического развития: оборудована спортивная площадка, на групповых участках имеется спортивно-игровое оборудование	Обновить уже имеющееся спортивно игровое оборудование; Оформить «Тропу здоровья» В зимнее время на территории оформлять лыжню.	Заведующий, Воспитатели, дворник.

Обеспечение В МБДОУ

санитарно-гигиенических

условий

№	Создание условий	Ответственные
1.	Выполнение санитарных требований к помещению, участку, оборудованию.	Заведующий, Завхоз

2.	Рациональное построение режима дня	Заведующий Педагоги
3.	Организация образовательного процесса согласно требований к максимальной учебной нагрузке детей.	Заведующий Педагоги
4.	Выполнение основных требований к организации физического воспитания	Заведующий старший воспитатель Педагоги
5.	Обеспечение безопасных условий пребывания в ДОУ	Заведующий Завхоз Медсестра Педагоги
6.	Санитарно- просветительская работа (с сотрудниками и родителями),	Медсестра Педагоги
7.	Полноценное сбалансированное питание	Заведующий Калькулятор Завхоз

Раздел IV. ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОГРАММЫ ОЦЕНКА Проведение мониторинга состояния работы по здоровьесбережению детей МБДОУ - Регулярное медицинское обследование, проводимое специалистами детской поликлиники, c медсестрой Результаты исследований исходного состояния здоровья и уровня развития детей позволяют определить основные направления индивидуального оздоровительного маршрута - Работа по физическому воспитанию в ДОУ строится на основе диагностики,

которую
проводят воспитатели .
Результаты заносятся в карту развития ребёнка и используются воспитателями
при
планировании работы с детьми. Результаты работы обсуждаются на медико-
педагогических
совещаниях.
- Медико-педагогический контроль, за организацией физического воспитания в
детском саду
осуществляют заведующая ДОУ, медсестра. Данные оформляются в
специальные протоколы с
указанием выводов и предложений.
Оценка эффективности программы оздоровления проводится на основе
показателей:
- общей заболеваемости;
- острой заболеваемости;
- заболеваемости детей в случаях и днях на одного ребенка;
- процента часто болеющих детей;
- индекса здоровья;
- процента детей, имеющих морфофункциональные отклонения;
- процента детей с хроническими заболеваниями;
- распределения детей по группам здоровья.
1. Изучение физических, психических и индивидуальных особенностей ребёнка
(диагностические методики)
Диагностическая работа является важным условием успешного физического
воспитания дошкольников. Она проводится с детьми воспитателем и с
медицинской сестрой
ДОУ. Диагностика используется для оценки исходного уровня развития
дошкольников с тем,
чтобы определить для каждого из них «ближайшую зону здоровья»,
формирования систем,
функций организма и двигательных навыков.
Физическая подготовленность дошкольников в ДОУ оценивается
количественными
и качественными результатами выполнения следующих двигательных
упражнений:
- бег по прямой на 30 м (для оценки быстроты)
- прыжок в длину с места с приземлением на обе ноги одновременно (этот тест

- скоростно-силовые позволяет исследовать мышцы
- прыжки с разбега в длину и высоту (для детей старшей и подготовительной к школе

групп);

- метание вдаль мешочков с песком весом 150—200 г правой и левой рукой. 44

Физическая подготовленность изучается в начале и конце года. Данные

обследования заносятся в тетрадь. Результаты обследований сравниваются со стандартными качественными показателями ДЛЯ детей возраста. данного Возрастно-половые двигательных качеств показатели детей возраста дошкольного Диагностическая карта физических детей качеств группы МБДОУ учебный .год воспитатель (фамилия, имя, отчество)

№	Фамил ия, имя ребёнка	Пры ж ки с мест а	Пры ж ки с разбе га	Пры ж ки в высо ту	Мета ние прав ой	Мет а ние лево й	Бег	Сред ний пока за тель					
X	V	X	V	X	V	X	V	X	V	X	V	X	V
1.													
2.													
3.													
4.													
5.													
6.													

Таблица общих показателей физических качеств детей _____ группы ДОУ МБДОУ

Уровень	Начало года (сентябрь), количество детей, %	Конец года (май), количество детей, %
Низкий		
Средний		
Высокий		

При оценке физической подготовленности воспитанников необходимо соблюдать

определённые

- Проведение медико-педагогического контроля за физкультурным занятием (1 раз

правила:

квартал на младшем, среднем и старшем возрастах). - Обследование проводит один и тот же педагог – который в совершенстве

$\mathbf{D} \sqcap$	I Q I	геет	٦

методикой тестирования. Степень готовности педагога проверяется до начала диагностики.

- Обследование рекомендуется проводить в первой половине дня, в этом случае не

нарушается режим дня дошкольного учреждения.

