

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 44

Принято  
На педагогическом совете  
Протокол от 25.08.16 № 2



Утверждаю  
заведующий МБДОУ № 44  
Бударина Т.А.  
Приказ № 53 от 26.08.2016

**Комплексная  
целевая программа  
оздоровления детей  
(для детей 2-7 лет)**

Авторы: заведующий МБДОУ №44 Бударина Т.А.,  
педагог-психолог Савельева Л.А., заместитель  
заведующего по воспитательно-методической работе  
Бударина И.А.

20016 год

## **Оглавление**

1. Целевой раздел
  - 1.1. Пояснительная записка
    - 1.1.1. Цель и задачи
    - 1.1.2. Принципы образовательной программы
    - 1.1.3. Значимые характеристики для разработки Программы
  - 1.2. Планируемые результаты освоения Программы
2. Содержательный раздел
  - 2.1. Проект «Здоровье ребенка»
  - 2.2. Проект «Психологическое сопровождение ребенка»
  - 2.3. Проект «Физическая культура для всех»
  - 2.4. Проект «Спорт. Искусство. Интеллект.»
3. Организационный раздел
  - 3.1. Материально-техническое обеспечение Программы
  - 3.2. Обеспечение Программы методическими материалами, средствами обучения и воспитания
  - 3.3. Распорядок и режим дня
    - 3.3.1 Двигательный режим
    - 3.3.2 График проведения утренних зарядок.
  - 3.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий
    - 3.4.1 Календарно-тематическое планирование по валеологическому воспитанию
    - 3.4.2 Тематический план в рамках проекта « Путешествие в Олимпию»
    - 3.4.3 Тематический план физкультурных олимпийских занятий.
  - 3.5. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.

# **I Целевой раздел**

### 1.1 Пояснительная записка.

Комплексная целевая программа оздоровления детей разработана рабочей группой педагогов МБДОУ детский сад № 44 в составе: Бударинной Т.А. - заведующего МБДОУ, Бударинной И.А. - заместителем заведующего по воспитательной и методической работе, Савельевой Л.А. – педагогом-психологом Программа спроектирована:

- в соответствии с ФГОС дошкольного образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 года № 1155
- с учетом основной образовательной программы дошкольного образования МБДОУ № 44, разработанной на основе примерной образовательной программы дошкольного образования «Детство», разработанной авторским коллективом кафедры дошкольной педагогики Института детства Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена под руководством к.п.н. Т.П. Бабаевой, д.п.н. А.Г. Гогоберидзе, к.п.н. О.В. Солнцевой, 2014 г. Кроме того, в Программе учтены особенности образовательного учреждения, региона и муниципалитета, образовательные потребности и запросы воспитанников и их родителей (законных представителей). Программа определяет цель, задачи, планируемые результаты, содержание и организацию образовательного процесса на ступени и дошкольного образования.

Методологической основой программы послужили теоретические труды:

- программа «Здоровый дошкольник» Ю.Ф. Змановского;
  - программа методическое пособие «Развивающая педагогика оздоровления» (дошкольный возраст) В.Т. Кудрявцева и Б.Б. Егорова .
  - «Программа развития двигательной активности и оздоровительной работы с детьми 4-7 лет», пособие по развитию двигательной активности и оздоровительной работе с детьми 4-7 лет ( в двух частях) В.Т. Кудрявцева.
  - «Методические рекомендации по организации двигательно-оздоровительных моментов на занятиях дошкольников в группе» В.Т. Кудрявцева.
  - Социально-оздоровительная технология 21 века «Здоровый дошкольник» ,
  - Социальная технология научно-практической школы имени Ю.Ф. Змановского «Здоровый дошкольник
- Авторы -составители: Антонов Ю.Е., Кузнецова М.Н., Саулина Т.Ф.
- Материалы по оздоровительно-воспитательной работе с ослабленными детьми в ДОУ ( Змановского Ю.Ф., Егорова Б.Б., Кудрявцева В.Т., Лукьянова Ю.Е. и другие).
  - Научно-методические статьи по проблемам оздоровления детей дошкольного возраста.

### **1.1.1 Цель программы**

**Охрана и укрепление здоровья детей, воспитание потребности в здоровом образе жизни и обеспечение нормального уровня физической подготовленности и состояния здоровья и их психологической безопасности**

#### **Задачи программы**

- Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.
- Обеспечение равных стартовых возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья)
- формирования общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка.
- обеспечения психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах охраны и укрепления здоровья детей.

#### **Ведущие линии реализации**

- Обеспечение здорового образа жизни, гарантии здоровья на основе современных педагогических и здоровьесберегающих технологий.
- Охрана психического здоровья и всестороннее развитие ребенка. Забота о социальном благополучии ребенка.

### **1.1.2 Принципы комплексной целевой программы оздоровления детей МБДОУ № 44**

1. Принцип научности – подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно-обоснованными и практически апробированными методиками;
2. Принцип комплексности и интегративности, решение оздоровительных и профилактических задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.
3. Принцип природосообразности – определение форм и методов воспитания на основе целостного психолого-педагогического знания о ребенке, его физиологических и психологических особенностей. Формирование у дошкольников стремления к здоровому образу жизни.
4. Принцип дифференциации содержания педагогического процесса – педагогический процесс необходимо ориентировать на индивидуальные особенности каждого ребенка, темпы развития и физические возможности детей.

#### **Пути реализации**

Семейно-общественная форма взаимодействия на основе вариативности и конструктивного диалога

### **1.1.3. Значимые характеристики для разработки и реализации программы.**

Значимыми характеристиками для разработки и реализации программы являются:

Количество детей (дано в приложении 1) Количество и виды групп (дано в приложении 1)

Индивидуальные особенности детей, воспитывающихся в образовательном учреждении (их

физическое состояние и здоровье, отклонения в здоровье) (даны в приложении 1) Количественный и качественный состав педагогического коллектива (дан в приложении 1) Социальный статус детского сада (дан в приложении 1)

Все группы однородны по возрастному составу детей. В примерной образовательной программе дошкольного образования «Детство» Т.И. Бабаевой, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцевой достаточно

полно и подробно представлены возрастные особенности дошкольников 1-3, 3-4, 4-5, 5-6, 6-7 лет, на которые педколлектив опирается при организации образовательной деятельности с детьми.

### **Особенности образовательного процесса (национально-культурные и климатические)**

Национально-культурные особенности:

Этнический состав воспитанников - русские.

Обучение и воспитание в МБДОУ осуществляется на русском языке.

Основной контингент воспитанников проживает в условиях города. Воспитанники МБДОУ учатся осознавать себя, живущими в определенный временной период, в определенных этнокультурных условиях.

При организации образовательного процесса учитываются климатические особенности региона.

Владимирская область - средняя полоса России, у нас присутствуют все четыре времени года.

Основными черта ми климата являются умеренно холодная зима и сухое жаркое лето. В холодное время года пребывание детей на открытом воздухе уменьшается, В теплое время года -

жизнедеятельность детей, преимущественно организуется на открытом воздухе. Исходя из

климатических особенностей региона, график образовательного процесса составляется в

соответствии с выделением двух периодов: 1. холодный период года (сентябрь - май) 2. теплый

период года (июнь - август) - время каникул. Поскольку холодный период длится большую часть

года, то наиболее актуальной является задача укрепления здоровья детей. В соответствии с

действующим СанПиНом в каждой дошкольной группе проводятся три физкультурных занятия в

неделю. Из них: два занятия организуются в зале, одно - на свежем воздухе во время прогулки в виде

подвижных или спортивных игр. С целью укрепления здоровья детей в МБДОУ разработана система

оздоровительных и закаливающих мероприятий, режим дня насыщается активной двигательной

деятельностью, а содержание образовательной работы направлено на формирование основ культуры

здоровья.

**Условия реализации**

Детский сад – открытая система воспитания, обеспечивающая физическое, психическое, эмоциональное благополучие ребенка.

Пространственная предметно-развивающая среда, позволяющая осуществлять двигательную активность, закаливание, комфортно-эмоциональное благополучие. Физкультурные уголки. Игрушки, пособия, стимулирующие двигательную активность: стандартные, нестандартные, физкультурно-оздоровительные, профилактические. Игровые уголки. Оборудование кабинетов: спортивного зала, музыкального зала, медицинского кабинета, кабинет психолога.

Профессиональная компетентность педагогов

Повышение квалификации

Специальное обучение

Подбор литературы

Методическое обеспечение

Зеленая зона (деревья, кустарники, цветы). Прогулочные площадки, спортивная площадка: дорожки для ходьбы и бега, вертикальные лесенки, горки, кольца для бросания и лазания. Яма для прыжков, оздоровительные дорожки, травяное покрытие. Выносной материал (пособия, атрибуты) Ближайшее природное окружение: туристические тропинки, спортивные площадки школ №8, 21.

### Средства реализации

Развивающее общение. Пространственная предметно-развивающая среда. Развивающие виды деятельности.

Сохранение злововья

Укрепление злововья

Формирование злововья

Комплекс мероприятий

Увеличение резерва здоровья

Формирование здорового образа жизни.

Соблюдение санитарно-гигиенических норм и требований. Учет индивидуальных особенностей детей (дифференцированный подход). Питание. Дыхательная гимнастика. Оптимальный уровень двигательной активности.

Закаливание  
Игровой массаж  
Арома-фитотерапия  
Витаминотерапия  
Натуропатия.  
Ионизация воздуха  
Кварцевание  
Противоэпидемические мероприятия.

Дети:  
Режим дня, правильный уход, культурно-гигиенические навыки, азбука здоровья, музыкальные занятия, праздники, развлечения, Дни здоровья, Недели здоровья (каникулы).  
Родители:  
Повышение культуры здоровья, лектории, тематические семинары, практикумы, консультации, школы матерей.  
Педагоги:  
Повышение компетенции, педсоветы, тематические семинары, практикумы, тренинги, курсы повышения квалификации по здоровьесберегающим технологиям.

## 1.2. Планируемые результаты освоения Программы

### Ожидаемые результаты.

У детей:	У педагогов:	У родителей
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Оптимальное функционирование организма;</li> <li>• Повышение адаптивности к неблагоприятным факторам внешней среды;</li> <li>• Сформированность основ здорового образа жизни, полезных привычек;</li> <li>• Осознание своей жизни в определенном социуме, сформированность инициативности, проявление чувства «Я».</li> <li>• Защита, эмоциональный комфорт, интересное содержание жизни в детском саду.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Создание таких условий для развития детей, которые помогут им гармонично войти в мир и реализовать потенциал, заложенный природой и собственной программой развития.</li> <li>• Взаимодействие с родителями в вопросах оздоровления детей.</li> <li>• Владеют педагогическими технологиями контроля за физическим состоянием детей на всех этапах развития.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Повышение педагогической культуры в вопросах охраны и укрепления здоровья детей.</li> <li>• Повышение активности родителей в участии в различных мероприятиях ДОУ по приобщению к здоровому образу жизни</li> </ul>

### Мониторинг педагогического сопровождения детей МБДОУ

№ п/п	Возраст ребенка	Предмет исследования	Цель	Сроки проведения	Диагностический инструментарий	Ответственный за проведение	Форма отчетности
	Ранний возраст (до поступления в МБДОУ)	Оценка физиологического и нервно-психического развития ребенка	Выявление соответствия возрастным нормативам и отклонений в физиологическом и нервно-психическом развитии	По эпикризным срокам	Наблюдение, индивидуальная карта развития ребенка (Ф-25)	Участковые педиатры, врачи узких специальностей	Карта
	Ранний возраст 1 – 3-го да	Диагностика физиологического и нервно	Выявление уровня нервно-психического развития детей первых трех лет жизни	По эпикризным срокам	К.Л. Печора, Г.В. Пантюхина, Л.Г. Голубева	Воспитатель	Карта, диаграммы динамики

		психического развития ребенка			«Диагностика нервно психического развития детей первых трех лет жизни»		развития
Дети 2-3 лет, посещающие ДОУ	Ранняя диагностика умственно-го развития и эмоциональной сферы	Определение основных параметров умственно го развития, уровня обучаемости, выявление отклонений в раз витии и определение путей коррекционного воспитания	Сентябрь - ноябрь	Наблюдение, метод экс пертных оценок, Е.А. Стребелева «Психолого педагогическое изучение детей 2-3 лет»	Психологи, воспитатель	Карта, справка	
Дети 3 - 7 лет	Оценка детской деятельности	Анализ и оценка результативности воспи тательно- образовательного процесса в МБДОУ	Октябрь, май	О. А. Сафонова «Экс пресс-анализ и оценка детской деятельности»	Воспитатель	Сводная таблица	
Дети 3 - 7 лет	Оценка развития детей в соответ ствии с возрас тными нормами	Анализ и оценка результатов развития личностных качеств де тей. Приведение образова тельной среды в соот ветствие с уровнем раз вития детей. Выбор направления коррекционной работы	Октябрь, май	Методика Н. А. Коротковой, П.Г. Нежднова «Нормативные карты возрастного развития дошколь ников»	Воспитатель	Сводная таблица	
Дети 5-6 лет (за год до по ступления в школу)	Функциональная готовность к обу чению в школе	Определение уровня развития школьно необходимых функций	октябрь	Наблюдение, метод экс пертных оценок М.Р. Битянова «Диагностика дошкольной зрелости»	Психолог, воспитатель	Карта, анали тическая справка	
Дошкольный (перед посту плением в школу) 6,5-7 лет	Функциональная готовность к школе, уровень развития школь но-необходимых	Определение уровня развития школьно необходимых функций. Определение готовно сти к обучению в шко ле,	Апрель, май	Наблюдение, метод экс пертных оценок. 1 Методичекий комплекс	Психолог	Карта, анали тическая справка	

		функций	функциональной готовности к школе		Ясюковой (1,2,3) 2. диагностическая программа по определению психологической готовности детей 6-7 лет к школьному обучению НИ. Гуткина З. Психолого педагогическая оценка готовности к началу школьного обучения Н. Семаго, М. Семаго. Программа обследования уровня готовности детей 6-7 лет к школьному обучению, г. Ковров, 2005 г		
--	--	---------	-----------------------------------	--	--	--	--

## **II. Содержательный раздел**

## **Программа включает четыре проекта.**

1. **«Здоровье ребенка»** включает организацию комплексной диагностики и исследования состояния здоровья детей, специфику и методическое сопровождение ухода за детьми и воспитания основ здорового образа жизни, питания, сна, закаливания, физкультурной и оздоровительной работы, оценку эффективности физкультурно-оздоровительной работы по показателям заболеваемости, динамики физического развития, уровня развития движений, уровня психической безопасности.

### **2. «Психологическое сопровождение развития ребенка»**

При разработке содержания проекта опирались на анализ возможных обстоятельств, которые угрожают психологической безопасности детей, на многовариативный режим комфортной жизнедеятельности, систему общей индивидуальной психологической защиты, профилактики психоэмоционального напряжения и создания условий для обеспечения психологической безопасности ребенка.

### **3. «Физическая культура для всех»**

В рамках этого проекта определены цели, задачи, темы, пути и средства их достижения, Разработаны:

- уроки здоровья для дошкольников от 3 до 7 лет;
- конспекты интегрированных занятий;
- праздники для всех;
- условия для развития работы в этом направлении (дидактические игры и пособия, оформление информационных, природно-валеологических уголков для детей);
- работу с педколлективом и с родителями по этому направлению.

### **4. «Спорт. Искусство. Интеллект»**

В рамках этого проекта реализуются основные технологии программы «Путешествие в Олимпию» С.О. Филипповой.

В плане этого проекта пересмотрено содержание воспитательно-образовательного процесса.

Введены :

Олимпийские уроки, направленные на расширение кругозора детей, воспитание у них спортивного менталитета (в физическом, психическом, интеллектуальном, социальном аспектах).

В ходе этих занятий дети получают теоретические знания: об истории Олимпийских игр, олимпийских героях, основополагающих принципах олимпийского движения.

В рамках реализации этого проекта используются следующие формы работы:

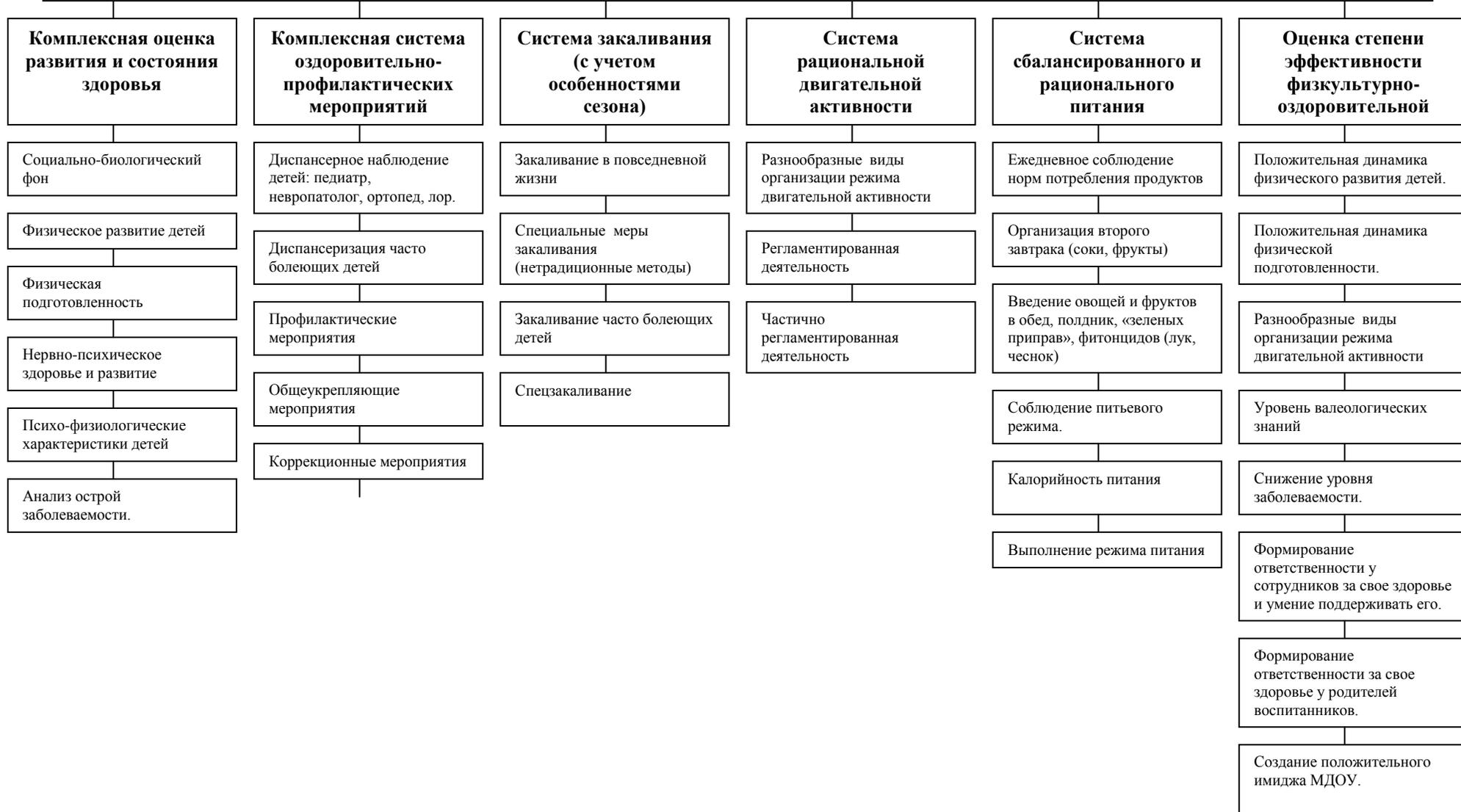
- Конкурсы работ детского творчества по спортивной тематике, фотографий.
- Игры на сюжетной основе;
- Викторины и олимпийские КВН
- Посещение спортивных сооружений города.;
- Спортивные мероприятия, в ходе которых используется олимпийская атрибутика;
- Постановка сказок на олимпийскую тематику

## Комплексно-целевая программа оздоровления детей МДОУ № 44 г. Коврова.

Здоровье ребенка	Психологическое сопровождение развития ребенка	Физическая культура для всех	Спорт. Искусство. Интеллект
Комплексная система оценки развития и состояния здоровья	Психодиагностика	Работа с детьми по формированию основ гигиенических знаний и здорового образа жизни	Приобщение детей к истории развития физической культуры и спорта
Комплексная система оздоровительно-профилактических мероприятий	Индивидуальные и подгрупповые занятия, направленные на коррекцию познавательных процессов и эмоциональной сферы	Развитие представлений и навыков здорового образа жизни и поддержания здоровья	Олимпийские уроки, направленные на расширение кругозора детей, воспитание у них спортивного менталитета, проводятся во всех аспектах- физическом, психическом, интеллектуальном, социальном
Система закаливания	Коррекция нарушений адаптации в детском коллективе и ситуативных эмоциональных расстройств.	Занятия на тему «Азбука здоровья» с детьми.	Конкурсы работ детского творчества по спортивной тематике
Система рациональной двигательной активности	Психолого-педагогическая поддержка ребенка в адаптационный период.	Сюжетно-наглядные, сюжетно-ролевые игры по развитию представлений и навыков здорового образа жизни	Игры на сюжетной основе
Система сбалансированного и рационального питания	Создание психологически комфортного климата в ДОУ	Формирование основ безопасности жизнедеятельности (специальные занятия), моделирование ситуаций	Викторины и Олимпийские КВН
Оценка степени эффективности физкультурно-оздоровительной работы	Личностно-ориентированный стиль взаимодействия педагогов и специалистов с детьми.	Пропаганда ЗОЖ среди педколлектива и Организация клуба здоровья для работников	Посещение спортивных сооружений города
	Изучение особенностей развития и социализации детей	Пропаганда ЗОЖ среди родителей.	Создание в ДОУ «Музея Спорта»
	Развитие эмоциональной сферы ребенка с целью профилактики психосоматических заболеваний.	Организация походов с участием родителей.	Олимпийский театр (постановка сказок на олимпийскую тематику)
	Развитие саморегуляции и социальной компетентности	Организация клуба заинтересованных родителей «Здоровячок»	Проведение зимних и летних олимпийских игр с применением олимпийской атрибутики
	Использование вариативных режимов дня и пребывания ребенка в ДОУ	Физкультурные праздники и развлечения для всех, спортивные массовые мероприятия	Создание условий для проведения спортивных игр с детьми.
	Система общей и индивидуальной психологической защиты	Недели открытых дверей, дни здоровья	
		Месячник безопасности	
		Декада «Здоровая улыбка»	

## **2.1 Проект «Здоровье ребенка»**

## Проект «Здоровье ребенка»



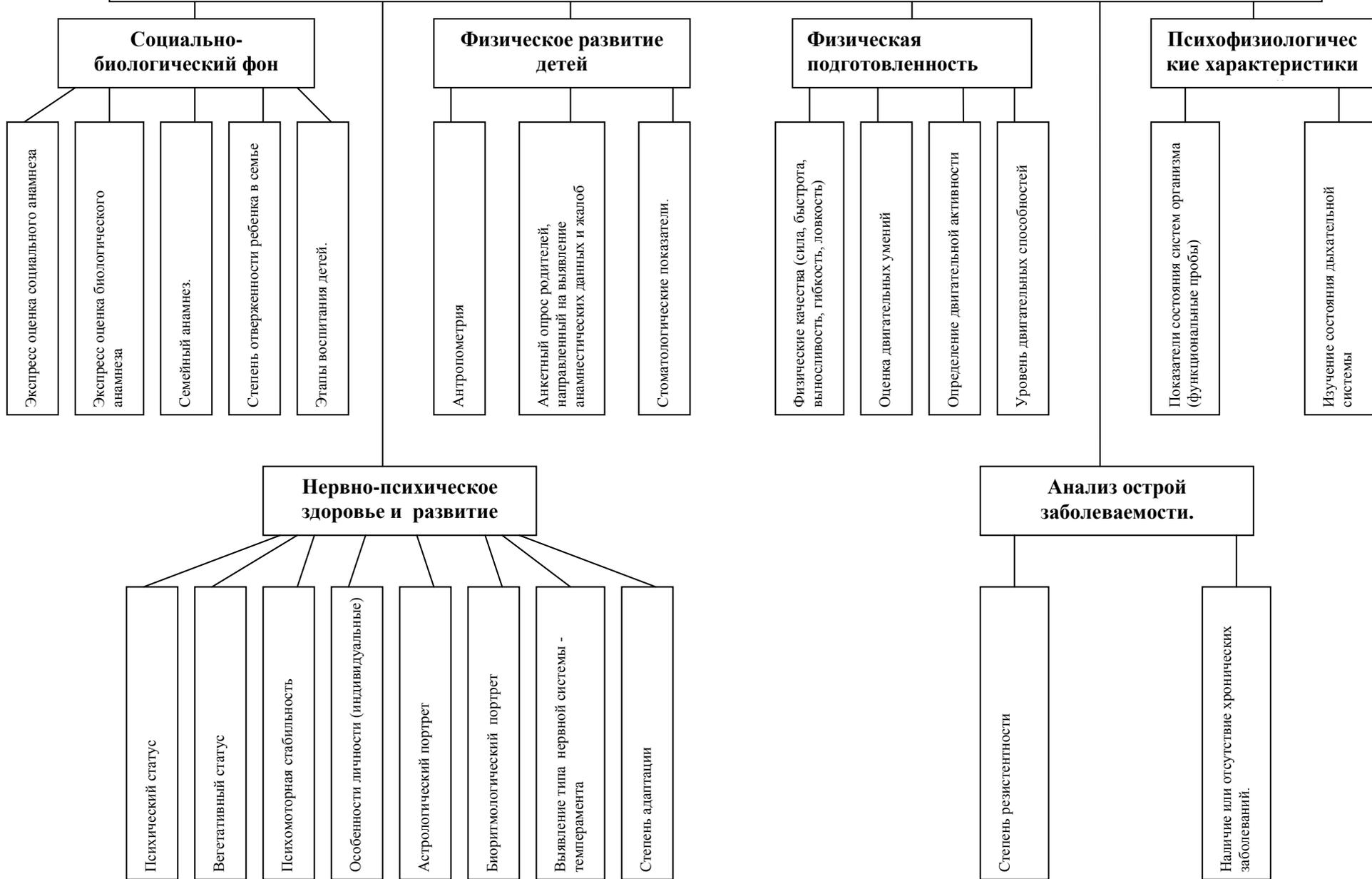
## Технологическая карта проекта.

Содержание	Пояснения
<b>Название проекта</b>	«Здоровье ребенка»
<b>Тип</b>	Оздоровительный
<b>Участники</b>	Родители, педагоги, медики.
<b>Целевая программа</b>	Воспитанники ДОУ 2-7 лет.
<b>Масштаб</b>	Долгосрочный (1 год)
<b>Основания для разработки проекта. Проблема</b>	<p>Постановка проблемы:            В современном обществе, в эпоху 21 века, предъявляются новые, более высокие требования к человеку, в том числе и к ребенку, к его знаниям и способностям. Постоянно усиливающееся влияние на организм человека разнообразных отрицательных факторов окружающей среды приводят к ухудшению состояния здоровья детей.</p> <p>Актуальность.            За последние пять лет, резко ухудшилось состояние здоровья детей первых 7 лет жизни. По данным НИИ гигиены и охраны жизни, здоровья детей и подростков зрелыми рождаются не более 14% детей, количество здоровых дошкольников составляет лишь 10%.</p> <p>По распространенности хронических заболеваний у детей 4-9 лет на первом месте занимают заболевания костно-мышечной системы. Увеличилось количество детей низкого роста, с дефицитом массы тела, с несоответствием уровня физического развития биологическому возрасту.</p> <p>Именно по причине резкого снижения уровня здоровья детей дошкольников, забота о здоровье ребенка и взрослого человека стала занимать во всем мире приоритетные позиции. И это понятно, поскольку в любой стране нужны личности творческие. Гармонично развитые, активные, здоровые.. А заниматься этим вопросом надо, начиная с младенческого возраста. Поэтому физкультурно-оздоровительное направление работы нашего детского сада составляет одну из наиболее важных и сильных сторон нашей деятельности.</p>
<b>Цель.</b>	Сохранение и укрепление здоровья детей путем создания условий для их гармоничного развития и для систематического проведения профилактической и оздоровительной работы, вовлечение родителей в этот процесс.
<b>Задачи.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Создание условий для комплексного медико-психолого-педагогического воздействия на детей (смотри приложение №___).</li> <li>2. Внедрить новые технологии, способствующие укреплению здоровья детей.</li> <li>3. Укрепить материально-техническую базу ДОУ с целью профилактики и укрепления здоровья детей.</li> <li>4. Создать предметно-пространственную среду, стимулирующую двигательную активность детей.</li> <li>5. Обеспечить воспитаннику возможность сохранения и укрепления здоровья, через создания комплекса психолого-педагогических услуг.</li> <li>6. Повышать профессиональные качества воспитателей и активную позицию родителей в деле оздоровления детей.</li> <li>7. Осуществлять консультативно-профилактическую помощь</li> </ol>

<p><b>Стратегии и механизмы реализации.</b></p>	<p>родителям и сотрудникам ДООУ в организации оздоровления детей.</p> <p>Создана психолого-медико-педагогическая служба, с помощью которой:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Создан механизм реализации лично-ориентированного образовательного процесса на основе физического, психического и личностного развития детей;</li> <li>• Определены направления педагогической, социальной и психологической помощи детям на основе диагностики;</li> <li>• Разработаны рекомендации по организации коррекционно-развивающего воспитания и обучения, созданию предметно-развивающей среды;</li> <li>• Продумана организация сбалансированного питания детей, разработаны технологические карты на все блюда, используемые в меню (смотри приложение №1,2,3)</li> </ul> <p>В ДООУ.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Введено четырехразовое питание с соблюдением натуральных норм. В ежедневный рацион питания включен второй завтрак (сок, свежие фрукты, овощи), а также продукты, создающие фитонциды (чеснок, свежий лук, зелень).</li> <li>• Разработана комплексная система оздоровительной работы (приложение №4).</li> <li>• Определены формы и методы оздоровления детей (смотри приложение №5).</li> <li>• Разработана система закаливания (приложение №6).</li> <li>• Разработана система двигательной активности детей. (приложение № 7,8,9).</li> <li>• Определены показатели оценки степени эффективности физкультурно-оздоровительной работы. (приложение №10).</li> <li>• Разработана система целенаправленного валеологического просвещения родителей и сотрудников ДООУ (смотри проект «Физическая культура»).</li> <li>• Разработана система оздоровления детей, имеющих хронические заболевания (состоящие на «Д» учете) (смотри приложение №11).</li> </ul>
<p><b>Ожидаемые результаты.</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Улучшение соматических показателей.</li> <li>2. Улучшение функционального состояния дошкольников.</li> <li>3. Снижение частоты случаев острой заболеваемости;</li> <li>4. Укрепление барьеров возникновения рецидивов болезни, что в свою очередь улучшает посещаемость и повышает охват плановыми оздоровительными мероприятиями детей.</li> <li>5. Снижение роста хронической патологии.</li> <li>6. Улучшение аппетита, качества сна, навыков самообслуживания, познавательных возможностей.</li> <li>7. Повышение устойчивости к утомлению, повышение работоспособности.</li> <li>8. Улучшение физического развития, физической подготовленности.</li> <li>9. Соблюдение санитарно-эпидемиологического режима.</li> <li>10. Создание оздоровительного микроклимата, соответствующей фитосреды, предметной среды, стимулирующее двигательную активность ребенка</li> <li>11. Создание условий для совместной медицинских и педагогических работников в оздоровлении детей.</li> <li>12. Укрепление морально – технической базы ДООУ с целью</li> </ol>

	профилактики и укрепления здоровья детей. 13. Расширение круга специалистов медиков в ДОУ (медсестра по массажу, медсестра фитотерапии). 14. Повышение профессиональных качеств воспитателей и активной позиции родителей в деле оздоровления детей.	
<b>Критерии оценки эффективности реализации проекта.</b>	<b>Количественные</b> 1. Количество участников проекта: 1.1 Количество родителей; 1.2 Количество педагогов ДОУ 1.3 Количество детей; 2. Сумма бюджетных средств; 3. Сумма привлеченных внебюджетных средств.	<b>Качественные</b> 1. Создание условий. 2. Положительная динамика физического развития. 3. Положительная динамика физической подготовленности. 4. Снижение уровня заболеваемости. 5. Снижение пропусков по больничным листам сотрудников. 6. Формирование ответственности за свое здоровье у родителей воспитанников (проведение социально-гигиенического скрининга условий и образа жизни семей воспитанников ДОУ по В.Г. Алямовской). 7. Создание положительного имиджа МДОУ.
<b>Презентация проекта.</b>	1. Итоговый педсовет в мае.	

# Комплексная система оценки развития и состояния здоровья.





ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА БЛЮДА «Каша гречневая»  
«Железная каша»

Для детей от 3 до 7 лет

Название блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (в г)		Химический состав			Калории
		брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Каша гречневая	250						
Греча		40	40	4.20	9.92	25.44	130,00
Молоко		120	120	3.36	4.20	5,40	74,40
Масло сливочное		6	6	0,02	4.71	0,03	44,04
Сахар		10	10	-	-	9,55	39,00
				<b>7,58</b>	<b>9,83</b>	<b>40,42</b>	<b>287,44</b>

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА БЛЮДА «Каша гречневая»  
«Железная каша»

Для детей от 1.5 до 3 лет

Название блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (в г)		Химический состав			Калории
		брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Каша гречневая	150						
Греча		20	20	2,10	0,46	12,72	65,00
Молоко		150	150	4,20	5,25	6,75	93,00
Масло сливочное		3	3	0,01	2,35	0,01	21,87
Сахар		5	5	-	-	4,77	19,50
				<b>6,31</b>	<b>8,06</b>	<b>24,25</b>	<b>199,37</b>

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА Салат овощной «Козел в огороде»

Для детей от 3 до 7 лет

Название блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (в г)		Химический состав			Калории
		брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Салат овощной	50						
Капуста свежая		45	36	0,54	-	1,86	9,90
Морковь		15	12	-	-	0,85	4,05
Масло растительное		2	2	-	1,88	-	17,46
Сахар		1	1		-	0,95	3,90
				<b>0,67</b>	<b>1,88</b>	<b>3,66</b>	<b>35,31</b>

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА Салат овощной «Козел в огороде»

Для детей от 1,5 до 3 лет

Название блюда и продуктов	Выход блюда	Количество (в г)		Химический состав			Калории
		брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Салат овощной	40						
Капуста свежая		40	32	0,48	-	1,66	8,64
Морковь		10	8	0,10	-	0,61	2,88
Масло растительное		1	1	-	0,94	-	8,70
Сахар		3	3	-	-	2,86	11,70
				<b>0,58</b>	<b>0,94</b>	<b>5,13</b>	<b>31,92</b>

Разделы и направления работы.	Формы работы
<b>1. Использование вариативных режимов дня и пребывания ребенка в ДОУ</b>	<p>_ Скорректированный режим дня;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- щадящий режим дня;</li> <li>- индивидуальный режим дня;</li> <li>- коррекция учебной нагрузки.</li> </ul>
<b>2. Психологическое сопровождение развития</b>	<p>Психоло-педагогическая поддержка ребенка в адаптационный период;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- создание психологически комфортного климата в ДОУ;</li> <li>- создание у детей собственной побудительной мотивации в различных видах деятельности;</li> <li>- личностно-ориентированный стиль взаимодействия педагогов и специалистов с детьми;</li> <li>-изучение особенностей развития и социализации детей;</li> <li>- развитие эмоциональной сферы детей с целью профилактики психосоматических заболеваний.</li> <li>- развитие саморегуляции и социальной</li> </ul>
<b>3. Разнообразные виды организации режима двигательной активности ребенка</b>	
3.1 Регламентированная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Утренняя гимнастика;</li> <li>- Физкультминутки, физкультпаузы;</li> <li>- динамические переменки;</li> <li>- гимнастика с элементами самомассажа;</li> <li>- физкультурные занятия в зале и на воздухе;</li> <li>-физические упражнения после сна (бодрящая гимнастика);</li> <li>- подгрупповые и индивидуальные занятия с варьированием физической нагрузки с учетом исходного уровня здоровья и возможностей ребенка.</li> </ul>
3.2 Частично регламентированная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Спортивные праздники;</li> <li>- спортивные игры;</li> <li>- спортивные досуги;</li> <li>- спортивные упражнения.</li> </ul>
3.3 Нерегламентированная деятельность	Самостоятельная деятельность детей в помещении и на прогулке.
<b>4. Работа с детьми по формированию основ гигиенических знаний и здорового образа жизни</b>	<p>Развитие представлений и навыков здорового образа жизни и поддержания здоровья;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- занятия на тему «Познай себя»</li> <li>- воспитание общих и индивидуальных гигиенических навыков, интереса и любви к физической активности;</li> <li>- словесно-наглядные, сюжетно-ролевые игры по развитию представлений и навыков здорового образа жизни;</li> <li>- формирование основ безопасности основ</li> </ul>

	<p>жизнедеятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование положительного образа своего тела.</li> </ul>
<b>5. Оздоровительное и лечебно профилактическое сопровождение.</b>	
1) Профилактические мероприятия	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Скорректированный режим дня;</li> <li>- мероприятия, направленные на снятие адаптационного синдрома;</li> <li>- дыхательная гимнастика;</li> <li>- бодрящая гимнастика;</li> <li>- массаж общий оздоровительный;</li> <li>- фитотерапия;</li> <li>- фитосборы и фитополоскания;</li> <li>- аэрофитоаэронизация;</li> <li>- витаминотерапия;</li> <li>- кварцевание помещений;</li> <li>- натуропатия (чеснокотерапия, фиточай и др.)</li> <li>- подбор оптимальной слойности одежды при различных температурах в группе, физкультурном и музыкальном залах, на улице;</li> <li>- режим проветривания и оптимизации вентиляции во время во время дневного сна.</li> <li>- специфическая и неспецифическая профилактика ОРВИ и гриппа;</li> <li>- организация работы по профилактике плоскостопия и развитию мелкой моторики рук.</li> <li>- специальные дыхательные упражнения с водой.</li> <li>- профилактика травматизма;</li> <li>- плескательный бассейн (летом);</li> <li>- медико-педагогический контроль;</li> <li>- консультация для родителей.</li> </ul>
2) диспансеризация.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ежегодные профилактические осмотры детей декретированных возрастных групп специалистами (ЛОР, хирург, окулист, невропатолог) с последующим заключением педиатра;</li> <li>- диспансерное наблюдение хронически больных детей;</li> <li>- полное лабораторное обследование детей, поступающих в школу;</li> <li>- организация профилактических прививок;</li> </ul>
3. общеукрепляющие мероприятия.	<p>Закаливание естественными физическими факторами:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- физкультурные занятия и игры на свежем воздухе;</li> <li>- режим сквозного и одностороннего проветривания в течении дня;</li> <li>- умывание рук до локтя водой в течение года с постепенным</li> </ul>

	<p>понижением температуры;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- полоскание полости рта и глотки кипяченой водой комнатной температуры, вводно-солевым раствором, травами, обладающими антисептическими свойствами, после приема пищи;</li> <li>- местные и общие воздушные ванны;</li> <li>- световоздушные и солнечные ванны в весенне-летний сезон;</li> <li>- растирание кожи рук и туловища сухой махровой варежкой.</li> <li>- прогулка 2 раза в день при температуре воздуха до минус 15градусов Цельсия, скорость ветра до 15 м\с</li> </ul>
4. Коррекционные мероприятия.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- массаж по видам патологии;</li> <li>- профилактика обострений хронической патологии;</li> <li>- фитотерапия;</li> <li>- витаминпрофилактика;</li> <li>- гомеопатическая профилактика;</li> <li>- коррекция адаптационных нарушений;</li> <li>- физиотерапевтические процедуры;</li> </ul>
5) Организация питания	<ul style="list-style-type: none"> <li>- сбалансированное питание в соответствии с действующими натуральными нормами;</li> <li>- оздоровительное питание;</li> <li>-</li> </ul>

## Формы и методы оздоровления детей

№	Формы и методы	Содержание	Контингент детей
1	Обеспечение здорового ритма жизни	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Щадящий режим (адаптационный период);</li> <li>- Гибкий режим;</li> <li>- Организация микроклимата и стиля жизни группы на основании Кодекса;</li> <li>- Учет лунного ритма;</li> <li>- Учет биоритмов;</li> <li>- Учет астрологического прогноза;</li> <li>- Коррекция биоритмологической активности</li> </ul>	<p>Все гр. Все гр.</p> <p>Все гр. Все гр. Все гр. Все гр. Ср., ст. подготов.</p>
2	Физические упражнения	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Утренняя гимнастика;</li> <li>- Физкультурно-оздоровительные занятия;</li> <li>- Подвижные и динамические игры;</li> <li>- Профилактическая гимнастика (дыхательная, звуковая, улучшение осанки, плоскостопие, зрение);</li> <li>- Спортивные игры;</li> <li>- Терренкур (дозированная ходьба);</li> <li>- Пешие походы (турпоходы)</li> </ul>	<p>Все гр. Все гр. Все гр. Мл., ср., ст., подг.</p> <p>Ср., ст., подг. Все гр. Ст., подг.</p>
3	Гигиенические и водные процедуры	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Умывание;</li> <li>- Мытье рук;</li> <li>- Местный и общий душ (летом);</li> <li>- Игры с водой;</li> <li>- Купание в бассейне (летом);</li> <li>- Обеспечение чистоты среды.</li> </ul>	<p>Все гр. Все гр. Все гр. Все гр. Все гр.</p>
4	Свето – воздушные ванны	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Проветривание помещений (в том числе сквозные);</li> <li>- Сон при открытых фрамугах;</li> <li>- Прогулки на свежем воздухе (в том числе «комнатные»)</li> <li>- Обеспечение температурного режима и чистоты воздуха.</li> </ul>	<p>Все гр</p> <p>Все гр Все гр</p> <p>Все гр</p>
5	Активный отдых	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Развлечения, праздники;</li> <li>- Игры, забавы;</li> <li>- Дни здоровья;</li> <li>- Недели здоровья (каникулы)</li> </ul>	<p>Все гр Все гр Все гр Все гр</p>
6	Арома –и фитотерапия	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ароматизация помещения;</li> <li>- Сеанс фитоаэроионизации;</li> <li>- Фитопитания (чай, коктейли, отвары);</li> <li>- Аромаподушки;</li> <li>- Аромамедальоны.</li> </ul>	<p>Все гр Все гр Все гр Яс., мл. Все гр</p>
7	Диетотерапия	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Рациональное питание;</li> <li>- Индивидуальное меню (аллергия, ожирение, хронические заболевания).</li> </ul>	<p>Все гр Все гр</p>
8	Свето – цветотерапия	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Обеспечение светового режима;</li> <li>- Цветовые и световые сопровождения среды и учебного процесса</li> </ul>	<p>Все гр Все гр</p>

9	Музтерапия	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Муз. сопровождение режимных моментов;</li> <li>- Муз. оформление фона занятий;</li> <li>- Муз. театральная деятельность;</li> <li>- Хоровое пение (в том числе звуковое)</li> </ul>	<p>Все гр Все гр Все гр Все гр</p>
10	Аутотренинг и психогимнастика	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы;</li> <li>- Игры – тренинги на подавление отрицательных эмоций и снятия невротических состояний;</li> <li>- Коррекция поведения.</li> </ul>	<p>Яс. Гр.  Ср. ,ст., подг. Все гр.</p>
11	Спецзакаливание	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Босоножке;</li> <li>- Игровой массаж;</li> <li>- Обширное умывание;</li> <li>- Дыхательная гимнастика;</li> </ul>	<p>Все гр. Все гр. Все гр. Все гр.</p>
12	Физиотерапия	<ul style="list-style-type: none"> <li>- УФО общее;</li> <li>- Люстра Чижевского</li> </ul>	<p>Яс., спорт. зал, муз. зал</p>
13	Стимулирующая терапия		<p>Все гр.</p>
14	Пропаганда ЗОЖ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Спецзанятия (ОБЖ);</li> <li>- «Мойдодыр»;</li> <li>- «Айболит»;</li> <li>- Беседы с детьми</li> <li>- Курс лекций и бесед</li> </ul>	<p>Ср., ст., подг. Все гр. Все гр. Все гр. С родит. и пед. персоналом</p>



# Система закаливания

## Закаливание в повседневной жизни

- Четкая организация теплового и воздушного режима в помещении;
- проветривание помещений.
- Рациональная одежда детей, позволяющая свободно двигаться без перегревания.
- Солнечные ванны;
- Купание в плескательном бассейне.
- Соблюдение режима прогулок в течение года
- Сон при открытых фрамугах в спальнях;
- Умывание холодной водой (обширное мытье рук, лица, шеи)
- Полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры;
- Полоскание рта после каждого приема пищи;
- Увлажнение воздуха;
- День здоровья (1 раз в месяц).

## Специальные меры закаливания (Нетрадиционные методы)

- Контрастное закаливание (ножные и воздушные ванны) – метод разработан специалистами НЦЗД РАМН Ю. Ф. Змановским и М.Н. Кузнецовой;
- Игровые дорожки метод, разработанный М.Н. Кузнецовой.
- метод «Льдинка»- метод, разработанный М.Н. Кузнецовой;
- специальный закаливающий массаж (с применением сухой и влажной рукавички и массажной щетки).
- хождение босиком;
- физические упражнения после дневного сна;
- игровой массаж;
- хождение босиком по особой асфальтной дорожке – по методу Севастьяна Кнейта;
- Водные ванны по методике Е.А. Аркина, сочетая их с играми и упражнениями для профилактики плоскостопия.

## Закаливание часто-болеющих детей

- профилактика простудных заболеваний методом рефлексотерапии (осуществляется специалистами с сочетанием;
- точечный массаж по Уманской;
- теплые ванны перед сном;
- закаливание водой (умывание и другие гигиенические процедуры)
- кратковременные воздушные ванны (при смене белья, переодевании и перед сном);
- обтирание сухой рукавицей во время гимнастики, массажа и после дневного сна;
- солнечные и воздушные ванны;

## Условные обозначения

Закаливание в повседневной жизни	Специальные меры закаливания	Закаливание часто-болеющих детей
- Четкая организация теплового и воздушного режима в помещении;	- Контрастное закаливание (ножные и воздушные ванны) – метод разработан специалистами НЦЗД РАМН Ю. Ф. Змановским и М.Н. Кузнецовой;	- солнечные и воздушные ванны;
- проветривание помещений.	- Игровые дорожки здоровья метод, разработанный М.Н. Кузнецовой.	-точечный массаж по Уманской;
- Рациональная одежда детей, позволяющая свободно двигаться без перегревания.	- метод «Льдинка»- метод, разработанный М.Н. Кузнецовой;	- теплые ванны перед сном;
- Солнечные ванны;	- специальный закаливающий массаж (с применением сухой и влажной рукавички и массажной щетки).	- теплые ванны перед сном;
- Купание в плескательном бассейне.	- хождение босиком;	- закаливание водой (умывание и другие гигиенические процедуры)
- Соблюдение режима прогулок в течение года	- физические упражнения после дневного сна;	- кратковременные воздушные ванны (при смене белья, переодевании и перед сном);
-Сон при открытых фрамугах в спальнях;	- игровой массаж	-обтирание сухой рукавицей во время гимнастики, массажа и после дневного сна;
Умывание холодной водой (обширное мытье рук, лица, шеи)	- хождение босиком по особой асфальтной дорожке – по методу Севастьяна Кнейта;	- солнечные и воздушные ванны;
- Полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры;	- Водные ванны по методике Е.А. Аркина, сочетая их с играми и упражнениями для профилактики плоскостопия.	
-Полоскание рта после каждого приема пищи;		
- Увлажнение воздуха;		
- День здоровья (1 раз в месяц).		