- Накануне и в день тестирования режим дня детей не должен быть перегружен физически и эмоционально.
- Большинство из проводимых контрольных упражнений (бег, прыжки, метание) проводится на свежем воздухе. При неблагоприятной погоде некоторые измерения

провести в зале, температура воздуха в котором не должна превышать +18*.

- Одежда детей должна соответствовать месту проведения занятия, должна быть удобной и облегчённой.
- Важно, чтобы у детей было хорошее настроение, самочувствие, желание заниматься

физическими упражнениями. 45

- Обследование следует проводить не ранее 30 мин после принятия пищи.
- Дети приглашаются небольшими подгруппами в зависимости от возраста и методики обследования.
- Перед тестированием следует провести стандартную разминку всех систем организма в соответствии со спецификой тестов.
- Форма проведения тестирования физических качеств детей должна предусматривать

их стремление показать наилучший результат: дети могут сделать 2-3 попытки.

- Уровень двигательных качеств оценивается в цифровых показаниях, а степень сформированности двигательных навыков в уровнях (высокий, средний, низкий).

 Требования
 безопасности
 к
 проведению
 диагностики

 физических
 качеств
 дошкольников:

- В ДОУ можно использовать тесты, официально утверждённые органами образования и здравоохранения, недопустим автоматический перенос школьных методик в ДОУ.
- Тестирование физической подготовленности детей проводится по достижении ими
 3
 лет
 6
 месяцев.
- К обследованию допускаются дети, не имеющие противопоказаний к выполнению

тестов по состоянию здоровья (в соответствии с заключением врача-фтизиатра).

- Тестирование не проводится в течение месяца с детьми, перенёсшими острое заболевание, обострение хронического заболевания. Всю необходимую информацию о состоянии здоровья детей медсестра предоставляет в начале учебного года,

- перед диагностикой.
- Особое внимание уделяется детям с повышенной возбудимостью и двигательной

расторможенностью. Такие дети находятся на постоянном контроле со стороны воспитателя,

медсестры.

- Участок или группа, где проводится тестирование детей, должны быть подготовлены

(не иметь посторонних предметов; быть хорошо проветриваемы; оборудование быть должно

закреплено, т.п.). прочно не иметь острых **УГЛОВ**

- Обязательна страховка детей при выполнении двигательных заданий, особенно

важно для беговых упражнений, прыжков, упражнений на выносливость.

При проведении педагогической	лиагностики в	ДОУ	соблюдает
принципы:	диагностики в	следующие	

- Комплексность и разносторонность в изучении ребенка, стремление к максимальному учету в оценке развития всех его значимых характеристик.
- Изучение детей В деятельности отношениях.
- Диагностирование не как самоцель, а как средство, определяющее направление коррекционно-развивающей работы.
- Оценка развития ребенка с учетом данных его истории жизни, конкретных условий объективных обстоятельств. И

Для объективности результатов диагностики педагоги принимают во внимание:

- Физическое И эмоциональное развитие состояние ребенка; И Психофизиологические особенности его возраста;
- Особенности работоспособности (утомляемость, истощаемость,

переключаемость,

работы

темп 46

2. представлений Здоровом образе Формирование o жизни дошкольников» И.М.Новикова.

И

т.п.).

Основные параметры знаний и умений воспитанников по разделу Возраст детей	Освоение основ гигиенической культуры	Овладение основами двигательной культуры
Младший Третий год жизни	- На картинках и в жизни узнаёт процессы умывания, одевания,	- Большинство осваиваемых движений выполняется ребёнком

	купания, еды, уборки	активно, наблюдается
	помещения	согласованность в
	- Знает и называет	движениях рук
	предметы,	и ног (в ходьбе и беге)
	необходимые для	- Хорошо реагирует на
	различных	сигнал и
	гигиенических	действует в
	процедур.	соответствии с ним
	Называет действия с	- Выдерживает
	ними.	заданный темп
	- Переживает	-Проявляет
	положительные	положительное
	чувства в связи с	
	выполнением	отношение к
	гигиенических	двигательной
	процедур	активности,
	- Знает короткие стихи	,
	и потешки	
	_	воспроизводит
	J J1	ранее освоенные
	гигиенических	движения
	процедурах, повторяет	
	их за	
	взрослым	
	- В жизни и на	- Ребёнок уверенно,
	картинках	самостоятельно и
	уверенно узнаёт	точно
	процессы	выполняет задания,
	умывания, одевания,	действует в
	купания,	общем для всех темпе
	еды, уборки	- Легко находит своё
	помещения	место при
	- Знает многие	совместных
	предметы и	построениях и в
Четвёртый год	действия, связанные с	играх
жизни	выполнением	- Быстро реагирует на
	гигиенических	сигнал,
	процессов	переключается с
	- Знает отдельные	одного
	правила	движения на другое
	поведения за столом	-С большим
	- Знает стихи о	удовольствием
	чистоте,	участвует в играх,
	опрятности, с	строго
	опритности,	_
	удовольствием	соблюдает правила,