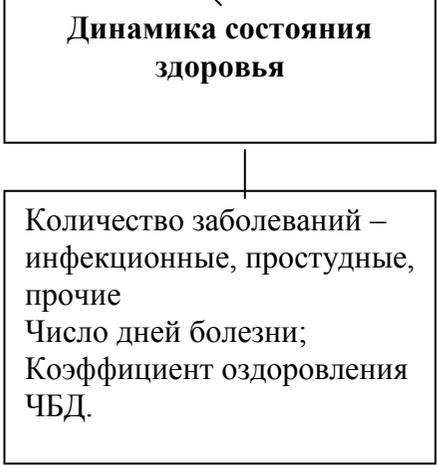
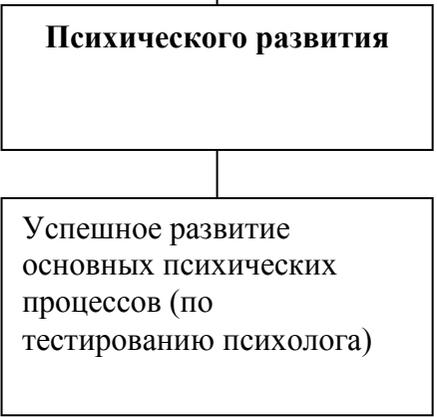
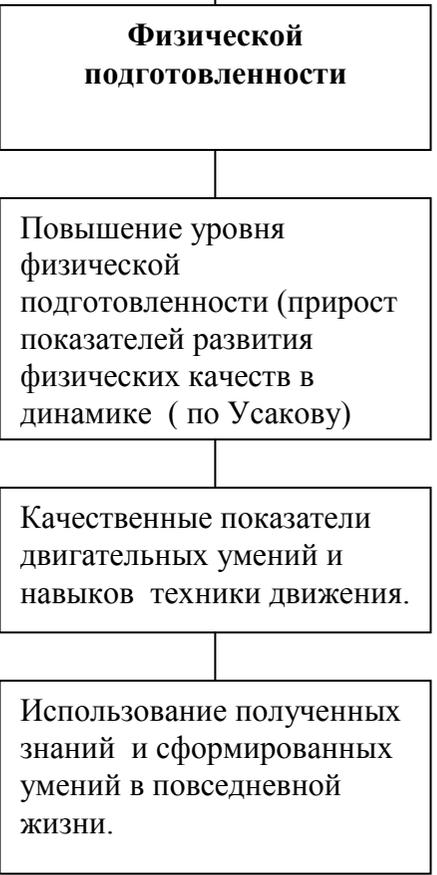
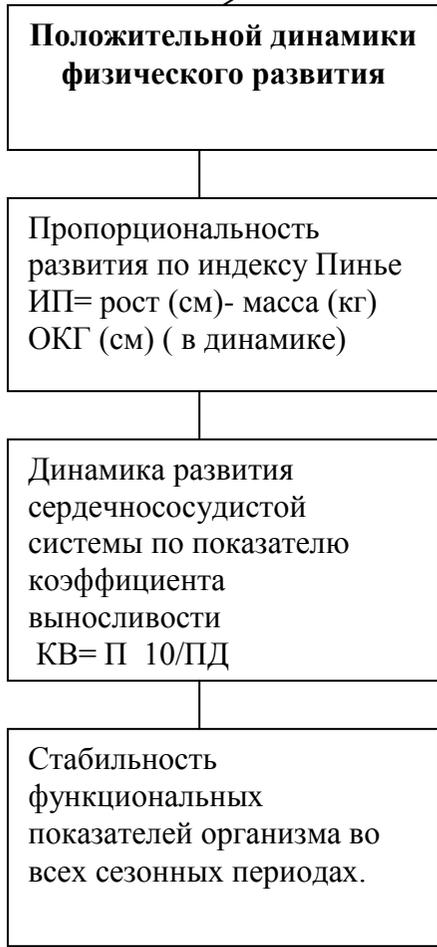


## Организация двигательного режима.

<b>Традиционные формы работы</b>	<b>Возраст детей, лет</b>	<b>Инновационные формы работы</b>	<b>Возраст детей, лет</b>
Утренняя гимнастика с упражнениями на дыхание	1,5 – 7	Оздоровительно-игровой час в группе	1,5 – 3
Физкультминутки на занятиях	1,5 – 7	Динамический час на дневной прогулке	3 – 7
Плановые физкультурные занятия	1,5 – 7	Час двигательного творчества в спортивном зале	3 – 7
Музыкальные занятия	1,5 – 7	Физкультурная терапия (с мая по сентябрь в утренний отрезок времени)	2 -7
Двигательная активность детей на прогулке	1,5 - 7	Психотерапевтические прогулки	5 – 7
Самостоятельная двигательная деятельность	1,5 - 7	Неделя здоровья (каникулы)	3 – 7
Разминка после сна	1,5 - 7	Дни здоровья (1 раз в месяц)	1,5 – 7
Подвижные игры	1,5 – 7	Олимпийские игры (1 раз в год)	4 -7
Спортивные досуги (1 раз в месяц)	3 – 7	Прогулки с большой физической активностью	2 – 7
Спортивные праздники (1раз в квартал)	3 – 7 лет		

# Оценка степени эффективности физкультурно-оздоровительной работы

## Показатели





## Технология сохранения и стимулирования здоровья.

Формы работы	Время проведения в режиме дня, возраст детей	Особенности методики проведения	Ответственные
Остеопатическая гимнастика	После сна в постелях каждый день. Старшая и подготовительная к школе группы.	«Техническая» простота применения, взаимное дополнение методов при отсутствии дублирующего воздействия и взаимное усиление эффекта.	Воспитатель
Ритмика	Проводится как утренняя гимнастика. Одна неделя в месяц. Музыкальный зал, начиная со второй младшей группы.	По программе «Са-фи-дансе».	Физинструктор, Музыкальный руководитель
Игровой час (бодрящая гимнастика)	После сна в группе каждый день. Первая и вторая младшие группы.	Комплекс, состоящий из подвижных игр, игровых упражнений, основных движений	Воспитатель
Творческий час	Во второй половине дня в физкультурном зале 1 раз в неделю, старший и подготовительный возраст.	Игры на развитие движений.	Воспитатель
Динамический час	На прогулке в первой половине дня, 1 раз в неделю, со 2-й младшей группы.	Игры подбираются в соответствии с программой по возрасту детей.	Воспитатели.
Динамические паузы	Во время занятий 2-5 мин. по мере утомляемости детей, начиная со второй младшей группы.	Комплексы физкультминуток могут включать дыхательную гимнастику, гимнастику для глаз.	Воспитатели.
Подвижные и спортивные игры	Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в группе со средней степенью подвижности, ежедневно. Все возрастные группы.	Игры подбираются в соответствии с программой по возрасту детей. Используются только элементы спортивных игр.	Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, воспитатели.
Пальчиковая гимнастика	С младшего возраста индивидуально, с подгруппой и всей группой ежедневно.	Рекомендуется детям с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени.	Воспитатели
Дорожки здоровья	После сна вся группа ежедневно, начиная с младшего возраста. На физкультурном занятии	Обучение правильной ходьбе, формирование правильной походки.	Воспитатели, инструктор по физической культуре.

## Коррекционные технологии

Формы работы	Время проведения в режиме дня, возраст детей	Особенности методики проведения	Ответственные
Арт-терапия	Сеансы по 10-13 человек в группе в музыкальном зале, в группе. Старший дошкольный возраст.	Оздоровление психосферы средствами воздействия различных видов искусств (музыка, изо)	Воспитатель
Технология музыкального воздействия	Сеансы по 10-13 человек в группе во второй половине дня в музыкальном зале. Старший дошкольный возраст.	Можно использовать спокойную классическую музыку (П.И. Чайковский, С.В. Рахманинов), звуки природы.	Музыкальный руководитель.
Сказкотерапия	Два занятия в месяц во второй половине дня, начиная со среднего дошкольного возраста	Использование мнемотаблиц, с помощью которых сказка выполняется, как единый двигательный комплекс.	Воспитатели групп
Психогимнастика	Один раз в месяц, по 10-12 человек в группе в музыкальном и физкультурном залах, начиная со средней группы.	Проводится по методике Е.А. Алябьевой.	Воспитатель
Артикуляционная гимнастика	Два раза в неделю в первой и второй половине дня, в музыкальном и физкультурном залах, в группе, на прогулке, начиная с младшего дошкольного возраста.	Цель – фонематическая грамотная речь без движений.	Воспитатели групп
Массаж с помощью сухого обтирания	После сна ежедневно в группе или в спальне в постелях, начиная со средней группы	Объяснить серьезность процедуры и дать детям элементарные знания, как не нанести вред своему организму.	Воспитатели
Точечный массаж	Сеансы или в различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Проводится по специальной методике, показан детям с частыми ОРЗ. Используется наглядность.	Старшая медсестра, воспитатели.

## Методическое обеспечение проекта «Здоровье ребенка»

<p>Проект «Здоровье ребенка»</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Григорьева Г.Г., Кочетова Н.П., Сергеева Д.В. Кроха. Пособие по воспитанию, обучению и развитию детей до трех лет - М.: "Просвещение", 2004г</li> <li>- Григорьева Г.Г., Кочетова Н.П., Сергеева Д.В. Кроха. Методические рекомендации к программе воспитания и развития детей раннего возраста в условиях дошкольных учреждений. - М.: "Просвещение", 2007г</li> <li>- Григорьева Г.Г., Кочетова Н.П., Груба Г.В. Играем с малышами: игры и упражнения для детей раннего возраста/– М.: Просвещение, 2007.</li> <li>- Кочетова Н.П.. Физическое воспитание и развитие детей раннего возраста. - М., «Просвещение» 2005г.</li> <li>- Григорьева Г.Г., Кочетова Н.П., Сергеева Д.В. Кроха. Пособие по воспитанию, обучению и развитию детей до трех лет. - М.: "Просвещение", 2004г</li> <li>- <u>Кочетова Н.П.</u> Физическое воспитание и развитие детей раннего возраста. Методика - М.: "Просвещение", 2007г</li> <li>- Бабаева Т.И., Гогоберидзе А.Г., Солнцева О.В. Примерная образовательная программа дошкольного образования «Детство»/- СПб.: «Детство – пресс», 2014.</li> <li>- Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения – СПб.: «Детство – пресс», 2005.</li> <li>- Дошкольник 4-5 лет в детском саду. Как работать по программе «Детство»/ – СПб.: «Детство – пресс», 2007.</li> <li>- Дошкольник 5 – 7 лет в детском саду. Как работать по программе «Детство»/ – СПб.: «Детство – пресс», 2010.</li> <li>- Младший дошкольник в детском саду. Как работать по программе «Детство»/ Т.И. Бабаева и др. – СПб.: «Детство – пресс», 2007.</li> <li>- Рабочая программа воспитателя по программе «Детство» (подготовительная к школе группа) – Волгоград: «Учитель», 2014.</li> <li>- Рабочая программа воспитателя по программе «Детство» (старшая группа) – Волгоград: «Учитель», 2014.</li> <li>- Рабочая программа воспитателя по программе «Детство» (подготовительная к школе группа) – Волгоград: «Учитель», 2014.</li> <li>- Рабочая программа воспитателя по программе «Детство» (вторая младшая группа) – Волгоград: «Учитель», 2014.</li> <li>- Николаева Н.И. Школа мяча. – СПб.: «Детство-пресс», 2008.</li> <li>- «План – программа педагогического процесса в детском саду»/ З.А. Михайлова - СПб «Детство – пресс», 2009.</li> <li>- Сивачёва Л.Н. Физкультура – это радость. – СПб: «Детство-пресс», 2001.</li> <li>- Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста. –М.: Сфера, 2006.</li> <li>- Физическое развитие детей 2-7 лет. Развернутое перспективное планирование по программе «Детство»/ сост. И.М. Сучкова. – Волгоград: Учитель, 2011.</li> <li>- Физкультурно-оздоровительная работа детского сада в контексте новых федеральных требований/ Под ред. Микляевой Н.В. – М.: УЦ «Перспектива», 2011</li> <li>- Харченко Т.Е. Бодрящая гимнастика для дошкольников. – СПб.: «Детство-пресс», 2010.</li> <li>- Харченко Т.Е. Организация двигательной деятельности детей в детском саду. – СПб.: Детство-пресс, 2009.</li> <li>- Харченко Т.Е.. Утренняя гимнастика в детском саду. – М: Мозаика – синтез, 2008.</li> </ul>
--	--

- Сайкина Е.Г. «Физкульт-привет минуткам и паузам» – СПб.: «Детство – пресс», 2005
- Сочеванова Н.А. « Комплексы утренней гимнастики» – СПб.: «Детство – пресс», 2005
- Уланова Л.А., Иордан С.О. Методические рекомендации по организации и проведению прогулок детей 3-7 лет» – СПб.: «Детство – пресс», 2008.
- Муллаева «Конспекты –сценарии занятий по физической культуре для дошкольников» – СПб.: «Детство – пресс», 2006
- Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях. Под редакцией В.И. Орла, С.Н. Агаджановой – СПб.: «Детство – пресс», 2006.
- Деркунская В.А. «Диагностика культуры здоровья дошкольников» – М.: «Педагогическое общество России», 2006.
- Фирилева Ж.Е. «Са-фи-дансе» СПб.: Детство – Пресс,2000
- Егоров Б.Б., Малова Г.П. «Развивающая педагогика оздоровления Как начать эксперимент? – М. 2003
- Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. «Ослабленный ребенок; Развитие и оздоровление» - М. 2003
- Кузнецова М.Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в ДОУ - М. 2002
- Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей. Под редакцией Сократова – М.2005 год

***2.2 Проект  
«Психологическое  
сопровождение ребенка»***





## Содержание сопровождения ребенка

### Психологическая диагностика

Выявление особенностей психического развития ребенка и их соответствие возрастной норме или отклонение от нее ( недоразвитие, одаренность)

Адаптация ребенка к ДОУ

Психологическая готовность к школьному обучению

Эмоциональное развитие сферы ребенка в ДОУ.

### Коррекционная работа

Психолого-педагогическая поддержка ребенка в

Коррекция нарушений адаптации в детском коллективе и ситуативных эмоциональных расстройств.

Индивидуальные и подгрупповые занятия направленные на коррекцию познавательных процессов и эмоциональной сферы.

Психокоррекция поведения (агрессивность, пассивность, гиперактивность).

Психокоррекция коммуникаций (несформированность навыков общения со взрослыми и сверстниками).

Психокоррекция личностных проблем (тревожность, неадекватная самооценка.)

### Консультирование и просвещение

Знакомить с основными закономерностями и условиями благоприятного психического развития детей дошкольного возраста.

Знакомить с закономерностями воспитания дошкольников.

Популяризировать и разъяснять результаты новейших психологических и педагогических исследований.

Формировать потребность в психологических и педагогических знаниях, желание использовать их в работе с ребенком или в интересах развития собственной личности.

Формы просвещения: лекции, беседы, практикумы, семинары, тренинги, клубы, выставки, стендовая информация.

## Технологическая карта проекта.

Содержание	Пояснения
<b>Название проекта</b>	«Психолого-педагогическое сопровождение ребенка»
<b>Тип</b>	Социально-психолого-педагогический
<b>Участники</b>	Родители, педагоги, психолог
<b>Целевая программа</b>	Воспитанники ДООУ 2-7 лет.
<b>Масштаб</b>	Долгосрочный (1 год)
<b>Основания для разработки проекта. Проблема</b>	<p>Постановка проблемы:            Какими мы, родители и педагоги, хотим видеть своих детей?            Здоровыми и умными, послушными и успешными, хорошо развитыми физически.... Список можно продолжать до бесконечности, и мы готовы прикладывать титанические усилия для его претворения в жизнь, Мы создаем и внедряем новые программы и технологии, развиваем, закаляем, водим и возим детей на всевозможные мероприятия, на сайтах и конференциях обсуждаем достигнутые успехи... .</p> <p>Главное – за всем этим не забыть: прежде всего дети должны расти счастливыми. Только счастливый ребенок может быть здоров физически и душевно, гармонично развиваться., в полной мере разворачивая свои возможности только в условиях психологического комфорта и эмоционального благополучия.</p> <p>Разные специалисты и исследователи по-разному пытаются сформулировать понятие психического здоровья. Но все они совпадают в одном: это без сомнения, главный фактор, определяющий качество нашей жизни, включающий в себя тесно связанные между собой эмоциональные, поведенческие и социальные компоненты. От психического здоровья или душевного здоровья в значительной степени зависят профессиональные успехи, взаимоотношения с другими людьми, физическое благополучие, самооценка.</p> <p>И если в зрелом возрасте психическое здоровье – базовая составляющая успешной деятельности человека, его позитивного мировосприятия, то в детском возрасте оно помимо этого дает малышу «счастливы билет» в будущее, помогая наиболее благоприятному развитию всех психических функций и душевных качеств.</p> <p>В настоящее время по данным коллегии Минздрава РФ прогрессирует ухудшение психического здоровья детей раннего возраста.</p> <p>Формирование психических нарушений во многом зависит от социальных параметров среды, роста, развития и воспитания ребенка. Игнорирование вопросов душевного благополучия детей не позволяет решать многие проблемы подрастающего поколения. Если раньше тема психического здоровья ребенка звучала преимущественно в контексте детской психиатрии, то сейчас она занимает свое законное место в педиатрических, психологических, педагогических обсуждениях.</p> <p>Много злободневных вопросов она затрагивает в пространстве дошкольного детства: раннее развитие, подготовка к школе, ребенок и компьютер, насилие над детьми и жестокое обращение с ними, психосоматические заболевания, дети с отклонениями в развитии,</p>

	<p>организация помощи им.</p> <p>Поиск ответов на эти вопросы направило наши усилия на его гармоничное, благополучное развитие через психолого-педагогическое сопровождение ребенка во все периоды его детства, базовую основу взяв теоретические положения педагогики переживания (Л.С. Выготского,, В.П. Балакирева,С.С. Степанова и др.) с двух позиций:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Педагог – субъект профессиональных переживаний;</li> <li>• Ребенок – субъект полноценного переживания жизни.</li> <li>• Почему именно такая последовательность? Да потому, что , не затронув душу педагога не заполнив ее переживаниями, ориентируясь лишь на знание , мы вряд ли добьемся принятия позиций педагогики переживания. Лишь тот, кто пережил сам, способен сопереживать другому. Мы рассматриваем педагога как субъект профессионального счастья: «Я могу быть счастливым сам, обеспечивая счастье другого вместе с ним». Главное созидающее чувство – это любовь.. Вряд ли кто-то из педагогов –дошкольников скажет, что не любит детей. Так очего же наша любовь так бессильна? Почему так мало радости дает она нам и детям? Ответ может быть выражен в иносказательной форме., Мы говорим о своей любви к цветам, но не зная, особенностей ухода за ними, не создавая нужных условий для их роста, вряд ли дождемся их цветения.</li> </ul> <p>Любить ребенка, значит принимать и понимать его, а понимать – значит созидательно любить.</p> <p>Педагогические инновации, какими бы гуманистическими они ни были по декларируемым целям, не приведут к гуманному результату без учета главных законов – законов развития личности: физиологических, психологических, социальных. В этом природосообразность педагогики переживания.</p>
<p><b>Цель.</b></p>	<p>Защита прав ребенка на развитие и образование, на сохранение психического и психологического здоровья, которое может нарушаться из-за несоответствия образовательной среды индивидуальным возможностям ребенка, из-за эмоциональных перегрузок.</p> <p>Осуществление сопровождения по 3-м аспектам:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- медицинский аспект – охрана физического здоровья детей (смотри проект №1 «Здоровье ребенка»</li> <li>- психологический аспект – его психического и психологического здоровья;</li> <li>- педагогический аспект – оптимальной адаптации к образовательной среде ДОУ.</li> </ul>
<p><b>Задачи.</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приспособление образовательной среды ДОУ к индивидуальным возможностям ребенка, создавая условия для нормального функционирования их нервной системы.</li> <li>2.Создание психолого-педагогических условий для развития личности ребенка, его природного потенциала.</li> <li>3. Создать специальные психолого-педагогические условия для оказания помощи детям с проблемами в развитии</li> <li>4.Создать благоприятный психологический микроклимат в ДОУ и по возможностям в семье.</li> <li>5. Обеспечить условия для преобладания положительных эмоций, жизнерадостности и бодрости, веры в себя, в свои силы и возможности, уважения к людям, полноты жизни, увлекательной деятельности, в ежедневном распорядке детей.</li> <li>6. Выявить факторы, способствующие возникновению и развитию дистрессовых ситуаций, невротических состояний у детей.</li> </ol>

	<p>7. Применять психолого-педагогические приемы, направленные на купирование и предупреждение нежелательных аффективных проявлений, прежде всего у гиперактивных детей; своевременно прерывать нарушения эмоционального состояния у детей.</p>
<p><b>Стратегии и механизмы реализации.</b></p>	<p>1. Определили направления сопровождения.</p> <p>1.1 Адаптация детей к ДООУ. (смотри систему работы педагога-психолога в период адаптации детей к ДООУ. Приложение №5)</p> <p>1.2 Психологическая готовность детей к школе (смотри программу «Путешествие в мир знаний») (система работы по подготовке детей к школе. Приложение № 6_)</p> <p>1.3 Воспитательно-оздоровительный процесс в ДООУ. ( смотри «Оздоровительная направленность воспитательно-образовательного процесса» Приложение № 10); смотри раздел «Организация воспитательно-оздоровительной работы</p> <p>1.4 Психологическое сопровождение инновационного процесса в ДООУ (смотри систему работы. приложение № 11).</p> <p>2. Определили основные приоритеты в осуществлении психолого-педагогического сопровождения ребенка.</p> <p>3. Определили содержание работы по психолого-педагогическому сопровождению ребенка.</p> <p>4. Определили пути воздействия по устранению негативных проявлений (приложение №8 ) и обеспечению психологической безопасности личности ребенка (приложение № 7).</p> <p>5. Определили психологические мероприятия на занятиях и в режиме дня по всем возрастам.</p> <p>6. Продумали создание условий для хорошего эмоционального благополучия детей (приложение № 4)</p> <p>7. Продумали организацию предметно-пространственной развивающей среды.</p>
<p><b>Ожидаемые результаты.</b></p>	<p>Организовано психологическое обеспечение образовательного процесса;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- овладение воспитателем личностно-ориентированной модели взаимодействия;</li> <li>- приветствие демократических тенденций в общении воспитателей с детьми, которые создают благоприятный психологический климат, способствующий созданию у детей эмоционального благополучия.</li> <li>- разработка игр и занятий, способствующих оптимальному развитию ребенка, с учетом физического и психологического состояния, внутренних и внешних причин этого состояния, а также уровень его субъективного опыта.</li> <li>- осуществления ритуально-психологического настроения на день для того, чтобы каждый малыш понимая, что предстоящий день будет добрым, приятным и полезным.</li> <li>- ведение в жизнедеятельность группы правил и договоренности;</li> <li>- создание системы взаимодействия воспитателей, узких специалистов и родителей для реализации содержания социально-эмоционального развития детей.</li> <li>- построение работы по социально-эмоциональному развитию.</li> </ul> <p>Заинтересованность детей от интуиции, игры, движения, хитрости, неожиданности, странности.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- введены новые формы работы с детьми: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Динамика занятий (дети двигаются, меняют позы);</li> <li>• Обсуждение без показа;</li> </ul> </li> </ul>

- Обучение ребенком взрослого;
- Объединение детей в малые группы разными способами;
- Соблюдение правил, принятых вместе с детьми;
- В анамнезе детских работ и ответов исключена оценка «правильно-неправильно», присутствует обсуждение вариантов, создаются ситуации для добывания знаний детьми.

- создание системы коррекционно-развивающей работы с детьми при адаптации детей к ДОУ, подготовки к школе;

- определили пути воздействия профилактики психоэмоционального напряжения с использованием большой группы средств физического воспитания через усиление их психического содержания, по степени значимости. На первое место мы поставили:

- - организация сна;
- - организация питания
- - оптимизация двигательной деятельности;
- - закаливание.

-создание предметно-развивающей среды. Способствующей эмоционально-психологическому комфорту детей в ДОУ.

В ДОУ имеются островки «Радости», Творчества», «Моя семья», коврики «Злости», уголки уединения, успешности детей, зоны песка и воды; для снятия агрессии «боксерская груша» и рожицы, сделанные из пластиковых бутылок, на них наклеены две забавные рожицы – веселая и зубастая. Они грохочут так громко, что , что им становится смешно и они мирятся. Если хочется заплакать или ребенок злится, можно сесть в кресло одиночества, в зять в руки «ручеек» (шелковый длинный мешочек, наполненный рисом) по рисунку перебирать ручеек и успокоиться.

В ДОУ с целью благоприятного психологического климата и эмоционального благополучия стало традицией ежедневно проводить:

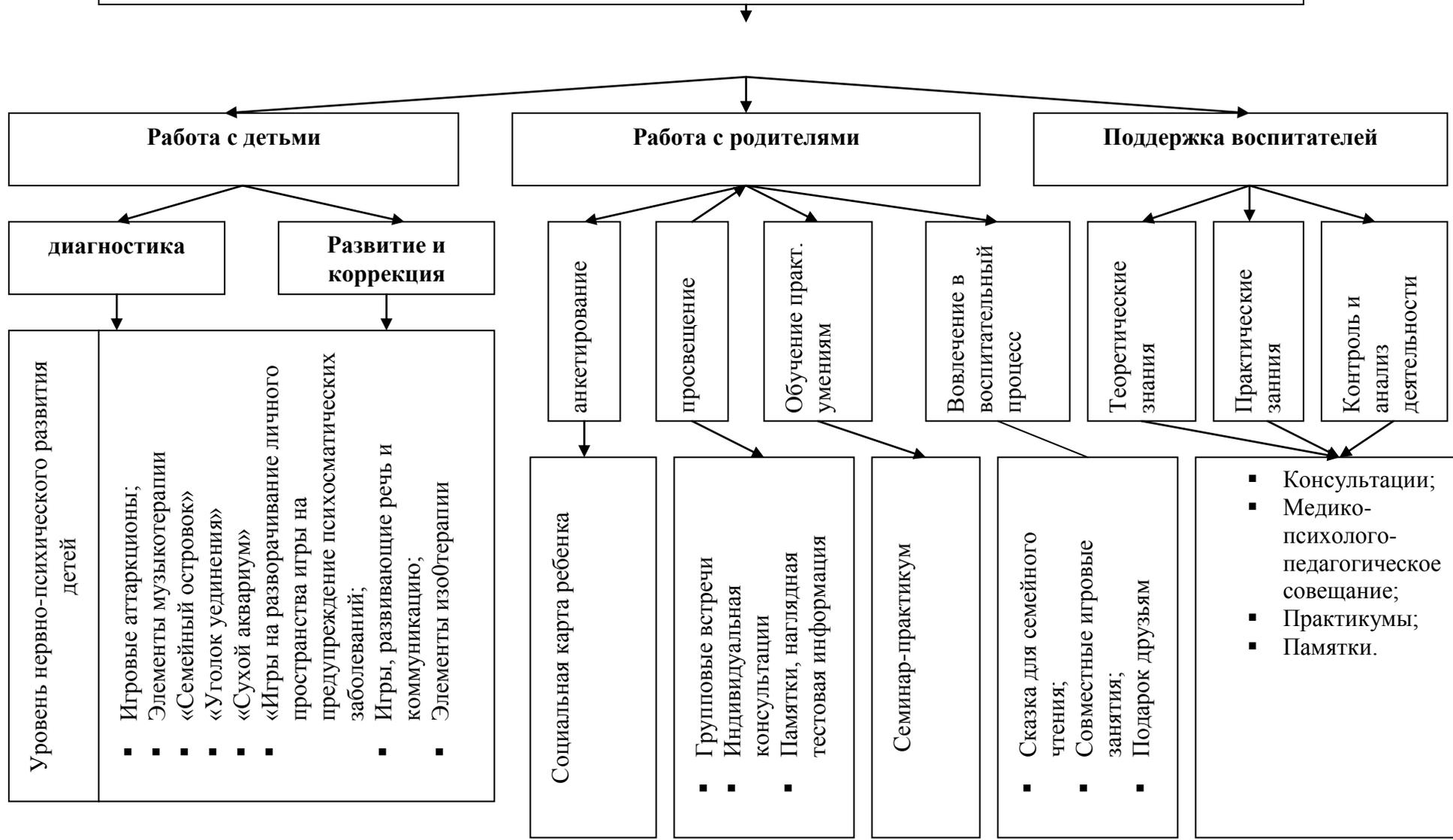
- Психологический настрой на день: «Подарим детям утро» с семью чудесами детских радостей и наслаждений (встречи-касания, пение, поэзия, фольклор, слушание, музыка или музыка как фон, минутки любования, созерцание, приятные запахи, смехошутки).
- Обсуждение прожитого дня (беседа с детьми «Кто был сегодня самым вежливым? Не обидел ты кого-нибудь? С кем интересно было играть? Самый трудолюбивый. У кого больше добрых дел на дереве «Добрых дел».
- Еженедельно проводить «Сладкий вечер» «Воробьиные дискотеки», «Дарение маленьких подарков детям младших групп»
- Ежемесячно – «Дни рождения», «Дни здоровья»
- Ежегодно – «каникулы», «тетаральная неделя», «Осенние фантазии», «День защиты детей», «Летний конкурс песочных построек», конкурс чтецов «У природы нет плохой погоды»
- Акция «Мы собираем радостных кукол» (игрушки, атрибуты для театра, оркестра, из бросового материала. Выставка этих игрушек, атрибутов, пособий «В камерке у папы Карло».

Создание единого образовательного пространства развития ребенка через интеграцию образовательных задач ДОУ и семьи с целью психоэмоционального благополучия ребенка.

Включение родителей в совместный процесс воспитания, преодоления дистанцирования родителей от ДОУ, позволило значительно улучшить психическое развитие детей, как основу их успешного обучения в

	<p>школе.</p> <p>Повышение компетентности и активности родителей по вопросам воспитания и развития ребенка.</p> <p>Создание системы психологического сопровождения ребенка и семьи с целью снижения напряженности в период ожидания родителями и детьми начала школьного обучения.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- снижение остроты проявления кризиса семьи;</li> <li>- возрождение и сохранение лучших отечественных традиций семейного воспитания;</li> <li>- активизация психолого-педагогического и культурного сознания родителей и педагогов;</li> <li>- создание активно-действующей, работоспособной системы поддержки традиционного семейного воспитания.</li> </ul>	
<p><b>Критерии оценки эффективности реализации проекта.</b></p>	<p>Количественные</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Количество участников проекта: <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1 Количество родителей;</li> <li>1.2 Количество педагогов ДОУ</li> <li>1.3 Количество детей;</li> </ol> </li> <li>2. Сумма бюджетных средств;</li> <li>3. Сумма привлеченных внебюджетных средств.</li> </ol>	<p>Качественные</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Создание условий.</li> <li>2. Положительная динамика физического развития.</li> <li>3. Положительная динамика физической подготовленности.</li> <li>4. Снижение уровня заболеваемости.</li> <li>5. Снижение пропусков по больничным листам сотрудников.</li> <li>6. Формирование ответственности за свое здоровье у родителей воспитанников (проведение социально-гигиенического скрининга условий и образа жизни семей воспитанников ДОУ по В.Г. Алямовской).</li> <li>7. Создание положительного имиджа МДОУ.</li> </ol>
<p><b>Презентация проекта.</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Итоговый педсовет в мае.</li> </ol>	

# Система работы педагога-психолога в период адаптации детей к ДОУ



**Программа  
«Путешествие в мир знаний»**

**1 этап  
Ориентировочный**

**2 занятия**

**2 этап  
Накопление  
положительных  
образов**

**2 занятия**

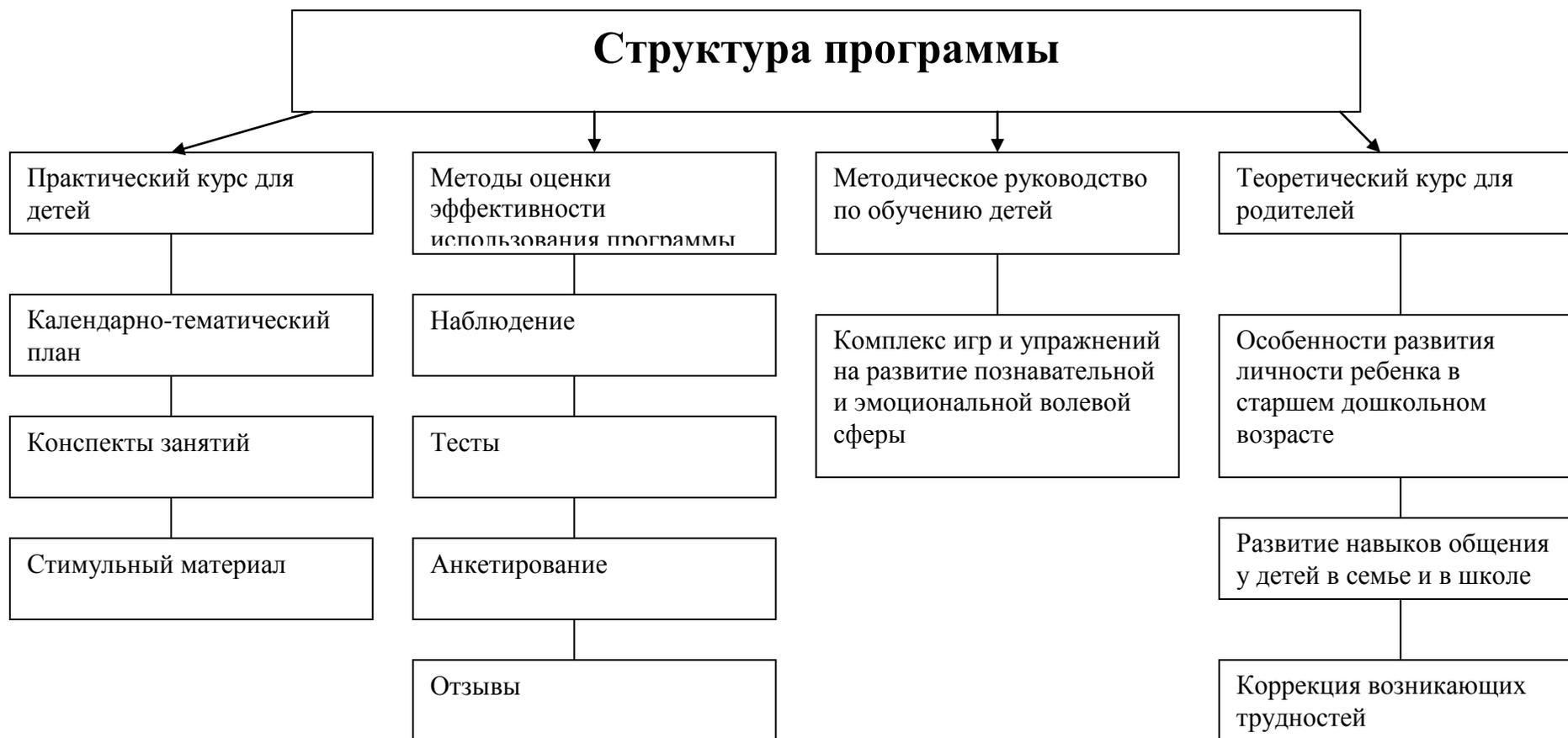
**3 этап  
Коррекционно-  
развивающей**

**10 занятий**

**4 этап  
Обобщающе  
закрепляющий**

**4 занятия**

## Структура программы «Путешествие в мир знаний»





## Организация воспитательно-образовательной работы

### Общие принципы:

учет умственной работоспособности, как комплексный показатель функционального состояния организма ребенка, его психо-физического здоровья и один из важных факторов успешности обучения.

Под умственной работоспособностью понимается способность осуществлять умственную деятельность определенного объема в течении определенного времени без ярко выраженного утомления

### Задача:

- индивидуализация педагогических воздействий с учетом физиологических возможностей детей;
- активизация обучения;
- стимуляция двигательных и эмоционально-психологических разгрузок в процессе образовательной деятельности.

### Структура воспитательно-образовательной работы:

- рациональная организация режима дня и учебной нагрузки;
- совершенствование методики проведения занятий;
- введение каникулярного отдыха;
- внесение дополнительных двигательных и эмоционально-психологических разрядок;
- гибкая коррекция продолжительности занятий;
- введение интегрированных занятий.

### Оздоровительная направленность воспитательно-образовательного процесса:

- учет гигиенических требований к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения;
- создание условий для оздоровительных режимов;
- валеологизация пространства для детей;
- бережное отношение к нервной системе ребенка;
- учет его индивидуальных особенностей и интересов;
- предоставление свободы выбора и волеизъявления;
- создание условий для самореализации;

ориентация на зону ближайшего развития ребенка

**Психологическое сопровождение в инновационном процессе**

Подготовительный этап	Этапы развития коллектива	Этап осознания потребности инноваций и определение возможностей	Этап внедрения инноваций.	Этап сопровождения ребенка в инновационном педагогическом процессе	Сопровождение педагогов	Результативность
<p>Любой инновационный процесс имеет все, его последствия могут быть спрогнозированы.. Если не все поддается прогнозированию, то инновации связаны с риском, поскольку: А) часть задуманного не удастся осуществить из-за сложившихся неблагоприятных условий (кадровых, материальных, временных, морально-психологических, и др.) Роль психолога – предупредить ошибки и упущения еще на уровне проекта, на стадии разработки, и проектирования новшества. Определение целей задач (реалистичное, адаптированное к новым условиям, согласовано во всех звеньях.) Анализ текущей обстановки в ДОУ и вероятностных прогнозов ее развития . На этом строятся цели и задачи инновационной деятельности.</p>	<p>На этом этапе проектирования экспериментальной работы задача психолога: 1. помочь определить на каком этапе развития находится коллектив, вступающий в инновационный процесс. 2 Будировать в коллективе чувство неудовлетворенности достигнутыми результатами, тем самым мотивируя их на модернизацию педагогического процесса 3. информирование о положительных результатах нововведений в других ДОУ. Это как правило, переводит людей в зону повышенной мотивации.</p>	<p>Задача психолога – 1.изучить стиль руководства педагогическим коллективом. 2. по результатам диагностики помочь руководителю выбрать правильную стратегию действий. 3. найти средства для совершенствования стиля управления.. 4. разобраться и снять возможные межличностные и внутриместные конфликты. 5. изучить индивидуальные особенности участников инновационного процесса, их профессиональный уровень, организаторские навыки, психологическую готовность к новым видам деятельности, к дополнительной педагогической и исследовательской нагрузке.</p>	<p>Щадящее воздействие на психическое здоровье сотрудников оказывает такой процесс нововведений, который основан: -тщательно проработанной программе; - предварительной экспертизе эффекта нововведений с целью получения реалистического прогноза; - правильной оценке социально-психологического контекста нововведений; - прогнозировании влияния нововведения на психическое здоровье персонала; - профилактика негативных воздействий нововведений на психическое состояние сотрудников.</p>	<p>Цели, связанные с общим личностным развитием и сохранением психического здоровья детей, формирование знаний и умений. Основополагающие принципы сопровождения ребенка: - «не навреди»; - психолог во всех проблемных ситуациях находится на стороне ребенка, защищая его интересы и права; - комплексный междисциплинарный подход к решению любой проблемы развития дошкольника; - утверждение необходимости не направлять, а сопровождать развитие человека; - опора и вера на личные силы и потенциальные возможности личности ребенка.; - ориентация на способность ребенка самостоятельно преодолевать трудности;</p> <p>метод наблюдения и диагностики как до, так и во время нововведений. В любой момент, на любой стадии эксперимента психолог обязан остановить процесс, если он объективно несет вред развитию личности ребенка.</p>	<p>В течение всего периода введения инноваций психологу целесообразно проводить: - коммуникативные тренинги, направленные на предупреждение конфликтных ситуаций; - тренинги эффективного взаимодействия, личностного роста; - деловые игры; - индивидуальные консультации.</p>	<p>Эксперимент – это деятельность с негарантированным результатом, это всегда поиск неизвестного. Психолог должен подготовить коллектив, убедить в том, что эксперимент может иметь не только положительные результаты, что отрицательный результат педагогического эксперимента или его части тоже социально ценен, так как избавляет других педагогов от необходимости проходить вынужденный путь , предупреждает от повторения ошибок.</p>

## **Психолого-педагогическое сопровождение ребенка.**

### **Общие приоритеты оздоровления.**

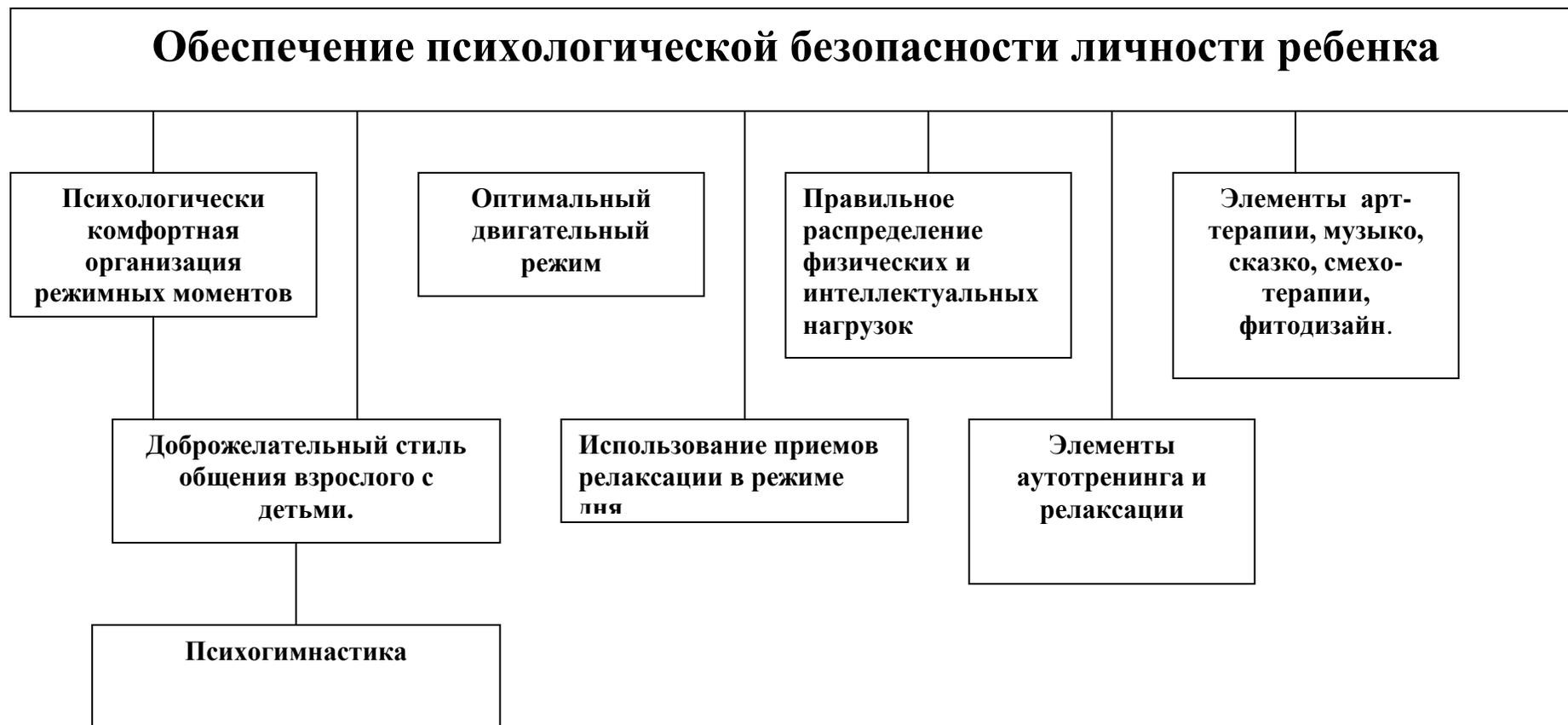
- индивидуально-дифференцированный подход как ключевое систематизирующее средство;
- трактовка оздоровления не как совокупность лечебно-профилактических мер, а как формы развития, расширения психофизических возможностей детей;
- культивирование у детей осмысленного и преобразовательного отношения к собственному физическому и духовному здоровью как единому.
- формирование психической регуляции жизненных функций организма путем развития творческого воображения.
- общительность и доброжелательность взрослого выступает как условие развития положительных социальных качеств у ребенка.
- ласковое отношение к ребенку, признание его прав, проявление внимания являются основой эмоционального благополучия и вызывают у него чувство уверенности, защищенности, что способствует нормальному развитию личности ребенка, выработке положительных качеств, дополнительного отношения к другим людям;
- развитие эмоционального сопереживания детей друг к другу.
- умение установить глубокие психологически здоровые отношения с детьми











Содержание программы по созданию условий для обеспечения равных стартовых возможностей детей для поступления в школе реализуется не в непосредственной образовательной деятельности, а

Приложение №12

### Психологические мероприятий на занятиях в режиме дня.

возраст	содержание	Организационно-методические указания
1	2	3
Младшая группа 3-4 года	<p>1. Утренний прием:</p> <p>А) функциональная музыка;</p> <p>Б) Элементы слово-сказки, арттерапии</p> <p>В) Использование оксолиновой мази.</p>	<p>А) успокаивающая, ласковая музыка музыка, звучание тихое;</p> <p>Б) Использование потешек, сказок, стихов. Шутки, поговорок, кукольного пальчикового театра, голос воспитателя ласковый; выражение лица доброжелательное;</p> <p>В) профилактика гриппа (родители, утром дома).</p>
	<p>2. Умывание и утренняя гимнастика:</p> <p>а) мытье рук с произнесением потешек;</p> <p>б) комплекс ОРУ</p> <p>в) оздоровительная утренняя гимнастика (компонент физкультурной терапии)</p>	<p>А) Использование стихов и потешек, побуждающих производить гигиенические мероприятия, стимуляцию с помощью самомассажа (массаж десен пальчиком)</p> <p>Б) подбор комплексов общеразвивающих упражнений игрового характера, использование игрушек и атрибутов.</p> <p>В) на свежем воздухе 20 минут по существу это насыщение разнообразной двигательной деятельности , утренняя прогулка.</p>
	<p>3. Свободная деятельность:</p> <p>А) словотерапия</p> <p>Б)Арттерапия</p> <p>В) игровая деятельность</p> <p>Г) индивидуальная работа</p>	<p>А) чтение стихов, сказок, беседы с малышами;</p> <p>б) Обыгрывание сюжетов сказок, совместное пение; настольный пальчиковый театр, ряжение;</p> <p>В) настольные игры, игры с любимыми игрушками;</p> <p>Г) использование слово-арттерапии.</p>
	<p>4. Завтрак:</p> <p>а) эстетическое оформление блюд;</p> <p>б) спокойный тон воспитателя и помощника воспитателя</p> <p>в) гигиеническое полоскание рта</p> <p>г) прием чеснока, лука.</p>	<p>А) привлечение к эстетическому оформлению блюд работников пищеблока;</p> <p>Б) пояснения, какие блюда на столе, чем полезны, при необходимости докармливание детей.</p> <p>В) рассказ о необходимости, пользы полоскания рта;</p> <p>Г) профилактика простудных заболеваний.</p>
	<p>5. Занятия</p> <p>А) динамические (физкультура, ритмика);</p> <p>Б) занятия со статическим положением тела (сенсорика, изо, развитие речи и т.д.)</p>	<p>А) занятия с сюжетом, игровые занятия, создание благоприятного эмоционального фона, достижение эффекта «мышечной радости»; радости от пения, танца, игры и т.п., использование элементов психогимнастики. Артикуляционной, звуковой, пальчиковой гимнастики; релаксации; функциональная музыка;</p> <p>Б) использование элементов сказкотерапии; физкультминутки; игровые и двигательные задания; достижение эффекта «радости» от участия.</p>
	<p>6. Свободная деятельность</p>	<p>См. пункт 3</p>
	<p>7. Сокотерапия,</p>	<p>Круглый год</p>

<p>витаминотерапия</p>	
<p>8. Подготовка к прогулке, прогулка:</p> <p>а) одевание</p> <p>б) наблюдение</p> <p>в) игры (подвижные, индивидуальные);</p> <p>г) хождение по дорожкам; хороводы вокруг деревьев</p> <p>д) хождение босиком; воздушные и солнечные ванны</p> <p>е) зимние забавы</p> <p>ж) дыхательные и физические упражнения;</p> <p>з) игры с песком;</p> <p>и) игры с водой;</p> <p>к) создание хорошего настроения, благоприятного психоэмоционального настроения.</p>	<p>А) использование приемов, предложенных в пункте 1 (А,Б)</p> <p>Б) использование приемов, предложенных в пункте 1(б), 3(б);</p> <p>В) подвижные игры, психогимнастические этюды и приемы из пунктов 1(б),3(б)</p> <p>Г) Хождение по ранее обследованным тропинкам; общение с живой и неживой природой;</p> <p>Д) в летнее время на ранее обследованной почве, дозируется пребывание на солнце согласно возрасту и индивидуальным особенностям;</p> <p>Е) в зимнее время: игры со снегом, катание на санках, скольжение на ледяных дорожках.</p> <p>Ж) строго дозированы в соответствии с возрастом, состоянием здоровья, временем года, обучение детей носовому дыханию во время прогулок и физических упражнений.</p> <p>К) умелое использование всех перечисленных выше методов и приемов.</p>
<p>9. Возвращение с прогулки</p> <p>а) закаливающие мероприятия</p> <p>б) одевание, раздевание</p>	<p>См пункт 1 (б)</p> <p>А) контрастная ванночка для рук с использованием эфирных масел;</p> <p>Б) учиться раздеваться и одеваться сидя на диванчиках, но по мере приобретения навыков делать это стоя; поощрение попыток одеваться и раздеваться самому, личный пример педагога и старших детей, нашивка меток, чтобы было легче ориентироваться; замечать состояние ребенка, когда он одевается (малыш может нервничать, страдать от безуспешных попыток), и вовремя прийти на помощь. Учить одновременно приемам одевания и раздевания.</p>
<p>10. Подготовка к обеду, обед..</p>	<p>См. Пункт 2(а). 4(а,б,в)</p> <p>Показать, сколько пищи нужно набирать в ложку. Как открывать рот и класть туда еду; не препятствовать попыткам самостоятельности; докармливать, если ребенок устает есть сам; предлагать самостоятельно есть хлеб, который ребенок держит в левой руке; не называть много качественных признаков, иначе ребенок начнет пугаться в определениях и не будет обращать внимания на слова взрослого; разговаривать конкретно и доступно, пояснять все действия, называть блюда и их признаки.</p>
<p>11. Подготовка ко сну, сон:</p> <p>а) закаливающие мероприятия</p> <p>б) чтение стихов, коротких сказок, пение колыбельных;</p> <p>в) функциональная музыка;</p>	<p>А) «льдинка»</p> <p>Б) подбор художественных произведений со спокойным сюжетом, голос ровный спокойный;</p> <p>В) см. пункт 1 (А)</p>

	<p>г) разрешение брать с собой игрушки;</p> <p>д) укрывание и поглаживание детей</p> <p>е) сон в хорошо проветриваемом помещении;</p> <p>ж) соблюдение тишины</p> <p>з) постепенное пробуждение и подъем с использованием функциональной музыки;</p> <p>и) игровая оздоровительная гимнастика после дневного сна</p> <p>к) одевание.</p>	<p>Г) укладывание любимых игрушек спать, пояснение необходимости спать;</p> <p>Д) укрывание с проговариванием ласковых слов, поглаживание по спине, голове (одомашнивание ситуации)</p> <p>Е) проветривание в период прогулки детей.</p> <p>Ж) соблюдение всеми сотрудниками и посетителями ДООУ тишины во время «тихого часа».</p> <p>З) пробуждение и подъем с учетом индивидуальных особенностей, по музыку «пробуждение» (по Н.Н. Ефименко), под одни и те же слова воспитателя (музыка и слова могут меняться через длительный срок).</p> <p>И) хождение по дорожке «Здоровье), воздушное контрастное закаливание, элементы самассажа, дыхательная гимнастика, упражнения направленные на профилактику плоскостопия и нарушений осанки.</p> <p>К) см. пункт 1(б)</p>
	12. Свободная деятельность	См. пункт 3 (а,б,в,г)
	13. Полдник	См. пункт 4 (а,б,в,г)
	14. Подготовка к прогулке, прогулка	См. пункт 7 (а,б,в,г,д,е,ж,з)
	15. Ужин	См. пункт 3 (а,б,в,г)
	16. Вечер	См. пункт 3 (а,б,в,г)

### Психологические мероприятия на занятиях в режиме дня.

возраст	содержание	Организационно-методические указания
1	2	3
Средняя группа 4-5 лет	<p>1. Утренний прием:</p> <p>А) функциональная музыка;</p> <p>Б) Элементы слово-сказки, арттерапии</p> <p>В) игровая деятельность по интересам</p> <p>Г) кулончики с чесноком</p> <p>Д) игротерапия</p>	<p>А) спокойная музыка (классические произведения, современные мелодии);</p> <p>Б) Использование художественных произведений, потешек, сказок, стихов, шуток, поговорок, голос воспитателя ласковый;</p> <p>В) создание благоприятной окружающей и психоэмоциональной среды для совместной игровой деятельности;</p> <p>Г) профилактика гриппа (холодный период года).</p> <p>Д) развлекательные (контактные) коррекционно-направленные + обучающие; развлекательные + обучающие контрольные.</p>
	<p>2. Умывание и утренняя гимнастика:</p> <p>а) мытье рук с самомассажем</p> <p>б) комплекс ОРУ</p>	<p>А) оказание благоприятного воздействия на внутренние органы, выходящие на биоактивные точки пальцев: сердце. Легкие. Печень, кишечник.</p> <p>Б) подбор игровых комплексов, с включением дыхательных упражнений, упражнений на</p>