	тематикой	выполнению ведущих
	формирования	ролей в
	культурно-	игре
	гигиенических	
	навыков	
	- Сформировано	
	положительное	- Ребёнок проявляет
	отношение к	стойкий
	гигиеническим	интерес к физическим
	процессам и культуре	упражнениям
	еды	-Осуществляет
Средний	- Знает	элементы
Пятый год жизни	последовательность	контроля, за
Питый год жизни	действий в процессах	действиями
	умывания,	сверстников, замечает
	одевания, правил	нарушения
	поведения за	правил в играх
	столом	-Наблюдается перенос
	- Знает наизусть стихи	освоенных
	И	

потешки, связанные с выполнением культурно гигиенических правил	упражнений в самостоятельную деятельность	
	- Имеет представления	- Ребёнок уверенно,
	о здоровье	точно с
	и здоровом образе	большим напряжением
	жизни, о	И
	значении	хорошей амплитудой,
	гигиенических	в заданном
	процедур,	темпе и ритме,
Старший	закаливания, занятий	выразительно
Шестой год жизни	спортом, утренней	выполняет упражнения
	гимнастики, о	- Способен творчески
	необходимости	составить
	активного	несложные
	пребывания на свежем	комбинации из
	воздухе	знакомых упражнений
	для укрепления	- Проявляет
	здоровья	самоконтроль и
	- Знаком с основными	самооценку,

	правилами	стремиться к
!	безопасного	лучшему результату
	поведения, имеет	- Способен
	сведения о некоторых	самостоятельно
!	возможных	
!		привлечь внимание
	травмирующих	других детей
	ситуациях, о	и организовать
	важности охраны	знакомую игру
	органов чувств,	- Интерес к
	о правилах поведения в	физическим
	обществе	упражнениям высокий
	в случае заболевания, о	и стойкий
!	некоторых правилах	
!	ухода за	
	больным	
	- Углублены	
	· ·	
	представления о	
	правилах гигиены и	
	способах	
	осуществления	
	гигиенических	
!	процедур	
!	- Знает пословицы,	
!	поговорки,	
	стихи о здоровье,	
	гигиене,	
	культуре еды	
	- Имеет представления	- Ребёнок
	о здоровье	результативно,
	и здоровом образе	уверенно, мягко,
	жизни, о	выразительно и
	значении	точно выполняет
	гигиенических	физические
	процедур,	упражнения,
	закаливания, занятий	самоконтроль и
C	спортом, утренней	самооценка постоянны
Седьмой год жизни		- Проявляет элементы
	гимнастики, о	•
	необходимости	творчества
	активного	в двигательной
	пребывания на свежем	деятельности:
	воздухе	самостоятельно
	для укрепления	составляет
	1	TROOTILO DONILOUTILI IID
	здоровья	простые варианты из
	- Знаком с основными	освоенных

упражнений безопасного И игр, через движения поведения, имеет передаёт сведения о некоторых своеобразие возможных конкретного образа травмирующих ситуациях, (персонажа, важности животного), охраны чувств, стремиться органов К о правилах поведения в неповторимости (индивидуальности) в обществе в случае заболевания, о своих движениях. Интерес к некоторых правилах физическим ухода за больным упражнениям Углублены устойчивый. представления правилах гигиены И способах осуществления гигиенических процедур.Знает пословицы, поговорки, стихи здоровье, гигиене, культуре еды

48									
3.	Меди	ко-педагог	гически	ий кон	нтроль	за	физкул	тьтурно - озд	оровительной
pac	отой		В		до	ошко	льном		учреждении
Me	едико-г	гедагогиче	еский	конт	роль	3a	физку	ультурным	занятием
ПР	ОТОК	ΟЛ				$N_{\underline{0}}$			
ме	цико-пе	едагогичес	кого	КО	нтроля		физку	льтурного	занятия
1.	Дата:		; г	руппа:			; вос	питатель:	
2.	Γ	Ірисутство	вало			дет	гей	(подгруппа	фронтально)
3.	Сан	итарно-ги	гиенич	еские	услог	зия:	собл	юдены/не	соблюдены
4.	Оборуд	дование к	заняти	ию: соо	тветств	ует	задачам	занятия/не	соответсвует
5.		Длител	ьность	•	зан	ятия	[_	МИН.
-		Вводн	ная		часть	•		_	МИН.
-		Основ	зная		част	Ъ		_	МИН.
-			П/игј	pa			_		МИН
-		Заключит	ельная		часть		_		мин.
6. 0	Опреде	ление плот	ности	занятии	(хроно	метр	аж)		
C	ек.	Минуты							