<p>в) оздоровительная утренняя гимнастика (компонент физкультурной терапии)</p>	<p>формирование осанки, психогимнастические этюды (по Чистяковой), ритмическая гимнастика. В) на свежем воздухе 20 минут по существу это насыщенная разнообразной двигательной деятельностью утренняя прогулка.</p>
<p>3.Свободная деятельность: а) игровая деятельность б) индивидуальная работа</p>	<p>А) свободная игровая деятельность, сюжетно-ролевая игра, игры с правилами, способствующие улучшению психического и физического здоровья; Б) использование элементов арт-, слово-, изо-, сказкотерапии.</p>
<p>4.Завтрак: а) эстетическое оформление блюд; б) спокойная обстановка во время еды;  в) гигиеническое полоскание рта г) прием чеснока, лука.</p>	<p>А) привлечение к эстетическому оформлению блюд работников пищеблока; Б) воспитатель и помощник спокойным тоном рассказывает о названии блюд, чем они полезны, учит правильно пользоваться столовыми приборами; В) обучение детей правильному полосканию, пояснение пользы процедуры; Г) профилактика простудных заболеваний.</p>
<p>5.Занятия А) динамические (физкультура, музыкальные занятия, ритмика);  Б) занятия со статическим положением тела (сенсорика, изо, развитие речи и т.д.)</p>	<p>А) использование занятий всех типов; достижение эффекта «мышечной радости»; содействие созданию положительного психоэмоционального состояния; использование элементов оздоравливающих технологий; игровой массаж (самомассаж), дыхательная, звуковая, артикуляционная, пальчиковая гимнастика, психогимнастика, упражнения для профилактики и укрепления осанки, плоскостопия; использование функциональной музыки.  Б) занятия с включением двигательных компонентов; включение в занятия элементов психологической направленности; дыхательные упражнения, звукоподражательная арттерапия; психогимнастические этюды, пальчиковая, артикуляционная гимнастика, элементы релаксации и аутотренинга; создание положительного эмоционального настроения, использование функциональной музыки..</p>
<p>6.Свободная деятельность А) игры средней подвижности, игры с правилами; Б) индивидуальная работа</p>	<p>См. пункт 3 (а)  См пункт 3 (б)</p>
<p>7.Сокотерапия, фрукты</p>	<p>Круглый год</p>
<p>8.Подготовка к прогулке, прогулка: а) одевание  б) наблюдение  в) игры</p>	<p>А) беседы. Обучение самообслуживанию, использование музыкотерапии, совместного пения. Б) формирования умения радоваться окружающему миру, видеть красоту в окружающем, учить бережному отношению к природе; В) подвижные и спокойные игры на коррекцию</p>

	<p>г) трудовые поручения, коллективный труд;</p> <p>д) самостоятельная игровая деятельность;</p> <p>е) элементы туризма</p> <p>ж) хождение босиком, воздушные и солнечные ванны (летом)</p> <p>з) зимние забавы.</p>	<p>основных видов движений и психоэмоционального состояния; создание среды, активизирующий двигательную активность: классики. Дорожки, лесенки и т.д.; обеспечение детей атрибутами, развивающими двигательные возможности детей: мячи, скакалки, обручи, ракетки и т.д.;</p> <p>Г) создание условий для выполнения трудовых поручений. Воспитание трудолюбия (трудотерапия);</p> <p>Д) формирование у детей умений играть дружно, договариваться о совместной игровой деятельности.</p> <p>Е) короткие экскурсии, адаптация к окружающей среде, обучение правилам поведения в природе и обществе;</p> <p>Ж) хождение по траве, песку, камушкам (закаливание, профилактика плоскостопия, элементы рефлексотерапии); дозированное пребывание на солнце; дыхательные упражнения; игры с водой.</p> <p>З) катание на санках, лыжах, с горки, по ледяным дорожкам, игры со снегом.</p>
	9. Возвращение с прогулки	См пункт 7(а), контрастная ванна для рук
	10. Подготовка к обеду, обед..	См. Пункт 2(а). 4(а,б,в)
	<p>11. Подготовка ко сну, сон:</p> <p>а) закаливающие мероприятия</p> <p>б) чтение стихов, коротких сказок, пение колыбельных;</p> <p>в) функциональная музыка;</p> <p>г) разрешение брать с собой игрушки;</p> <p>д) укрывание и поглаживание детей</p> <p>е) сон в хорошо проветриваемом помещении;</p> <p>ж) соблюдение тишины</p> <p>з) постепенное пробуждение и подъем с использованием функциональной музыки;</p> <p>и) игровая оздоровительная гимнастика после дневного сна</p> <p>к) одевание.</p>	<p>А) проведение до сна и после сна:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- воздушного закаливания</li> <li>- водного закаливания</li> <li>- точечного массажа,</li> <li>- хождение по разным плоскостям (профилактика плоскостопия, элементы рефлексотерапии, закаливание);</li> </ul> <p>Б) содержание спокойное, голос воспитателя тихий;</p> <p>;</p> <p>В) использование функциональной музыки</p> <p>Г) спокойная музыка, колыбельная;</p> <p>Д) проверить как укрыты, каждого погладить, сказать спокойные слова;;</p> <p>Е) проветривание в период прогулки детей.</p> <p>Ж) медленный постепенный подъем с учетом индивидуальных особенностей, под музыку «пробуждение», слова воспитателя (музыка и слова одни и те же, могут меняться через длительный срок, элементы новизны), после смены используются долго;</p> <p>З) термины «гимнастика пробуждения» и «музыка пробуждения» взяты у Н.Н. Ефименко; элементы самомассажа, звуковая гимнастика Лобанова (элементы комплекса), игровой массаж А. Уманской и К. Динеики, очистительное дыхание и т.д.</p> <p>К) см. пункт 1(б)</p>

	12. Свободная деятельность	А-3) повышение общего тонуса, профилактика и коррекция нервно-психических нарушений, развитие памяти, внимания, коррекция движений и других психических качеств; коррекционная работа по знаниям, умениям, навыкам.
	13. Полдник А) мытье рук Б) спокойная обстановка во время еды В) гигиеническое полоскание рта	А) См. пункт 2 (а) Б) См. пункт 4 (б)  В) см. пункт 4(в)
	14. Подготовка к прогулке, прогулка	См. пункт 8 (а,б,в,г,д,е,ж,з)
	15. Ужин	См. пункт 2 (а), 4(а,б,в)
	16. Вечер	См. пункт 12 (а,б,в,г, д, е, ж)

#### Психологические мероприятий на занятиях в режиме дня.

возраст	содержание	Организационно-методические указания
1	2	3
Старшая и подготовительная группы	<p>1 Утренний прием: А) встречи, касания, минуты вхождения в день («Доброе утро, малыш») С использованием музыкотерапии, слова,, - арттерапии-сказка</p> <p>Игра «Марусенька» касание ладошек - передача домашнего тепла друг другу. Игра 2 лавита», «Мои плечи хороши», у соседа лучше»</p> <p>Б) добрая мысль миру В) открытие красоты- пусть каждый день начинается с минуты созерцания, любования, восклицания.</p>	<p>А) Развитие культуры чувств у детей, встречи с прекрасным: картиной, музыкой, словом, способными заговорить малыша. Минуты созерцания, любования особенно необходимы в начале дня, чтобы сразу же настроить ребенка на доброжелательность, спокойствие, веру и любовь к себе и ко всем окружающим. Минутами вхождения в день можно назвать такие встречи, в ходе которых особое внимание уделяется минутам наблюдений, раздумий и любований. Для более глубокого восприятия увиденного. Создания соответствующего настроения, необходимо использовать музыку. Выбор темы для начала дня многими и самыми разными обстоятельствами, но важно уловить те интонации познания окружающего мира, которые позволяют каждому ребенку почувствовать себя сопричастным к доброму и прекрасному, что открывает для него в этом мире. Иногда рекомендуется проводить минуты вхождения в день с зеркалами, чтобы полюбоваться неповторимостью своих глаз, губ, улыбки.</p> <p>Б) Мы желаем здоровья всем людям на Земле. В) Полюбоваться зеркалом лужицы, отражением в нем неба, облаков, деревьев, нас самих. Подуть на воду лужицы, стерев рисунок, и опять дожидаться отражения в нем. Во время рассматривания картин, главной задачей</p>

	<p>Г) тропа здоровья: хлопками пробуждаем солнышко и радость внутри себя, медитационная ходьба и бег, прыжки, упражнения в кругу и в рассыпную</p> <p>Самостоятельная игровая деятельность</p> <p>Д) психогимнастика Е) игровая деятельность по интересам</p> <p>Ж) развивающие игры</p> <p>З) нежные игры, упражнения, игры поддержки («Ты не один в мире»)</p> <p>И) игры на воображение К) народные игры</p> <p>Л) игротерапия</p>	<p>для педагога является не стремление наполнить детей знаниями, а развить в них чувства, умение видеть и наслаждаться искусством. Музыка, яркие строки стихов или прозы, помогут почувствовать настроение художника и вызвать свое состояние. «До тех пор, пока ребенок не пережил красоты слова, музыки, картины природы – нельзя начинать обучение» это вывод В.А. Сухомлинского.</p> <p>Г) Зажечь внутри себя «солнышко», обняться с небом, поклониться матушке Земле до полу, изображать волны, стать ветряной мельницей, сделать круг дружбы – обняться за плечи, покачаться произнося: «Пусть миру будет хорошо от того, что мы есть», сойтись в «тугой кулачок»: Вместе (о счастье!). Отводится от 6-10 мин. Является своеобразной психической разгрузкой для детей.</p> <p>Д) развитие психоэмоциональной сферы; Е) создание благоприятной окружающей и психоэмоциональной сферы для совместной игровой деятельности.</p> <p>Ж) назовите 5 мелких предметов, которые ты видишь: 5 красных, 5 длинных и т.д. З) Нежные игры: «кривая доска», «Хромой петушок» Дети сидят в кругу, ведущий прихрамывает, идет внутри круга, как бы устав, присаживается на колени товарища, тот должен его приласкать; погладить, шепнуть ласковое слово – после этого они меняются ролями. Игры поддержки: «Ты не один в мире», когда кто-то устал или огорчился, все становятся в круг и поддерживают его по цепочке рукопожатиями и сдувают с ладошки поцелуй.</p> <p>И) игры на развитие воображения; предложить детям поднять вверх руку и мысленно увеличить ее так, чтобы можно было погладить по «макушке» деревце. Л) развлекательные (контактные) – коррекционное направление + обучающие; развлекающие + обучающие + контрольные.</p>
	<p>2. Утренняя гимнастика: а) комплекс ОРУ</p> <p>б) оздоровительная утренняя гимнастика (компонент физической терапии) Физкультурная терапия по своей структуре может различаться, но четыре основных компонента в них должны быть обязательными:</p>	<p>А) с включением дыхательных упражнений, упражнений на формирование осанки, психогимнастических этюдов (по Чистяковой), ритмическая гимнастика, из серии подвижных игр, на полосе препятствий, виброгимнастика.</p> <p>Б) Утренняя терапевтическая гимнастика (оздоровительная утренняя гимнастика) – это комплекс мер физического и психического воздействия, способствующих профилактике психоэмоционального напряжения детей, тренировке сердечнососудистой системы, развитию способности организма лучше усваивать кислород. Терапевтическая утренняя гимнастика всегда (кроме</p>

	<p>утренняя терапевтическая гимнастика, оздоровительный бег, пешие прогулки, закаливающие процедуры. Общий круг физкультурной терапии рассчитан на 2-3 месяца в зависимости от индивидуально-психологического состояния ребенка.</p>	<p>случаев неблагоприятной погоды), проводится на свежем воздухе не менее 30 минут. По существу это насыщенная разнообразной двигательной деятельностью утренняя прогулка. Ее место в режиме дня определено достаточно для каждой возрастной группы, начиная с 3-х летнего возраста. Характер погоды и условия сезона должны быть обязательно учтены - это обуславливает вариативность утренней гимнастики.</p> <p>1 вариант – для нормальной по сезону погоды. Классическая схема –</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разминка, упражнения, которые дети подбирают каждый для себя самостоятельно из разученных ранее на физкультурных занятиях;</li> <li>- оздоровительный бег ( бег в медленном темпе);</li> <li>- релаксация, способствующая быстрому возвращению пульса к исходным величинам;</li> <li>- упражнения общеразвивающего характера, хорошо знакомые и любимые детьми;</li> <li>- самостоятельная двигательная деятельность в течении 8-18 минут;</li> <li>- специальные оздоровительные игры;</li> <li>- упражнения на восстановление дыхания, специальные упражнения на улучшение координации движений, элементы оздоровительной дыхательной гимнастики;</li> <li>- водные закаливающие процедуры;</li> <li>- аутогенная тренировка.</li> </ul> <p>2 вариант – при ветреной погоде, исключить ОРУ и самостоятельную двигательную деятельность. Целесообразно организовать упражнения на полосе препятствий по типу «крайстренга» (круговой тренировки), при этом следить чтобы нагрузка на различные группы мышц была последовательной, сбалансированной и соответствовала возможностям детей. полосу препятствий каждый ребенок проходит в индивидуальном темпе, торопить детей не стоит. Количество повторений должно также зависеть от их желаний.</p> <p>3 вариант – очень легкий морозящий дождь или после дождя. После оздоровительного бега проводится серия подвижных игр, упражнения на координацию движений и дыхательная гимнастика.</p> <p>4 вариант – для нестабильной и неблагоприятной погоды (негуляльные дни) может проходить в физкультурном зале танцевальная разминка, работа на тренажерах, занятия на импровизированной полосе препятствий, хороший эффект положительного психоэмоционального состояния детей – включение в комплекс специальных оздоровительных игр.</p> <p>В) оказание благоприятного воздействия на</p>
--	--	---

		внутренние органы, выходящие на бтоактивные точки пальцев: сердце, легкие, печень, кишечник.
	<p>3.Свободная деятельность:</p> <p>а) словотерапия; детские монологи, разговоры о всякой всячине или сочинительстве (ежедневно).</p> <p>Б) игры на развитие воображения;</p> <p>В) индивидуальная работа с детьми, игры и упражнения на развитие внимания, памяти, мышления.</p> <p>Г) игровая деятельность</p> <p>Д) арттерапия</p> <p>Е) элементы релаксации и аутотренинга</p>	<p>А) чтение сказок, сказок, беседы с детьми;</p> <p>Б) как можно чаще , но обязательно 1 раз в неделю</p> <p>В) использование слов – арттерапия</p> <p>Г) игры с любимыми игрушками</p> <p>Д) обыгрывание сюжетов сказок, совместное пение; пальчиковый, кукольный театр, ряженье.</p> <p>Е) формирование навыков расслабления и психомышечной тренировки,снятие мышечного и психоэмоционального напряжения.</p>
	<p>4.Завтрак:</p> <p>а) в качестве средства профилактики психоэмоционального напряжения прием пищи организовывается как большая релаксационная пауза</p> <p>б) использование технологии «семейного стола» (для получения не только еды, но и от общения со сверстниками и взрослыми</p> <p>В) научить детей быть хозяином стола;</p>	<p>А)для этого :звучит спокойная музыка, эстетическое оформление блюд, спокойный тон воспитателя и помощника воспитателя; сервировка должна быть полной.</p> <p>Б) взрослые должны есть вместе с детьми;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ха столом дети должны общаться,</li> <li>- за столом должен быть глава, хозяин, хозяйка</li> <li>- манеры детей за столом обсуждению не подлежат;</li> </ul> <p>Особенно тщательной психологической подготовки требует общение с детьми во время еды. Воспитателю подобрать примерную тематику бесед. Главное – беседы не должны носить обучающего и назидательного характера.. Разговор следует вести на нейтральные темы: о продуктах, из которых приготовлен завтрак, обед, о том, что из еды детям больше всего нравится, поделиться впечатлениями о прошедшем отрезке дня и т.д.</p> <p>Беседа ведется при двух условиях:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- если в это время во рту у него нет пищи;</li> <li>- если он вступил в разговор, не перебив другого сотрапезника. Роль воспитателя заключается в контроле за соблюдением этих условий, а также в том, чтобы ребенку довести мысль до конца.</li> </ul> <p>В) Учатся они этому у взрослого. В семье во главе стола сидит хозяин или хозяйка. Они руководят застольем: ведут беседу, предлагают еду, убирают освободившуюся посуду, следят за соблюдением принятых правил. Сначала на роль хозяина назначает воспитатель, помогает ему с ней справиться. По мере того, как маленький коллектив сотрапезников превратится в дружескую компанию, выбирать «главу» стола должны дети. Неплохо периодически обсуждать с детьми, как</p>

	<p>Г) не следует принуждать ребенка. Каждый человек рождается на свет с присущим только ему хорошо функционирующими механизмом голода, который показывает, когда следует есть, и когда остановиться;</p> <p>Д) установить с детьми правила культуры общения (главное, эти правила должны быть с детьми осознаны)</p> <p>Е) гигиеническое полоскание рта;</p> <p>Ж) ароматерапия.</p>	<p>справился ребенок с ролью хозяина. При этом внимание акцентируется на том, что у ребенка получилось лучше всего.</p> <p>Г) вмешательство в деятельность этого тонкого устройства может вызвать серьезные эмоциональные трудности в развитии ребенка, которые, возможно, будут проявляться в течении всей жизни.</p> <p>Д) правил должно быть немного, чтобы дети могли держать их в памяти. Как и любые инструкции, правила должны иметь четкие формулировки. Единственный запрет: обсуждать манеры приема пищи. В этом случае беседы должны быть интимными.</p> <p>Е) рассказ о необходимости, пользе полоскания рта.</p>
	<p>5.Занятия</p> <p>А) динамические (физкультура, музыкальные занятия, ритмика), проведение всех видов занятий, дифференцированный подход, использование элементов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- психогимнастики;</li> <li>- пальчиковой, артикуляционной, звуковой гимнастики</li> <li>- дыхательной гимнастики;</li> <li>- включение закаливающих процедур в занятие.</li> </ul> <p>Б) занятия со статическим положением тела (сенсорика, изо, развитие речи и т.д.)</p> <p>В) радикальное использование двигательных эмоционально-психических разгрузок в режиме дня и на занятиях</p> <p>- физкультурные минутки;</p>	<p>А) индивидуальный подход с учетом физического развития детей и их здоровья, создание благоприятного эмоционального фона.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- развитие психоэмоциональной сферы.</li> <li>- развитие мелкой моторики и артикуляционного аппарата, стимуляция речевых зон, профилактики простудных заболеваний.</li> <li>- повышение жизненного тонуса, тренировка дыхательных мышц, мышц, удерживающих осанку в физиологически правильном положении, профилактика простудных заболеваний органов дыхания, коррекция и реабилитация после ОРЗ, ОРВИ, гриппа и т.д., закрепление навыков правильного дыхания.</li> <li>- хождение босиком в облегченной одежде, сухое, влажное обтирание, игровой массаж.</li> </ul> <p>Б) использование элементов оздоравливающих воздействий:</p> <p>Системы двигательных и эмоционально – психологических разгрузок, форм и методов активного обучения, варьирование программного материала и форм его усвоения с учетом работоспособности и развития детей, индивидуально-дифференцированная работа.</p> <p>В) Продолжительность непрерывного внимания у детей 6-7 лет в среднем 12-15 минут, малыши только 1,5-2 минуты, старшие дети 3-4 минуты. Поэтому в учебном процессе придается большое значение использованию малых форм активного отдыха и психологической разгрузки. Можно использовать несколько вариантов на одном занятии.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- их длительность составляет 1,5- 2 минуты. Они проводятся в форме разнообразных комплексов физических упражнений (6-8 упражнений) с</li> </ul>

	<p>- минутки здоровья;</p> <p>- двигательные разрядки</p> <p>Г) основные принципы рациональной организации методики проведения занятий.</p> <p>Д) индивидуально-дифференцированная работа с детьми, имеющими разные функциональные возможности.</p> <p>Главные задачи при работе</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- с детьми имеющими уровень развития высокий и выше среднего</li> <li>- с недостаточной работоспособностью</li> </ul>	<p>выходом из-за стола.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- длительность 1,5-2 минуты. Проводится по мере необходимости в виде: комплексов упражнений для снятия напряжения мышц спины, глаз, шеи, сидя или стоя за столами; массаж рук; пальчиковая гимнастика; дыхательная гимнастика; элементы релаксации.</li> <li>- в процессе занятий длительность 3-5 минут в виде игр, содержание которых подбиралось в соответствии с программными материалами; между занятиями длительностью до 5 минут в виде подвижных игр средней интенсивности, танцевальных движений, физических упражнений в соответствии с возможностями и интересами детей, элементов релаксации; музыка в процессе и между ними, что способствует снятию психоэмоционального напряжения, коррекции настроения и отдельных черт характера детей.</li> </ul> <p>Г) - соблюдение гигиенических требований к подготовке и проведению на занятиях.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- эффективная организация детей на занятиях (расстановка мебели, удобное расположение материала и др.)</li> <li>- использование разных видов вариантов двигательных и оздоровительных разрядок;</li> <li>- грамотная, четкая, эмоциональная речь воспитателя, доброжелательный тон.</li> <li>- авансирование успешности в обучении (поощрение, отказ от отрицательных оценок, похвала и т.д.)</li> <li>- создание положительного эмоционального психологического микроклимата;</li> <li>- широкое использование методов и приемов прежде всего проблемного обучения, повышающих интерес детей к занятиям, особенно с расширенным умственным содержанием.</li> </ul> <p>Д) основными направлениями этой работы являются применение индивидуально-дифференцированных приемов на общегрупповых занятиях и введение специальных подготовительных занятий.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- не сдерживать развитие детей;</li> <li>- опираться на самоконтроль ребенка;</li> <li>- использовать более сложные варианты учебных заданий;</li> <li>- предоставлять возможность для оказания помощи своим сверстникам, испытывающим определенные трудности в учебной деятельности.</li> <li>- прививать интерес и положительное отношение к занятиям, особенно с повышенным умственным содержанием;</li> <li>- стимулировать учебную деятельность (создание ситуации успеха, поощрение, подбадривание и т.п.); стараться ликвидировать проблемы в знаниях, навыках и умениях;</li> <li>- постепенно увеличивать объем и сложность</li> </ul>
--	---	---

	<p>Е) методы и приемы работы на общегрупповых занятиях;  Ж) проведение специальных подготовительных занятий.  Организация подобных занятий предполагает выполнение следующих задач;</p> <p>Схема построения занятий включает:</p> <p>З) введение интегрированных занятий, что способствует снижению учебной нагрузки</p> <p>И) каникулы или недели здоровья, являются одной из эффективных форм активного отдыха детей.</p>	<p>заданий;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- развивать мыслительные процессы и эмоционально-волевые усилия.</li> </ul> <p>Е) стр .26-27 (Л. В. Гаврючина Здоровьесберегающие технологии в ДОУ )  Ж) – предварительная подготовка детей к условию программного материала на предстоящем фронтальном занятии:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- устранение пробелов в общей подготовленности детей;</li> <li>- формирование положительного отношения и интереса к занятиям, особенно с повышенным умственным содержанием;</li> <li>- выяснение знаний детей по программному содержанию предстоящего группового занятия;</li> <li>- частичное ознакомление детей с содержанием занятия;</li> <li>- выполнение детьми некоторых заданий. Задания проводятся с одним – тремя детьми в любое время в режиме дня. Свободное от организованных видов деятельности. Длительность занятий 5-10 минут в зависимости от возраста, индивидуальных особенностей детей и задач занятия. Содержание занятия строится на материале дидактических игр, игровых упражнений.</li> </ul> <p>З) проводится 1-2 раза в месяц (в каждой возрастной группе); их содержание строится на знакомом материале, а учебные задачи решаются во взаимосвязи с разными методами и видами детской деятельности. Такие занятия дают детям умственное представление об изучаемом материале, способствуют снятию стрессообразующих факторов в процессе занятий. Создают ситуацию успеха у каждого ребенка. Кроме этого, они позволяют сократить общее количество времени в режиме дня на учебную деятельность.</p> <p>И) проведение каникулярного отдыха способствует: снятию утомления детского организма, накопившемуся в течении определенного времени в связи с ежедневной нагрузкой на занятиях, восстановлению физических и психических сил ребенка;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- укреплению здоровья и закаливанию детей;</li> <li>- повышению двигательной активности и накоплению положительных эмоций;</li> <li>- созданию условий для самостоятельной деятельности детей.</li> </ul> <p>..</p>
	6.Свободная деятельность	См. пункт 3 (а,б,в,г,д,е)
	7.Сокотерапия, фрукты	Круглый год
	8.Подготовка к прогулке, прогулка: а)подготовка различных	

	<p>вариантов прогулок</p> <p>б) наблюдение</p> <p>в) игры</p> <p>г) подвижные игры с оздоровительным эффектом.</p> <p>д) оздоровительные игры</p> <p>е) трудовые поручения, коллективный труд;</p> <p>ж) самостоятельная игровая деятельность;</p> <p>з) организация психотерапевтических прогулок (как компонент физкультурной терапии).</p> <p>и) оздоровительный бег</p> <p>к) дозированная ходьба.</p> <p>л) пешие переходы и малый туризм</p> <p>м) хождение босиком, воздушные и солнечные ванны (летом)</p> <p>н) зимние забавы</p>	<p>Б) формирования умения радоваться окружающему миру, видеть красоту в окружающем, учить бережному отношению к природе;</p> <p>В) подвижные и спокойные игры на коррекцию основных видов движений и психоэмоционального состояния;</p> <p>Г) развитие физических качеств, профилактика нарушений осанки, формирование осанки, свода стопы, правильного дыхания, равновесия, быстроты реакции, ориентировки в пространстве, укрепление мышц ребенка.</p> <p>Д) предназначены для профилактики утомления. Вызванного интенсивными интеллектуальными нагрузками. Кроме релаксационной они выполняют коммуникативную, развлекательную и воспитательную функции. Длительность зависит от их содержания и может варьировать от 1 до 2 минут. Общая длительность составляет 4-6 минут.</p> <p>Е) создание условий для выполнения трудовых поручений; воспитание трудолюбия, трудотерапия.</p> <p>Ж) формирование у детей умений играть дружно, договариваться о совместной игровой деятельности.</p> <p>З) психотерапевтическая прогулка – это пешая прогулка, основную часть которой составляет спортивная ходьба. В месячной программе физкультурной терапии таких прогулок должно быть не менее 4-6. Протяженность зависит от сезона и возраста детей. Короткий – 400м (200 туда и 200 обратно) Самый протяженный маршрут 3 км (1,5 туда и 1,5 км обратно)</p> <p>И) как средство профилактики и совершенствования функционирования сердечнососудистой системы и профилактики психоэмоционального напряжения детей. Бег улучшает подвижность нервных процессов и повышает психический тонус, способствует развитию памяти, внимания, устранению речевых депрессий.</p> <p>Л) развитие двигательных возможностей, выносливость, создание радостного настроения от общения с природой.</p> <p>М) см. среднюю группу</p> <p>Н) см. среднюю группу</p>
	<p>9. Возвращение с прогулки</p> <p>А) гигиенические процедуры;</p> <p>Б) закаливающие процедуры;</p> <p>В) аутогенная тренировка.</p>	<p>Упражнения аутогенной тренировки должны проводиться 1 раз в день, не ранее чем через час после еды.</p>
	<p>10. Подготовка к обеду, обед..</p>	<p>См. Пункт 4(а,б,в,г,д,е)</p>

	<p>11. Подготовка ко сну, сон:</p> <p>а) закаливающие мероприятия</p> <p>б) спальная комната в любое время года перед сном детей должна хорошо проветрена.</p> <p>в) раздеваться детям лучше в групповой комнате;</p> <p>г) спать лучше в одних трусиках, без маек;</p> <p>д) предоставить детям право выбора соседа по кровати;</p> <p>е) выработать рефлекс на быстрое засыпание. Психогимнастика засыпания и пробуждения.</p> <p>ж) расслабляющие, успокаивающие теплые ванны.</p> <p>з) использование ароматизированных подушек, фитоподушечки.</p>	<p>В) тогда можно будет разрешить детям вставать с постели по мере пробуждения. Одеваясь они не будут мешать спать другим детям.</p> <p>Г) детскому тельцу без лишней одежды комфортней. К тому же под одеялом температура 39-40 градусов. Пока ребенок застилает постель в которой спал, и выходит в групповую комнату, чтобы одеться, он получает прекрасную контрастную ванну с разницей в 20 градусов.</p> <p>Д) предложить детям разбиться на небольшие группы по 3-4 человека и устроить в общей спальне «свои маленькие спаленки». В свои условные комнатки дети могут принести из дома любимые игрушки, с которыми привыкли засыпать дома. Родители могут сделать оригинальные мягкие коврики, непохожие один на другой, на стене разместить фотографии близких. Можно найти место. Где дети будут хранить свои «сокровища». Условия сохранения «комнаты» только одно – соблюдать в спальне установленные воспитателем правила. Детей учить правилам общежития, Нарушители теряют право на свою комнату.</p> <p>Е) при тщательном соблюдении условий укладывания - дети засыпают через 5-7 минут. В момент укладывания должна звучать фоновая музыка. Когда все дети лягут, нужно включить запись шума морского прибоя или дождя. Эти звуки дети должны слышать изо дня в день. обязательно пение колыбельных песен воспитателем. Закончив пение колыбельной, воспитатель должен подойти к каждому ребенку и тихо прошептать только для него предназначенное ласковое слово. Быстрый эффект дает нежное поглаживание едва касаясь волос, бровей. Головы ребенка, его лба, рук, плеч. При умелых действиях воспитателя ребенок тотчас расслабляется и засыпает. Уложив и поправив всем одеяло, воспитатель присаживается в кресло, принимает удобную позу, расслабляется. Ее состояние непременно передается детям. Они спокойно спят.</p> <p>Ж) хороший успокаивающий эффект дают теплые ножные ванны (особенно с отваром трав) перед дневным сном (для детей ЧБД) после ванны надевают носочки. (Для проведения этой процедуры достаточны небольшие пластмассовые тапки). Теплые ванны для рук. В ванночки наливается теплая вода, и детям предлагается купать игрушки из мягкого паралона. Можно в воду добавить отвары трав валерианы, пустырника. Хороший эффект дает добавление в воду специальных ароматических масел, обладающих успокаивающим действием: ромашкового, лавандового, мятного. Длительность такой процедуры 8-10 минут, после чего детей укладывают спать. Сон после нее</p>
--	---	---

	<p>и) держать детей в постели после пробуждения не следует.</p> <p>к) «гимнастика « пробуждения « комплекс упражнений (традиционный)), игровая оздоровительная гимнастика.</p>	<p>крепкий.</p> <p>И) они начинают нервничать, шалить, у них развиваются навыки негативного поведения, могут появиться вредные привычки. Чтобы детям было чем заняться после пробуждения можно предложить им выполнить по «кубикам здоровья» несколько несложных упражнений, пройтись по дорожке «здоровья», полосе препятствий. Выполнить игровой массаж (По Алямовской) на выполнение этих действий уходит 15-20 минут. В этом случае дети заняты делом, не мешают спать другим.</p> <p>К) термины «гимнастика пробуждения» и «музыка пробуждения» взяты у Н.И. Ефименко; элементы самомассажа, звуковая гимнастика Лобанова, игровой массаж А Уманской и И. Динейки, очистительное дыхание, дыхательная и звуковая гимнастика по А. Стрельниковой (полный комплекс), пальчиковая гимнастика (в полном объеме) «Дорожки здоровья» (в соответствии с возрастом); элементы упражнений хатха-йога (полный комплекс; вибрационно-вокальные упражнения Лазарева; звуковая и вибрационная гимнастика Востока (полный комплекс), лечебные игры Галанова (в соответствии с возрастом): антистрессовый и интеллектуальный массажи (полный комплекс)..</p>
	<p>12.Свободная деятельность</p> <p>А) сюжетно-ролевые игры</p> <p>Б) игры с правилами</p> <p>В) подвижные игры)</p> <p>Г) индивидуальная работа</p> <p>Д) игры –драматизации</p> <p>Е) дидактические игры</p> <p>Ж) психогимнастика</p> <p>З) Лечебные игры Галанова</p> <p>И) арт-терапия</p> <p>К) режиссерская игра.</p> <p>Л) еженедельные традиции</p> <p>М) ежемесячные традиции</p> <p>Н) ежегодные традиции (с</p>	<p>А-з) повышение общего жизненного тонуса, профилактика и коррекция нервно-психических нарушений, развитие памяти, внимания, коррекция движений и других психических качеств; коррекционная работа по знаниям, умениям, навыкам.</p> <p>Ж) изо-деятельность, хоровое пение, хореография; создание благоприятного психологического климата, оздоравливающие компоненты (дыхание, осанка, стопа, мелкая моторика, артаппарат и т.п.)</p> <p>К) взаимодействие с детьми дифференцированно, в зависимости от уровня освоения режиссерской игры. Педагогическое сопровождение режиссерских игр осуществляет поэтапно. Непременным условием для проявления творческого начала у детей в играх является: динамическая предметная среда, гибкая позиция воспитателя в игровом взаимодействии с детьми и степень развития игровой деятельности в группе.</p> <p>Л) «Сладкий вечер», «Воробьиная дискотека», «Дарение маленьких подарков детям младших групп»</p> <p>М) «День рождения», «День Здоровья».</p> <p>Н) «Осенние фантазии» с участием детей и</p>

	<p>целью благоприятного психологического климата, эмоционального благополучия.</p>	<p>взрослых. «Театральная неделя».</p> <p>О) «Обсуждение прожитого дня»беседа с детьми «кто был сегодня самым вежливым» не обиде ли ты кого-нибудь С кем интересно тебе было играть? Самый трудолюбивый. У кого больше добрых дел на дереве «Добрых дел». Во время таких бесед каждый ребенок узнает себе все только положительное, хорошее, а также узнает достоинства других. Акция «Мы собираем радостных кукол» (игрушки. Атрибуты для театра, оркестра из бросового материала). Выставка этих игрушек, атрибутов. Пособий «В каморке у папы Карло». Летний конкурс песочных построек (знакомит детей со свойствами песка воды. Но главное – дает возможность экспериментировать, фантазировать, думать. Выставка детских рисунков «день защиты детей». Конкурс чтецов «У природы нет плохой погоды»</p>
	<p>17. Полдник А) мытье рук Б) спокойная обстановка во время еды В) фоновая музыка В) гигиеническое полоскание рта</p>	<p>См. пункт 4 (а,б,в,г,з)</p>
	<p>18. Подготовка к прогулке, прогулка</p>	<p>См. пункт 8 (а,б,в,г,д,е,ж,з)</p>
	<p>19. Ужин</p>	<p>См. пункт 4 (а,б,в,г,з)</p>
	<p>20. Вечер</p>	<p>См. пункт 12 (а - и)</p>



## Методическое обеспечение проекта «Психологическое сопровождение ребенка»

Психологическое сопровождение ребенка	<p>Новиковская «Сборник развивающих игр с песком и водой для дошкольников» С-Пб «Детство - Пресс»2010</p> <p>Рыжова Л.. Методика работы со сказкой.- СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2011г.</p> <p>- Шипицына Л.М. «Азбука общения» - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2006</p> <p>развитие</p> <p>- «Давай познакомимся» (тренинговое развитие и коррекция эмоционального мира дошкольников 4 - 6 лет</p> <p>- Пазухина И. А. «Давай поиграем!» СПб.: Детство - Пресс,2005</p> <p>«Давай познакомимся» тренинговое развитие и коррекция эмоционального мира дошкольников 4 – 6 лет»</p> <p>- Князева, Маханева «Приобщение детей к русской народной культуре»</p> <p>- Бударина Т.А.«Знакомство детей с русским народным творчеством»</p> <p>- Алямовская В.Г. «Предупреждение психоэмоционального напряжения у детей дошкольного возраста» - М. 2002 год</p>

***2.3 Проект  
«Физическая культура для всех»***



## Технологическая карта проекта.

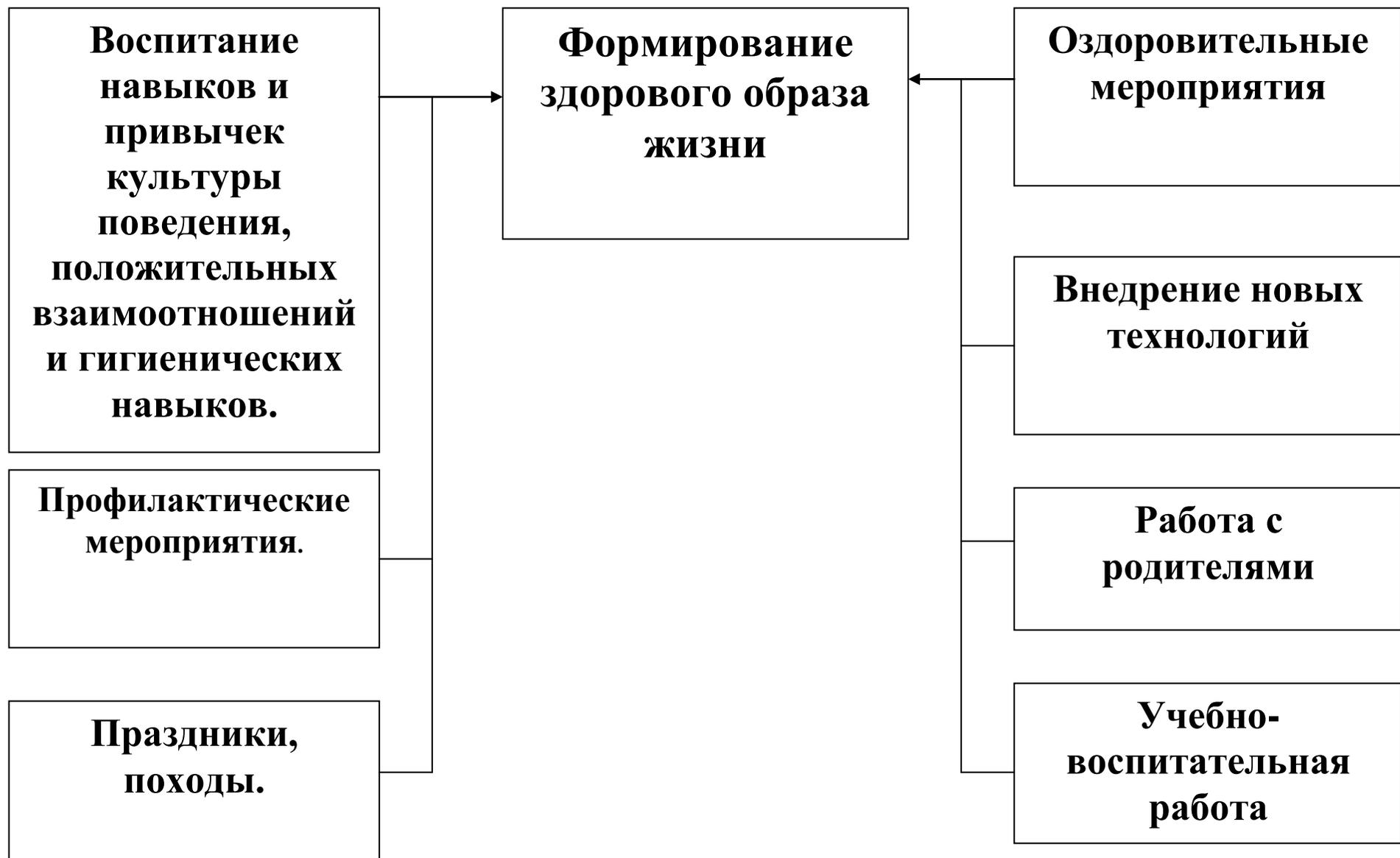
Содержание	Пояснения
<b>Название проекта</b>	«Физическая культура для всех».
<b>Тип</b>	Социально-педагогический.
<b>Участники</b>	Родители, педагоги.
<b>Целевая программа</b>	Воспитанники ДООУ 2-7 лет.
<b>Масштаб</b>	Долгосрочный
<b>Основания для разработки проекта. Проблема</b>	Состояние здоровья детей по данным массовых медицинских обследований ухудшается, одна из причин – культурный кризис общества и как следствие – низкий уровень личностной культуры человека, семьи, образовательного пространства в целом. Представляется значимым решение обозначенной проблемы как можно раньше, еще с дошкольного детства, в условиях дошкольного образовательного учреждения так как очевидно, что становление валеологической культуры обусловлено прежде всего процессом воспитания, педагогическим взаимодействием взрослого с ребенком, широким спектром педагогических средств и приемов.
<b>Цель.</b>	Формирование убеждений и привычки к здоровому образу жизни у детей, педагогов, родителей на основе валеологических знаний («Хочу быть здоровым», «Знаю, как сохранить здоровье», «Буду здоровым»)
<b>Задачи.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Создание условий для формирования здорового образа жизни у детей.</li> <li>2. Формировать у ребенка потребности к здоровому образу жизни через интеграцию усилий педагогов и родителей.</li> <li>3. Создание учебно-методического комплекса, оборудованный для занятий с детьми по ЗОЖ. (Азбука здоровья).</li> <li>4. Организовать предметно-пространственную среду, развивающую у ребенка практические навыки здорового образа жизни.</li> <li>5. Расширять педагогическую компетентность у педагогов.</li> <li>6. Вовлекать родителей в единую деятельность с ребенком по совершенствованию здоровья и здорового образа жизни у детей.</li> </ol>
<b>Стратегии и механизмы реализации.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Дать родителям необходимый объем знаний для укрепления здоровья своего ребенка через наиболее эффективные средства окружающей среды, сил природы, гигиенический факторы, физические упражнения;</li> <li>• Вовлечение родителей в единую деятельность с ребенком по совершенствованию здоровья;</li> <li>• Создание системы работы с детьми, педагогами, родителями.</li> <li>• Составлен рабочий план проведения «Недели здоровья» (в январе, апреле) с указанием конкретных мероприятий, ответственных, сроков.</li> <li>• Разработаны:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- уроки здоровья для дошкольников от 3 до 7 лет для интегрированных, комплексных, тематических занятий.</li> </ul> </li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- условия для развития работы в этом направлении (дидактические игры и пособия, оформление информационных, природно-валеологических уголков для детей).</li> <li>- праздники для всех;</li> <li>- спортивные мероприятия с участием родителей;</li> <li>- положение о проведении малых олимпийских игр; положение клуба заинтересованных родителей «Здоровячек» с составлением плана работы, с указанием конкретных мероприятий, ответственных, сроков.</li> <li>- создана группа здоровья для сотрудников, составлен план работы этой группы.</li> </ul>	
<b>Ожидаемые результаты.</b>	<p>15. Повышение активности родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях в ДОУ совместно с детьми.</p> <p>16. Внедрение различных форм работы по вопросам формирования образа жизни с педагогами и родителями.</p> <p>17. Развитие предметно-пространственной окружающей среды в группах и на участках ДОУ.</p> <p>18. Положительная мотивация к здоровому образу жизни у детей, педагогов, родителей воспитанников.</p> <p>19. Становление у дошкольников ценностей здорового образа жизни (навыки личной гигиены, элементарные представления о пользе физической).</p> <p>20. Снижение числа пропусков посещений детьми детского сада по болезни, семейным обстоятельствам.</p> <p>21. Посещение кружков, секций оздоровительной направленности, бассейна и т.д. педагогами, родителями вместе с детьми.</p>	
<b>Критерии оценки эффективности реализации проекта.</b>	<p>Количественные</p> <p>1. Количество участников проекта:</p> <p>1.1 Количество родителей;;</p> <p>1.2 Количество педагогов ДОУ</p> <p>1.3 Количество детей;</p> <p>1.5. Количество созданных культурных традиций.</p> <p>1.6 Количество педагогов, посещающих кружки, секции оздоровительной направленности, бассейны и т.д.</p> <p>1.7 Количество семей, посещающих к кружки, секции оздоровительной направленности, бассейны и т.д.</p>	<p>Качественные</p> <p>1. Уровень валеологических знаний у детей.</p> <p>2. Уровень сформированности гармоничных детско-родительских взаимоотношений в семье.</p> <p>3. уровень эмоционального состояния ребенка в ДОУ, семье.</p> <p>4. Анкета удовлетворенности родителей проводимой работы в рамках проекта «Физическая культура для всех».</p> <p>5. Уровень заболеваемости.</p> <p>6. Уровень физической подготовленности.</p>
<b>Презентация проекта.</b>	<p>1. Итоговый педсовет. Анализ выполнения проекта.</p> <p>2. Спортивный праздник «Папа, мама и я – спортивная семья».</p>	

## Технологии обучения здоровому образу жизни.

Формы работы	Время проведения в режиме дня, возраст детей	Особенности методики проведения	Ответственные
Физкультурные занятия	Три раза в неделю в спортивном и музыкальном залах, в группе, на улице, начиная с раннего дошкольного возраста.	Занятия проводятся в соответствии с программой, по которой работает детский сад.	Инструктор по физической культуре.
Утренняя гимнастика	Ежедневно, в музыкальном и физкультурном залах, в группе. Все возрастные группы.	Комплексы подбираются в соответствии с возрастными особенностями детей.	Воспитатели
Спортивные игры (баскетбол)	Один раз в неделю в физкультурном зале, начиная со старшего дошкольного возраста. Подгруппа.	По программе Э.Й. Адашквичене, «Баскетбол для дошкольников»	Инструктор по физической культуре.
Занятия по здоровому образу жизни	Один раз в неделю в режимных процессах, как часть и целое занятие по познанию, начиная со второй младшей группы.	Технологии Л.Ф. Тихомировой «Уроки здоровья»	Воспитатель
Веселые старты	Один раз в неделю во второй половине дня в физкультурном и музыкальном залах, на прогулке, начиная со второй младшей группы.	Подвижные игры, игры-эстафеты, игровые упражнения в занимательной, соревновательной форме.	Инструктор по физической культуре.
ОФП (общая физическая подготовленность)	Один раз в неделю в физкультурном зале, подгруппа одаренных детей. Старший дошкольный возраст.	Сверх программы, упражнения на кольцах, канате, силовые гимнастические упражнения.	
Физкультурные досуги, праздники	Один раз в квартал в физкультурном и музыкальном залах, в группе, на прогулке, начиная с младшего дошкольного возраста.	Эффективная форма активного отдыха. Развивает физические качества, формирует социально-эмоциональное развитие.	Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, воспитатели.
СМИ (ситуативные малые игры)	Два раза в месяц в группе в	Ролевая подражательная	Воспитатель

	музыкальном и спортивном залах. Младший дошкольный возраст.	имитационная игра.	
Купание	В летний период, в теплую погоду. Все возраста.		
<b>«Минутки здоровья»</b>			
Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3-5 минут в любое свободное время, в зависимости от интенсивности нагрузки, начиная с младших групп.	Рекомендуется использование наглядного материала, показ педагога.	Воспитатели
Дыхательная гимнастика	В разных формах физкультурно-оздоровительной работы, в любое свободное время начиная с младшего возраста.	Проветривание помещения и обязательная гигиена полости носа перед проведением процедур.	Воспитатели
Игровой массаж и самомассаж.	Ежедневно по 2-3 минуты в любое свободное время, в зависимости от интенсивности нагрузки, начиная с младших групп..	Комплекс приемов механического воздействия на кожу.	Воспитатели
Звуковая гимнастика	Ежедневно по 2-3 минуты в любое свободное время, в зависимости от интенсивности нагрузки, начиная с младших групп.	Голосовые игры	Воспитатели
Упражнения на растягивание позвоночника	Ежедневно по 2-3 минуты в любое свободное время, в зависимости от интенсивности нагрузки, начиная с младших групп.	Упражнения	Воспитатели



## Система работы по формированию интереса к здоровому образу жизни родителей воспитанников.

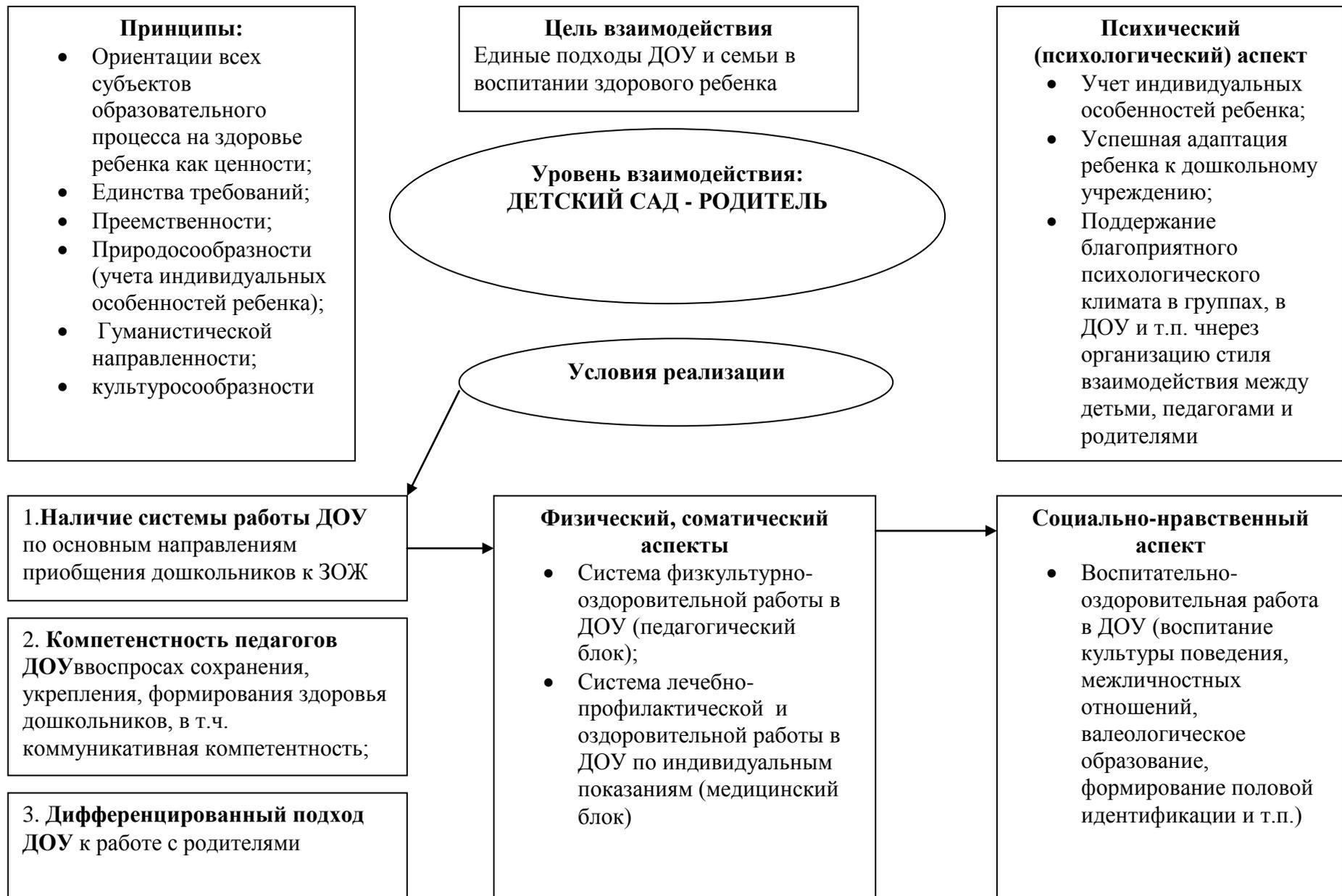
**Цель:** Создание единого образовательного пространства «Детский сад- семья».