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
10	-	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
20	-	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
30	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
40	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
50	+	+	+	+	+	-	+	+	+	-	+	+	+	+	-
60	+	+	+	+	+	-	+	+	+	-	+	+	+	+	-
Водная часть ОРУ ОВД П/и Закл.ч.															
Плотност	Ь	•		•	•	•	•	•	•		•	•	•	заня	тия:

Плотность
- Общая – __мин/__ мин * 100 % = ___ %
- Моторная – __мин/__мин * 100 % =__ %

6. Физиологическая кривая занятия

Nº	Ф.И.ребёнка	Возраст	Гр.зд.
До начала занятия	Вводная часть	Основная часть	П/игра
1.	4,6	1-ая	90
2.	4,2	1-ая	92

49

Вывод: наблюдается постепенное ускорение, а затем замедление пульса у детей. Средний

уровень частоты сердечных сокращений – 140 ударов в минуту, следовательно, тренирующая направленность физкультурного занятия достигнута, это даёт оздоровительный эффект.

7. Заключение: Занятие спланировано и проведено методически верно.
8. Воспитатель и дети с поставленными задачами справились.
Заведующий _______ Ф.И.О.
Медсестра

Ф.И.О.

Нормы физической для детей дошкольного возраста

нагрузки

Возраст ребёнка		Частота сердечных сокращений (мин) в состоянии покоя
3-4 го	ода	100-110
4-5 J	тет	80-100
5-7 лет		80-100

При правильном распределении физической нагрузки на занятии пульс увеличивается на 15-20 % в вводной части занятия; на 40-70 % - в конце основной части (пик нагрузки), концу пульс должен вернуться исходной занятия К величине. Тренирующая направленность физических занятий достигается при среднем частоты сердечных сокращений 130-140 ударов в минуту у детей 3-4 лет, 140-160 ударов 6-7 минуту детей лет. Признаками резкого утомления детей являются признаки: У покраснение побледнение резкое ИЛИ лица; общее выступание соли коже; дыхание частое, поверхностное; - может быть одышка, дрожание конечностей, головокружение, шум в ушах, рвота. детей физкультурных Оценка двигательной активности на определяется ПО формулам:

полезное целесообразное) (педагогически время 100% Общая плотность продолжительность занятия 50 N 80 90 не менее Время, затраченное на упражнения Моторная плотность общее время 100% занятия % N 70 80 (младший возраст) 85 70 % (старший возраст) 95 Моторная утренней 80 % плотность гимнастики Я мой И ЛИТЕРАТУРА:

- 1. «От рождения до школы» программа(М.А .Васильевой, Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой)
- 2. И.М.Новикова « Формирование представлений о ЗОЖ у дошкольников» Методическое

пособие. Мозаика – Синтез 2009-2010

3. Белая К.Ю., Зимонина В.Н. «Твоя безопасность: Как себя вести дома и на улице».

— Москва «Просвещение», 2000

- 4. Пензулаева Л.И « Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет» Мозаика Синтез. 2010 г.
- 5. Глазырина Л.Д. «Физическая культура дошкольникам». Москва «Владос», 2004
- 6. Степаненкова Э.Я. « Физическое воспитание в детском саду» Мозаика Синтез 2005-
- 2010г. Школа семи гномов.
- 7. Ефименко Н.Н. «Театр физического развития и оздоровления детей дошкольного и
- младшего школьного возраста». М., 1999.
- 8. Картушина М.Ю. «Зелёный огонёк здоровья». С-Пб «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2000
- 9. Крюкова С.В., Слободяник Н.П.«Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь». -

Москва «Генезис», 2007

10. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. «Развивающая педагогика оздоровления». – М: ЛИНКА

– ПРЕСС, 2000.

- 11. Кузнецова В.М. «В поиске ради здоровья». Мурманск, 1996.
- 12. Л.М.Щипицина, О.В.Защиринская, А.П.Воронова, Т.А.Нилова «Азбука общения»

(СПб: 2003).

- 13. Логвина Г.Б., Шебеко В.Н., Шишкина В.А. «Диагностика и коррекция физического состояния детей дошкольного возраста». Минск, 1996.
- 14. Погосова Н.М. «Цветовой игротренинг». С-Пб «Речь», 2005
- 15. Т.П.Колодяжная «Управление современным дошкольным образовательным учреждением: часть 2» (Ростов н/Д: 2002).
- 16. Чистякова М.И. «Психогимнастика». Москва «Просвещение», 1995
- 17. Щербак А.П. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном

учреждении. – М: Владос, 1999.

Пропумеровано, прошнуровано в скреплено печатью

Заведующий . АДДИЯ Е.Ю.Дробот