**Задачи:**

1. Повысить уровень знаний родителей в области формирования, сохранения и укрепления здоровья детей, здорового образа жизни в семье посредством систематического педагогического и медицинского просвещения.
2. Повысить интерес родителей воспитанников к участию в физкультурных и оздоровительных мероприятиях вместе с детьми.
3. Сформировать положительное отношение к занятиям физкультурой и спортом, к здоровому образу жизни в семье.
4. Оказать адресную квалифицированную помощь родителям воспитанников в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей силами специалистов ДООУ и города.



## Модель взаимодействия ДОО и родителей



## Формы взаимодействия ДОУ и семьи в приобщении дошкольников к ЗОЖ



# Азбука здоровья.

## Занятия

ОБЖ

Развитие речи

Экология

Физкультура (1 раз в 2 мес. с родителями)

Ознакомление с предметным миром

## Вне занятий

Сенсорные развивающие игры

Экскурсии, целевые прогулки

Физкультурно-оздоровительные мероприятия

Дидактические, развивающие игры

Закаливающие мероприятия

Физкультурные досуги

Беседы

Сюжетно-ролевые игры.

Каникулы здоровья

Художественная литература

Игры-драматизации

Досуги, развлечения.

**Календарно-тематическое планирование  
Средняя группа**

Месяц	Азбука здоровья В рамках проекта «Физкультура для всех»
	Содержание
Сентябрь	Главное чудо света – человек.
	Мы все похожие и разные.
	Знакомство детей с правилами личной гигиены.
	Правила поведения и общения.
Октябрь	Основные части тела человека: голова, туловище, руки, ноги, глаза, нос
	Я – девочка и мальчик.
	Для чего нужны мыло, мочалка и полотенце.
Ноябрь	Волшебство вежливых слов
	.Как помогают глаза
	Волшебство вежливых слов
	Как правильно одеваться, чтобы не заболеть.
Декабрь	Что значит быть добрым и злым
	Человек в мире запахов: приятных и неприятных
	Я сын или дочь, внук и внучка.
	Опасные ситуации на улице.
Январь	В нашем доме гости.
	Приятные и неприятные звуки
	Мое имя, имена родителей, бабушки и дедушки.
	Что человеку угрожает дома.
Февраль	Как вести себя за столом.
	Мой ротик. Значение зубов и их гигиена.
	Правила нашего дома
	Нужные и ненужные лекарства.
Март	Добро и зло в сказках
	Что может человек делать руками и ногами
	Праздники в семье.
	Мое настроение
Апрель	Правила дорожного движения
	Кожа – главная одежда человека
	Живой моторчик внутри человека
	Добро и красота, добро и здоровью
Май	Солнце – источник жизни на земле.
	Предупреждение солнечного удара
	Где и с кем можно купаться
	Путешествие в тайну леса.
	Ядовитые растения и грибы

**Комплексно- тематическое планирование  
Старшая группа**

<b>Месяц</b>	<b>Азбука здоровья В рамках проекта «Физкультура для всех»</b>
	<b>Содержание</b>
Сентябрь	Строение человека
	Силачи и тягачи в организме.
	Упражнение на формирование правильной осанки.
	Кто кем командует.
Октябрь	Мозг и его помощники (органы чувств)
	Как путешествует воздух.
	«Кухня» внутри человека.
	Полезные и вредные продукты для человека.
Ноябрь	Живые реки организма
	Вредные привычки и в чем состоит их вред для организма.
	Сигналы тревоги: «01»- пожарная служба, «02» - вызов милиции, «03» - скорая помощь, «04» - служба газа.
	Домашние опасности.
Декабрь	Очень подозрительный тип.
	Что такое здоровье?
	Мой режим дня. Учимся строить свой день по расписанию.
	Уши, носик и глаза помогают нам всегда.
Январь	Сон и его значение
	Правила ухода за руками и ногами
	Польза закаливания. Обтирание влажным полотенцем и обливание водой.
	Какой я , какие другие?
Март	Мои роли в семье, детском саду, магазине и т.д.
	Над чем можно смеяться, а над чем нельзя.
	Что делать, если у тебя плохое настроение.
	Вежливость на каждый день.
Апрель	Правила поведения на улицах города.
	Мои чувства. Мое настроение.
	Поссорились и помирились.
	Домашние опасности
Май	Солнце, воздух и вода – наши верные друзья
	Предупреждение солнечного ожога
	Правила поведения в водоеме.
	Лесные опасности: съедобные и ядовитые грибы.

**Подготовительная к школе группа**

Месяц	Азбука здоровья В рамках проекта «Физкультура для всех»	
Содержание		
Сентябрь	Стержень внутри меня. Что делает кости прочными? Как правильно сидеть, ходить, лежать?	Спорт и спортсмен
	Почему я слышу? Как устроено ухо? Правила ухода за ушами.	
	Моя одежда. Правила ухода за одеждой и обувью. Одевайся по погоде.	Музыкальные занятия по Олимпийской тематике
	Предметы личной гигиены. Для чего они необходимы	
Октябрь	Как устроены глаза? Что защищает глаза и что им может угрожать? Правила улучшения и сохранения зрения.	Боги и люди Олимпии
	Мой режим дня. Зачем делать зарядку.	
	Где я живу, страна, город, улица, дом	
	Я – юный гражданин России. Герб, флаг, гимн – моей страны.	
Ноябрь	Как мы дышим? Дыхательная гимнастика и ее значение. Роль носового дыхание в осенне-зимний период.	Олимпийские игры древности
	Физкультура и закаливание.	
	Проделки королевы Простуды.	
	Какого человека считают умным. Почему? Правила жизни человека.	
Декабрь	Как путешествует пицца? Для чего нужен язык? Какую работу выполняют зубы? Зачем и как нужно чистить зубы?	Возрождение Олимпийских игр
	Правила приема пищи. Режим питания: завтрак, обед, ужин.	
	Правила поведения за столом.	
	Будь осторожен дома – электроприборы.	
Январь	Путь к добру. Хорошие и плохие поступки.	Символика Олимпийских игр
	Моя родословная.	Музыкальные занятия по Олимпийской тематике
	Уважение в семье, к старшим.	Малые Зимние Олимпийские игры
Февраль	Семейные традиции и праздники	Летние и зимние Олимпийские игры
	Мои домашние поручения.	
	Все люди разные.	
Март	Что я люблю? Чего я боюсь? Как победить страх?	Знаменитые олимпийцы современности
	Красота внешняя и внутренняя.	
	Что делает человека счастливым	
	Кошка и собаки – наши соседи.	
Апрель	Зачем нужны дорожные знаки: светофор,	

	пешеходная дорожка и др.	
	Правила поведения в транспорте. Мы пассажиры.	
	Что делать – когда потерялся.	
	Открытые окна. Колющие и режущие предметы.	
Май	Может ли Солнце укусить? Водоемы. Подготовленные для купания: проверено дно , вода. Песок.	
	Поведение во время грозы.	
	Лес – кладовая чудес.	
	О лекарствах зеленой аптеки: календула, крапива, липа, мать – и – мачеха, малина, облепиха и др.	

## Методическое обеспечение проекта «Физическая культура для всех»

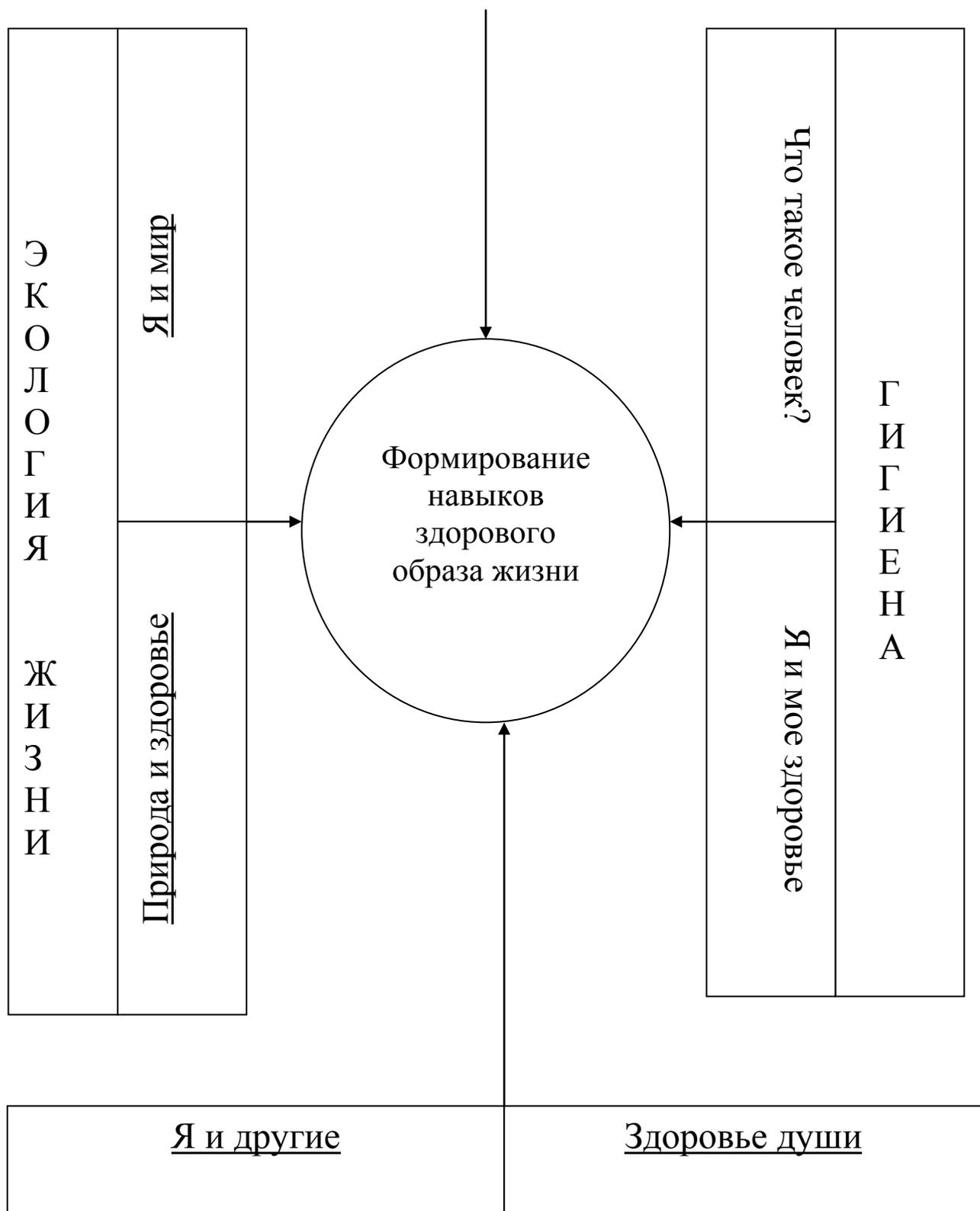
Физическая культура для всех	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Бабаева Т.И., Гогоберидзе А.Г., Солнцева О.В. Примерная образовательная программа дошкольного образования «Детство»/- СПб.: «Детство – пресс», 2014.</li> <li>-Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения – СПб.: «Детство – пресс», 2005.</li> <li>- Дошкольник 4-5 лет в детском саду. Как работать по программе «Детство»/ – СПб.: «Детство – пресс», 2007.</li> <li>- Дошкольник 5 – 7 лет в детском саду. Как работать по программе «Детство»/ – СПб.: «Детство – пресс», 2010.</li> <li>- Младший дошкольник в детском саду. Как работать по программе «Детство»/ Т.И. Бабаева и др. – СПб.: «Детство – пресс», 2007.</li> <li>- Рабочая программа воспитателя по программе «Детство» (подготовительная к школе группа) – Волгоград: «Учитель», 2014.</li> <li>Рабочая программа воспитателя по программе «Детство» (старшая группа) – Волгоград: «Учитель», 2014.</li> <li>- Рабочая программа воспитателя по программе «Детство» (подготовительная к школе группа) – Волгоград: «Учитель», 2014.</li> <li>- Рабочая программа воспитателя по программе «Детство» (вторая младшая группа) – Волгоград: «Учитель», 2014.</li> <li>- Николаева Н.И. Школа мяча. – СПб.: «Детство-пресс», 2008.</li> <li>- «План – программа педагогического процесса в детском саду»/ З.А. Михайлова - СПб «Детство – пресс», 2009.</li> <li>- Сивачёва Л.Н. Физкультура – это радость. – СПб: «Детство-пресс», 2001.</li> <li>- Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста. –М.: Сфера, 2006.</li> <li>- Физическое развитие детей 2-7 лет. Развернутое перспективное планирование по программе «Детство»/ сост. И.М. Сучкова. – Волгоград: Учитель, 2011.</li> <li>-Физкультурно-оздоровительная работа детского сада в контексте новых федеральных требований/ Под ред. Микляевой Н.В. – М.: УЦ «Перспектива», 2011</li> <li>- Харченко Т.Е. Бодрящая гимнастика для дошкольников. – СПб.: «Детство-пресс», 2010.</li> </ul>

- Харченко Т.Е. Организация двигательной деятельности детей в детском саду. – СПб.: Детство-пресс, 2009.
- Харченко Т.Е.. Утренняя гимнастика в детском саду. – М: Мозаика – синтез, 2008.
- Харченко Т.Е. Физкультурные праздники в детском саду. – СПб.: Детство-пресс,2009.
- Программа «Олимпийское образование дошкольников» Под редакцией Филипповой С.О. – СПб.: «Детство – пресс», 2007.
- Сайкина Е.Г. «Физкульт-привет минуткам и паузам» – СПб.: «Детство – пресс», 2005
- Сочеванова Н.А. « Комплексы утренней гимнастики» – СПб.: «Детство – пресс», 2005
- Уланова Л.А., Иордан С.О. Методические рекомендации по организации и проведению прогулок детей 3-7 лет» – СПб.: «Детство – пресс», 2008.
- Муллаева «Конспекты –сценарии занятий по физической культуре для дошкольников» – СПб.: «Детство – пресс», 2006
- Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях. Под редакцией В.И. Орла, С.Н. Агаджановой – СПб.: «Детство – пресс», 2006.
- Деркунская В.А. «Диагностика культуры здоровья дошкольников» – М.: «Педагогическое общество России», 2006.
- Фирилева Ж.Е. «Са-фи-дансе» СПб.: Детство – Пресс,2000
  
- Авдеева «Безопасность» СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2002
- Авдеева «Безопасность на улицах и дорогах»- СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2004
- Жукова О.Г. Трушина Г.И., Федорова Е.Г. Азбука «Ау!» - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2008
- Вдовиченко Л.А. Ребенок на улице. Цикл занятий для старших дошкольников по обучению правилам дорожного движения. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2008

***2.4 Проект  
«Спорт. Искусство. Интеллект.»***

# ИСТОРИЯ СПОРТА

Спорт и спортсмены	Олимпийские игры	Игры разных народов	Виды спорта	Спорт в нашей жизни
--------------------	------------------	---------------------	-------------	---------------------



# Психогигиена

## Технологическая карта проекта

Содержание	Пояснения
Название проекта	«Спорт. Искусство. Интеллект»
Тип	Социально-педагогический.
Участники	Родители, педагоги., дети
Целевая программа	Воспитанники ДООУ 5-7 лет.
Масштаб	Долгосрочный
Основания для разработки проекта. Проблема.	Проблема воспитания здорового ребенка сегодня актуальна как никогда ранее. Наибольшую тревогу у специалистов вызывают дети раннего и дошкольного возраста, уровень заболеваемости которых за последние годы возрос, что привело к снижению числа физически развитых детей. Обусловлено это еще и тем, что у детей не сформирована социальная мотивация на движения, так как работа в этом направлении ведется недостаточно целенаправленно, системно и профессионально. Олимпийское образование, несмотря на спортивную направленность, успешно решает воспитательно-образовательные, художественно-эстетические, познавательные задачи, развивает интеллект ребенка, поскольку в основе интеллекта и движения лежит одно – условно-рефлекторные связи; и чем больше у ребенка будет этих условно-рефлекторных связей, тем более будет развит его интеллект.
Цель.	Создание предпосылок для интегративного развития средствами физической культуры интеллектуальных способностей и формирование стремления к самосовершенствованию, гармоничному развитию и высоконравственному поведению
Задачи.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Формировать представления об Олимпизме, как часть физического, эстетического и нравственно-патриотического воспитания ребенка.</li><li>2. Воспитывать чувства сопричастности к борьбе спортсменов своей Родины на мировых аренах.</li><li>3. Способствовать приобретению опыта, чувственного познания, собственных двигательных возможностей и своего места в окружающем мире.</li><li>4. Формировать у детей интерес к физическому совершенствованию.</li><li>5. Совершенствовать деятельность основных физиологических систем организма (нервной, сердечнососудистой, дыхательной), улучшение физического развития, физической подготовленности детей, воспитание положительных морально-волевых качеств через спортивные игры.</li><li>6. Создать у детей представления об олимпийских играх как мирного соревнования в целях физического совершенствования людей, в котором участвуют народы всего мира.</li><li>7. познакомить дошкольников с доступными для детей этого возраста сведениями об истории олимпийского движения.</li><li>8. Способствовать развитию у детей интереса к занятиям физическими упражнениями через нравственный и эстетический опыт олимпизма.</li></ol>

<b>Стратегии и механизмы реализации.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Созданы системы работы с детьми по олимпийскому образованию (приложение №).</li> <li>• Определены формы и методы по олимпийскому воспитанию детей (занятия, выставки рисунков, сочинение сказок и рассказов, игры, музейную педагогику, экскурсии на спортивные сооружения города, олимпийский театр, олимпийские недели);</li> <li>• Разработана система занятий по Олимпийскому образованию дошкольников, которые проводятся во всех аспектах – физическом, психическом, интеллектуальном, социальном.</li> <li>• Продуманы темы и содержание занятий.</li> <li>• Разработан учебный план по олимпийскому образованию.</li> <li>• Разработаны требования к уровню знаний детей. по олимпийскому воспитанию.</li> </ul>	
<b>Ожидаемые результаты.</b>	<p>22. Повышение кругозора детей, воспитание спортивного менталитета.</p> <p>23. Сформирована мотивированная потребность детей в укреплении здоровья.</p> <p>24. Формирование стремления к самосовершенствованию, гармоничному развитию и высоконравственному поведению.</p> <p>25. Обогащение предметно-развивающей среды спортивным инвентарем и учебно-методическими пособиями по олимпийскому образованию дошкольников.</p>	
<b>Критерии оценки эффективности реализации проекта.</b>	<p>Количественные</p> <p>1. Количество участников проекта:</p> <p>1.1 Количество родителей;</p> <p>1.2 Количество педагогов ДООУ;</p> <p>1.3 Количество детей.</p> <p>2. Количество мероприятий, проведенных в рамках проекта;</p>	<p>Качественные</p> <p>- Дают определения олимпийским играм;</p> <p>- Знают где и когда зародились Олимпийские игры;</p> <p>- Описывают какой-либо вид олимпийского состязания;</p> <p>- понимают смысл олимпийской символики;</p> <p>- рассказывают об известном олимпийском чемпионе;</p> <p>- рассказывают об известном олимпийском чемпионе;</p> <p>- знают о победах олимпийцев в России.</p>
<b>Презентация проекта.</b>	<p>Проведение Олимпийской недели.</p>	

## Система работы по Олимпийскому образованию

### Средства реализации:

Вся работа по «Путешествию в Олимпию» предусматривает регламентированное, частично регламентированное и свободные формы занятий. Олимпийские занятия проводятся во всех аспектах - физическом, психическом, интеллектуальном, социальном.

Состоят из нескольких этапов.

1. **Теоретические знания**, направленные на расширение кругозора детей, воспитание у них спортивного менталитета, знакомство с историей олимпийских игр, олимпийскими героями, основополагающими принципами олимпийского движения.

### 2. Практические задания.

Нарисовать рисунок-впечатление, придумать рассказ сочинение или сказку, игру.

Вовлечение родителей в процесс подготовки к занятиям.

3. **«Олимпийский театр»** - наиболее удачная модель формирования мотивированной потребности детей в укреплению здоровья. Благодаря постановкам сказок на олимпийскую тематику дети получают возможность показать свои достижения, свои возможности. Они реализуются через образ героя, который по сказке вначале был слабым, но благодаря упорному труду и спортивным занятиям стал сильным, мужественным, стал героем. И каждый ребенок понимает, что только благодаря упорному труду, сопряженному с физическими нагрузками можно добиться хороших результатов, вырасти крепким, сильным, здоровым, а главное Олимпийский театр учит дружить.

4. «Олимпийская неделя», которая заканчивается театрализованным праздником «Малые Олимпийские игры».

1. Основные теоретические сведения сообщаются воспитателем на занятии в группе 1 раз в месяц.

2. Повторение основных теоретических положений, рассмотренных на занятиях в группе и закрепление знаний в сюжетно-двигательной деятельности организуется руководителями физического воспитания на физкультурном занятии 1 раз в месяц.

3. Занятия в музее или изо (3 занятия в год) и музыкальном зале (2 занятия в год), дополняет сведения об олимпийском движении, полученные детьми ранее.

4. Тематические физкультурные досуги способствуют созданию у дошкольников представлений о программе олимпийских состязаний через сюжетную двигательную деятельность (3 раза в год).

5. Закрепление знаний, сформированных у детей в течение года, планируется в апреле при проведении олимпийской недели. Когда все педагоги, работающие с детьми, проводят занятия по олимпийской тематике. Заканчивается олимпийская неделя театрализованным праздником «Малые олимпийские игры».

Планирование различных видов занятий учитывает специфику образовательного процесса в дошкольном учреждении. Наибольшее количество времени на усвоения проекта приходится на сентябрь (4 занятия: в группе. В физкультурном зале, музыкальное занятие, занятие изо, когда требуется сформировать начальные представления детей об олимпийских играх), январь (каникулярное время) и апрель (подготовка к празднику «малые олимпийские игры». Наименьшее

количество времени (2 занятия) спланировано на декабрь, когда идет подготовка к новому году. Освоение проекта заканчивается в апреле и на май занятия не планируются.

### Примерное распределение времени на различные виды программного материала (мин)

№ п\п	Виды программного материала.	Месяцы							
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель
1	Занятия в группе	35	35	35	35	35	35	35	-
2.	Занятия в физкультурном зале	5	5	5	5	5	5	5	-
	Повторение основных теоретических положений, рассмотренных на занятии в группе.								
	Закрепление знаний в двигательной деятельности	30	30	30	30	30	30	30	-
3.	Занятия в музее, изостудии, фильмотеке	35	35	35	35	35	35	35	-
4.	Музыкальные занятия по олимпийской тематике	35	-	-	-	35	-	-	-
5.	Тематические физкультурные досуги	-	-	35	-	-	35	35	-
6.	Олимпийская неделя	-	-	-	-	-	-	-	70
7.	Театрализованный праздник «Малые олимпийские игры»	-	-	-	-	-	-	-	70
	Итого	4\35	3\35	3\35	2\35	4\35	3\35	3\35	4\35

### Требования к уровню знаний детей, полученных в результате прохождения проекта «Путешествие в Олимпию»:

- дают определение олимпийским играм;
- знают где и когда зародились Олимпийские игры;
- описывают какой-либо вид олимпийского состязания;
- понимают смысл олимпийской символики;
- рассказывают об известном олимпийском чемпионе;
- знают о победах олимпийцев в России.

#### Занятия в группе.

На занятиях воспитатель в доступной и интересной форме излагает основные положения темы, дополняя рассказ демонстрацией рисунков и фотографий.

#### Тематический план.

№ п\п	Месяц	Название темы	Учебные часы.
1.	Сентябрь	Спорт и спортсмены	1
2.	Октябрь	Боги и люди Олимпии	1
3.	Ноябрь	Олимпийские игры древности	1
4.	Декабрь	Возрождение Олимпийских игр	1
5.	Январь	Символика Олимпийских игр	1
6.	Февраль	Летние и зимние Олимпийские игры	1
7.	Март	Знаменитые олимпийцы современности	1
		Итого	7

#### Содержание.

**«Спорт и спортсмены».** Что такое спорт, кто занимается спортом. Кто может стать спортсменом. Виды спорта. Спортивные соревнования. Олимпийские игры.

**«Боги и люди Олимпии».** Мифы Древней Греции. Боги Олимпа. Герои Олимпии. Идет гармония души и тела. Физическое воспитание в Афинах и Спарте.

**«Олимпийские игры древности».** Основание Олимпийских игр. «Священный мир». Программа Олимпийских игр. Участники Олимпийских игр. Награждение победителей. Знаменитые олимпийцы.

**«Возрождение Олимпийских игр».** Пьер де Кубертен. Принципы Олимпийской Хартии. Программа Олимпийских игр и ее изменения. Участие спортсменов России в Олимпийских играх.

**«Символика Олимпийских игр».** Эмблема и флаг олимпийского движения. Девиз олимпийского движения. Традиционные ритуалы Олимпийских игр: зажжение олимпийского огня, факельная эстафета, олимпийская клятва, национальный гимн в честь победителей.

**«Летние и зимние Олимпийские игры»** первые зимние Олимпийские игры. Программа зимних олимпийских игр. Программа летних олимпийских игр. Московская олимпиада.

**«Знаменитые олимпийцы современности».** Знаменитые олимпийцы зарубежных стран. Знаменитые олимпийцы нашей страны. Истории олимпийских рекордов. Олимпийские курьезы.

### **Занятия в физкультурном зале.**

Занятия в спортивном зале проводятся после того, как дети прошли данную тему в группе. Коротко, в течение 3-5 минут, руководитель физического воспитания напоминает детям основные положения пройденной темы или определяет степень усвоения знаний детьми. После этого закрепляет знания в двигательной деятельности, планируя физкультурное занятие так, чтобы оно было сюжетно связано с вопросами, обсуждаемыми в начале занятия.

Физкультурные олимпийские занятия проводятся в соответствии с тематическим планом занятий в группе.

<b>№ п/п</b>	<b>Месяц</b>	<b>Основные теоретические положения, рассмотренные на занятии в группе</b>	<b>Сюжетная двигательная деятельность</b>	<b>Учебные часы</b>
1	Сентябрь	Что такое спорт. Кто такие спортсмены. Что нужно делать, чтобы стать спортсменом.	Соревнования «Кто быстрее пробежит», «Кто дальше прыгнет» (диагностика)	1
2	Октябрь	Боги и герои Олимпа. Физическое совершенство. Красота тела и движений.	Формирование осанки; создание образа в движении	1
3	Ноябрь	Зарождение Олимпийских игр. Традиции Олимпийских игр древности. Программа состязаний. Метания	Метание на дальность, развитие подвижности суставов плечевого пояса.	1
4	Декабрь	Возрождение олимпийских игр. Олимпийские виды спорта. Легкая атлетика. Марафон.	Длительный бег; развитие общей выносливости; создание образа в движении.	1
5	Январь	Олимпийская символика. Олимпийские традиции. Факельная эстафета.	Эстафетный бег по кругу, обучение передачи	1

			эстафеты.	
6	Февраль	Зимние олимпийские игры, летние олимпийские игры: программа соревнований. Прыжки, входящие в олимпийскую программу	Стойка на лопатках; формирование у детей умения создавать образ в движении	1
7	Март	Знаменитые олимпийцы. Олимпийцы нашей страны. Спортивные игры, входящие в олимпийскую программу	Обучение элементам баскетбола; развитие координационных способностей; эстафета «Попади в корзину»	1
Итого				7

### Занятия в музее, изостудии, фильмотеке.

Целью занятий является формирование у детей более полного представления об Олимпийских играх как крупнейшего явления культурной жизни человечества, отраженного в художественных произведениях.

Предпочтительнее проведение занятий в музеях, где дошкольники имеют возможность непосредственно увидеть статуи олимпийских богов и богинь, а также рисунки на древнегреческих вазах, изображающих сюжеты олимпийских состязаний.

В условиях изостудии детям демонстрируются иллюстрации древнегреческих скульптур и рисунков, а также современные рисунки на олимпийскую тематику и фотоматериалы.

Видеофильмы об истории Олимпийских игр помогут создать у детей представление о масштабе спортивных соревнований, переживаниях участников и болельщиков.

### Тематический план.

№ п/п	Месяц	Название темы	Учебные часы
1.	Сентябрь	Мы любим спорт	1
2.	Октябрь	Боги Олимпа	1
3.	Март	Олимпийский огонь	1
			3

### Содержание

**«Мы любим спорт».** Беседа о видах спорта. Зимние и летние виды спорта. Каким видом спорта ты хочешь заниматься? (Рисование).

**«Боги Олимпа».** Демонстрация иллюстраций к мифам Древней Греции, знакомство со скульптурами богов и богинь Олимпа: Апполона Бельведерского, Венеры Милосской и других. Беседы о красоте человеческого тела, о красоте движений (лепка).

**«Олимпийский огонь».** Олимпийский огонь как символ олимпийских игр. Рассказ о факельной эстафете. Церемония открытия Олимпийских игр. Зажжение Олимпийского огня лучшим спортсменом страны. Демонстрация фото- и видеоматериалов о зажжении олимпийского огня (граттаж).

### Музыкальные занятия.

На музыкальных занятиях у детей закрепляются представления о единстве спорта и искусства. Педагог акцентирует внимание детей на том, что во время Олимпийских игр проходили конкурсы певцов, поэтов. Разучиваются песни о спорте, общая для всех групп для исполнения на празднике. На втором занятии разучиваются песни о спорте, различные для каждой группы. Исполнение группой своей песни также может быть включено в программу праздника «Малые Олимпийские игры».

#### Тематический план

№ п/п	Месяц	Название темы	Учебные асы
1.	Сентябрь	Песни о спорте	1
2.	Январь	Музыка Олимпиад	1
			2

#### Содержание.

«**Песни о спорте**» какие бывают виды спорта, Почему люди придумывают песни о спорте. Разучивание песен о спорте.

«**Музыка Олимпиад**». Какая музыка звучит на Олимпийских играх. Олимпийский гимн. Гимн страны в честь победителя. Спортивные марши. Разучивание песни о спорте.

#### Тематические физкультурные досуги.

Физкультурные досуги на олимпийскую тематику предполагают завершение определенного этапа прохождения проекта и планируются как объединение в сюжете нескольких тем, пройденных детьми.

#### Тематический план.

№ п/п	Месяц	Название темы	Учебные часы
1	Ноябрь	В гостях у эллинов	1
2	Февраль	Белая Олимпиада	1
3	Март	Чемпионы среди нас	1
итого			3

#### Содержание.

«**В гостях у эллинов**». Игры-забавы на основе спортивных состязаний жителей Древней Греции: стрельба из лука, метание диска, метание копья, бег на один стадий (192, 27м), бег вооруженных воинов, прыжки в длину с гантелями.

«**Белая Олимпиада**» игры-забавы на улице на основе видов спорта, включенных в программу зимних Олимпийских игр: бег на лыжах (эстафеты), элементы слалома, бег на коньках, хоккей, «биатлон».

«**Чемпионы среди нас**» Игры-соревнования на основе упражнений, входящих в программу физкультурных занятий: «Самый ловкий», «самый меткий», «Самый быстрый» и т.д.

#### «Олимпийская неделя»

Детям предлагается на занятиях по рисованию или в свободное время выполнить рисунки, отражающие состязания древних или современных Олимпийских игр, церемонии. Открытия и закрытия, ритуалы.

Для выполнения задания педагог напоминает об основных положениях олимпийских игр, изученных детьми в течение года, выясняет, что запомнилось лучше, предлагает рассказать, почему ребенок выбирает то или иное событие для отображения в рисунке.

На занятиях лепкой возможны как выполнение индивидуальных, так и коллективных работ. На музыкальных занятиях каждая группа разучивает спортивные песни для выступления на празднике. Песни подбираются в зависимости от задач физкультурного праздника.

## **ТЕТРАЛИЗОВАННЫЙ ПРАЗДНИК «МАЛЫЕ ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ»**

Праздник «Малые Олимпийские игры» может проводиться по сценариям двух видов:

1. олимпийские игры древности. Предполагается стилизация Олимпии впремен Древней Греции: боги и богини Олимпа, программа игр, включающая пятиборье (бег, прыжки в длину, метание копья и диска, элементы борьбы) и гонки колесниц, награждение олимпийщиков лавровыми венками.
2. Олимпийские игры современности. В праздник включается церемония открытия игр: факельная эстафета, зажжение олимпийского огня, поднятие олимпийского флага, олимпийская клятва, показательные выступления. В программу состязаний включаются варианты олимпийских видов спорта.

При оформлении праздника используются рисунки, выполненные детьми. Сценарий предполагает исполнение командами спортивных песен. В игру со зрителями включаются вопросы, изученные детьми по проекту в течение года

### Методическое обеспечение проекта «Спорт. Искусство. Интеллект»

	<ul style="list-style-type: none"><li>- Программа «Олимпийское образование дошкольников» Под редакцией Филипповой С.О. – СПб.: «Детство – пресс», 2007</li><li>- Харченко Т.Е. Физкультурные праздники в детском саду. – СПб.: Детство-пресс, 2009.</li><li>- Артемова Л.В. Театрализованные игры дошкольников. М., «Просвещение» 1991</li><li>- Агапова И.А., Давыдова М.А. Спортивные праздники для дошкольников – М. 2010 г.</li></ul>

## **III Организационный раздел**

### 3.1 Материально-техническое обеспечение Программы.

Общая площадь зданий и помещений - 1373,20 кв.м.

Общая площадь участка - 8509 кв.м.

Оборудованы 8 групповых помещений, 8 спальных комнат.

Дополнительно оборудованы медицинский кабинет, пищеблок и прачечная. На территории имеются 8 прогулочных участков, оборудованы спортивная площадка для проведения физкультурных занятий на воздухе и спортивных игр. Детский сад оснащен системами безопасности: установлены тревожная кнопка для экстренных вызовов и автоматическая пожарная сигнализация, телефон вызова экстренной пожарной связи, домофоны, видеонаблюдение.

Предметно-пространственная среда включает оптимальные условия для полноценного физического, эстетического, познавательного и социального развития дошкольников.

Для организации педагогического процесса в МБДОУ № 44 оборудованы:

- спортивный зал
- центр двигательной активности
- тренажерный зал
- музыкальный зал
- центр психологической разгрузки
- логопедический кабинет
- музыкальный зал
- мини музей Спорта

Среда соответствует санитарно-гигиеническим требованиям для обеспечения работоспособности, оптимального физического развития воспитанников. Все групповые помещения, кабинеты специалистов, музыкальный и физкультурный залы соответствуют современным требованиям к уровню оснащённости учебно-наглядными пособиями и учебным оборудованием, техническими средствами обучения.

Предметно- пространственная среда ориентирована на стимулирование и обеспечение активности детей, реализации их интересов и потребностей.

### Материально-техническое обеспечение программы

№ п/п	Вид помещения	Функциональное использование	Оснащение
1	Групповая комната	- Игровая деятельность - самообслуживание - самостоятельная творческая деятельность - экспериментирование - трудовая деятельность - ознакомление с природой, труд в уголке природы - организация питания - воспитание культурно-гигиенических навыков	Детская мебель в соответствии с СанПин - центры развития - игровой материал - дидактический материал - игровые модули - музыкальный центр, аудиозаписи - кварцевая лампа - канцелярские принадлежности и раздаточный материал для организации ООД
2	Спальное помещение	- Дневной сон - гимнастика после сна - самомассаж - игровая деятельность	Спальная мебель; - «дорожка здоровья»: ребристая дорожка, массажные коврики, следы

3	Приемная	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Информационно-просветительская работа с родителями</li> <li>- выставка совместного творчества родителей и детей</li> <li>- выставки детского творчества</li> </ul>	<p>Информационный уголок;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выставки детского творчества;</li> <li>- наглядно-информационный материал для родителей</li> </ul>
4	Туалетная комната	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Воспитание культурно-гигиенических навыков</li> <li>- закаливающие процедуры</li> </ul>	<p>Инвентарь для замачивания,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- полотенцесушители,</li> <li>- предметы личной гигиены,</li> <li>- зеркала</li> </ul>
Дополнительные помещения			
5	Музыкальный зал	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ООД по музыкальному развитию</li> <li>- Тематические досуги и развлечения</li> <li>- Праздники и утренники</li> <li>- Театральные представления</li> <li>- Индивидуальная работа с детьми</li> <li>- Организация дополнительного образования</li> <li>- Родительские собрания и прочие мероприятия для родителей</li> <li>- Педсоветы, семинары и пр. мероприятия для педагогов</li> </ul>	<p>Фортепиано,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Музыкальные центры</li> <li>- Синтезатор</li> <li>- Музыкальные инструменты,</li> <li>- Стулья детские и взрослые,</li> <li>- Ковер.</li> <li>- Мультимедийное оборудование</li> </ul>
6	Спортивный зал	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ООД по физическому развитию</li> <li>- Тематические досуги и развлечения</li> <li>- Праздники</li> <li>- Соревнования</li> <li>- Индивидуальная работа с детьми</li> <li>- Открытые мероприятия для родителей</li> </ul>	<p>шведская стенка</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- кубы деревянные разного размера;</li> <li>- корзины с резиновыми мячами;</li> <li>- гимнастические скамейки;</li> <li>- стеллаж для спортивного инвентаря:</li> <li>- гимнастические палки;</li> <li>- бадминтонные ракетки;</li> <li>- стойка с обручами малыми;</li> <li>- фитомячи;</li> <li>- барьеры разной высоты;</li> <li>- пианино;</li> <li>- скакалки детские, большие;</li> <li>- обручи среднего размера;</li> <li>- мячи малого диаметра;</li> <li>- мешочки с песком;</li> <li>- медболы;</li> <li>- кегли, конусы, кубики;</li> <li>- гантели</li> </ul>
7	Центр двигательной активности		<p>Стационарный спортивный уголок</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Канат</li> <li>- Веревочные лестницы</li> <li>- Гимнастические кольца</li> <li>- Лестницы для лазания</li> <li>- Спортивные маты</li> </ul>
8	Тренажерный зал		<p>Тренажеры:</p> <p>«Беговая дорожка»</p> <p>Велотренажеры</p> <p>«Гребля»</p>
9	Центр психологической разгрузки	<p>Психолого-педагогическая диагностика</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Коррекционная работа с детьми;</li> <li>- индивидуальные консультации</li> </ul>	<p>Стол письменный</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Стул взрослый</li> <li>- Столы детский</li> <li>- Стулья детские</li> </ul>

		Материал для психолого-педагогического обследования детей	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Шкаф для хранения пособий</li> <li>- Письменные и канцелярские принадлежности,</li> <li>- наборы материалов для детского творчества</li> <li>- Наборное полотно</li> <li>- Персональный компьютер</li> <li>- Набор аудио- и видеокассет, CD и DVD-дисков)</li> <li>- Музыкальный центр</li> </ul>
10	Минимусей спорта	<p>ООД по патриотическому воспитанию</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Тематические досуги</li> <li>- Выставки, экспозиции</li> <li>- Индивидуальная работа с детьми</li> </ul>	<p>Шкафы для хранения методических пособий</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Шкафы для размещения материалов выставок и экспозиций</li> <li>- Экспозиция «История возникновения Олимпийских игр»</li> </ul>
11	Методический кабинет	<p>Осуществление методической помощи педагогам</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Организация консультаций, семинаров, педсоветов</li> <li>- Выставка методических и дидактических материалов для организации работы с детьми</li> </ul>	<p>Компьютер, принтер, сканер</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Шкафы для хранения методических пособий, литературы</li> <li>- Наглядно-демонстрационный материал</li> <li>- Выставка новинок методической литературы</li> <li>- Письменные столы,</li> <li>- Стол большой для заседаний, стулья</li> </ul>
12	Кабинет музыкального руководителя	<p>Организация консультативной работы с педагогами и родителями</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Подборка демонстрационного и методического материала для организации работы с детьми</li> </ul>	<p>Музыкальные инструменты</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Наглядно-дидактические пособия</li> <li>- Ноутбук</li> </ul>
13	Медицинский блок	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Осмотр детей, консультации медицинской сестры,.</li> <li>- Консультативно-просветительская работа с родителями и сотрудниками МБДОУ</li> </ul>	<p>Стол письменный</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Шкаф для одежды,</li> <li>- Шкаф канцелярский,</li> <li>- Холодильник для суточных проб, -</li> <li>Раковина умывальная,</li> <li>- Полотенцедержатель.</li> <li>- Весы напольные</li> <li>- Ростомер</li> </ul>
14	Коридоры МБДОУ	Информационно-просветительская работа с родителями и сотрудниками ДОУ	<p>Стенды для родителей,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Стенды для сотрудников</li> </ul>
<b>Территория ДОУ</b>			
15	Прогулочная площадка -8 шт	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Игровая деятельность</li> <li>- Самостоятельная деятельность детей</li> <li>- Поисковая деятельность</li> <li>- Трудовая деятельность</li> <li>- Индивидуальная работа</li> </ul>	<p>Вкопанные резиновые протекторы для двигательной активности -</p> <p>Разновысотные пеньки</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Веранда тентовая</li> <li>- Песочница</li> <li>- Стол для игр</li> <li>- Лавочки</li> <li>- Деревянный домик</li> <li>- Машина деревянная</li> <li>- Корабль</li> <li>- Качели</li> <li>- Гимнастическая лесенка для лазания</li> <li>- Вкопанные спилы</li> </ul>

Спортивная площадка	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Спортивные игры и упражнения</li> <li>- Самостоятельная деятельность – ООД</li> <li>- Досуговая деятельность</li> <li>- Индивидуальная работа</li> </ul>	Лестница гимнастическая Рукоход «Паук» <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ворота для подлезания, перекладыны низкие, средние и высокие</li> <li>- Стенка сплошная для лазания;</li> <li>- Мишень навесная</li> <li>- Бревна для равновесия.</li> <li>- Беговая дорожка</li> <li>- Оборудование для организации спортивных игр: баскетбол, волейбол и т.п.</li> <li>- Яма прыжковая</li> </ul>
Плескательный бассейн	Проведение закаливающих процедур в летний период	
Огород	Организация работы по экологическому воспитанию - Трудовая деятельность по уходу за живыми объектами природы	Грядки Ограждение, лавочки, чучело
Цветник		Клумбы
Экологическая тропа		Различные виды деревьев, кусты, травы, муравейники, деревья с гнездами
Автогородок		Размеченная на асфальте автодорога, дорожные знаки

Все объекты ДОУ для проведения практических занятий с воспитанниками, а также обеспечения разнообразной двигательной активности и музыкальной деятельности детей обеспечены средствами обучения и воспитания:

### **3.2 Обеспечение Программы методическими материалами, средствами обучения и воспитания**

Средства обучения и воспитания соответствуют принципу необходимости и достаточности для организации образовательной работы, методического оснащения воспитательно-образовательного процесса, а также обеспечения разнообразной двигательной активности и музыкальной деятельности детей дошкольного возраста. Имеющиеся в МБДОУ компьютеры, принтеры, сканеры, мультимедийное оборудование являются мощными техническими средствами обучения, средствами коммуникации, необходимыми для совместной деятельности педагогов, родителей и воспитанников. Для управления образовательным процессом и расширения возможности информирования социума в МБДОУ созданы собственные информационные ресурсы: сайт, электронная почта

<b>№ п/п</b>	<b>Средства обучения и воспитания</b>	<b>Содержание</b>
1	Игровое и учебное оборудование	игры - игрушки - учебные пособия - мультимедийное оборудование
2	Спортивное оборудование и инвентарь	детские тренажеры, - мячи, - гимнастические маты, - нетрадиционное оборудование и др
3	Музыкальные инструменты	фортепиано - синтезатор - музыкальный центр - детские музыкальные инструменты
4	Учебно-наглядные пособия	демонстрационные картины - тематические книги - плакаты обучающие и др.
5	Компьютерное оборудование, доступ к информационно-телекоммуникационным сетям	компьютеры - ноутбук - подключение к Интернету

6	Печатные и иные материальные объекты, не обходимые для организации образовательной деятельности с воспитанниками	<ul style="list-style-type: none"> <li>- художественная литература для детей</li> <li>- Энциклопедии</li> <li>- иллюстрированный материал и др</li> </ul>
---	--	---

### Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания

№ п/п	Образовательные области	Методический материал
1	Физическое развитие	Демонстрационные пособие Летние виды спорта Зимние виды спорта
2	Социально коммуникативное развитие	Демонстрационный материал «Развитие эмоциональной сферы дошкольников с помощью шедевров мировой живописи» С-Пб Детство-Пресс, 2005
3	Речевое развитие	Наглядно - дидактическое пособие Рассказы по картинам:  Дидактический материал: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Бытовая техника</li> <li>• Одежда</li> <li>• Съедобные грибы</li> <li>• Ягоды</li> <li>• Садовые цветы</li> </ul> Демонстрационный материал для фронтальных занятий <ul style="list-style-type: none"> <li>• Электроприборы</li> <li>• Первоцветы</li> <li>• Инструменты Кимры: ООО «Книголюб»</li> </ul> Демонстрационный материал «Наш детский сад» С-Пб Детство-пресс 2007 Демонстрационный материал «Четыре времени года» С-Пб Детство-пресс 2007
	Познавательное развитие	Дидактический материал для занятий:
	Художественно-эстетическое	





	непосредственно образовательной деятельности		непосредственно образовательной деятельности		непосредственно образовательной деятельности		непосредственно образовательной деятельности		непосредственно образовательной деятельности
6.00 – 8.00	<b>Прием детей</b> в группе, в теплый период года на улице: (взаимодействие с родителями, социально-коммуникативное развитие); <b>беседы с детьми:</b> (Социально-коммуникативное, речевое, познавательное развитие), <b>наблюдения</b> в природном уголке: (познавательное развитие); свободные игры (игра); индивидуальные и подгрупповые <b>дидактические игры:</b> (познавательное, социально-коммуникативное развитие, игровая деятельность); <b>чтение художественной литературы;</b> самостоятельная деятельность в <b>уголке художественного творчества:</b> (художественно-эстетическое, познавательное, социально-личностное, речевое развитие, игровая деятельность); <b>подготовка к завтраку</b> (социально-коммуникативное, познавательное, физическое развитие).								
8.00-8.10	<b>Утренняя гимнастика:</b> (области физическая развитие, игровая деятельность);								
8.10-8.20	<b>Подготовка к завтраку</b> (самообслуживание, социально-коммуникативное развитие).								
8.20-9.00	<b>Завтрак</b> (самообслуживание, социально-коммуникативное развитие).								
9.00-9.10 9.20-9.30	Развивающие образовательные ситуации на игровой основе (по подгруппам)	9.00-9.10 9.20-9.30	Развивающие образовательные ситуации на игровой основе (по подгруппам)	9.00-9.10 9.20-9.30	Развивающие образовательные ситуации на игровой основе (по подгруппам)	9.00-9.10 9.20-9.30	Развивающие образовательные ситуации на игровой основе (по подгруппам)	9.00-9.10 9.20-9.30	Развивающие образовательные ситуации на игровой основе (по подгруппам)
9.30-9.35	Самостоятельная <b>игровая и художественная</b> деятельность детей (игра, социально – коммуникативное, познавательное, художественно-эстетическое развитие, речевое развитие) Беседы, педагогические и игровые ситуации, индивидуальная работа с детьми	9.30-9.35	Беседы, педагогические и игровые ситуации, индивидуальная работа с детьми по разным <b>образовательным областям</b> <b>Игры</b> ролевые, дидактические (игра, познавательное, социально-коммуникативное развитие).	9.30-9.35	<b>Подвижные игры</b> (физическое развитие, познавательное развитие) <b>Игры</b> ролевые, дидактические (игра, познавательное, социально-коммуникативное развитие).	9.30-9.35	Самостоятельная <b>игровая и художественная</b> деятельность детей (игра, познавательное, социально-коммуникативное, художественно-эстетическое развитие) <b>Подвижные игры</b> (физическое развитие, познавательное развитие.)	9.30-9.35	<b>Игры</b> ролевые, дидактические (игра, познавательное, социально-коммуникативное развитие) Беседы, педагогические и игровые ситуации, индивидуальная работа с детьми по разным <b>образовательным областям</b> Самостоятельная <b>игровая и</b>

	по разным образовательным областям								художественная деятельность детей (игра, познавательное, социально-коммуникативное, художественно-эстетическое развитие)
	Оздоровительные мероприятия : пальчиковая гимнастика, психогимнастика по методике «Чистяковой, лечебные игры Галанова, игровой массаж А.Уманской и Динейки (в чередовании в течении недели) (игра, физическое, социально-коммуникативное развитие)								
9.35-9.45	<b>2-й завтрак</b> ( социально –коммуникативное , познавательное, художественно-эстетическое развитие , физическое развитие)								
9.45 - 11.20	<p><b>Подготовка к прогулке</b> (самообслуживание, социально-коммуникативное развитие, физическое развитие).</p> <p><b>Прогулка: наблюдение</b> в природе (познавательное развитие,) <b>труд</b> в природе и в быту, <b>подвижные игры</b> (физическое развитие, познавательное развитие), <b>ролевые игры</b> (познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие), индивидуальная работа по <b>развитию движений</b> (физическое развитие), дидактические <b>игры</b> по экологии, развитию речи, ознакомлению с окружающим (познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие), <b>беседы</b> с детьми (познавательное развитие, речевое развитие), <b>рисование</b> на асфальте, на мольбертах (художественно-эстетическое развитие), <b>физкультура на улице 10-45-11.00</b></p> <p><b>Возвращение с прогулки, подготовка к обеду</b> (самообслуживание, безопасность, труд, культурно-гигиенические навыки, этикет, познавательное, художественно-эстетическое развитие, социально-коммуникативное развитие)</p> <p>Ароматерапия помещений эфирными маслами в сочетании с проветриванием</p>								
11.20 - 11.50	<p><b>Подготовка к обеду</b> (самообслуживание, безопасность, труд, культурно-гигиенические навыки, этикет, познавательное, художественно-эстетическое развитие, социально-коммуникативное развитие)</p> <p><b>Обед</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, этикет, физическое развитие, социально-коммуникативное развитие).</p>								
11.50-15.00	<p><b>Подготовка ко сну</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, , физическое развитие, социально-коммуникативное развитие, художественно-эстетическое развитие, закаливающее мероприятие «Льдинка» в сочетании с психогимнастикой засыпания, музыкотерапия)</p> <p><b>Сон</b> (здоровье)</p>								
15.00-15.15	<p><b>Постепенный подъем, гимнастика после сна, воздушные ванны, водные, гигиенические процедуры, обширное умывание, профилактика плоскостопия</b> (физическое развитие, познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие самообслуживание).</p> <p><b>Самостоятельная игровая деятельность .</b></p>								
15.15 - 15.25	Непосредственно образовательная деятельность	15.15 - 15.25	Непосредственно образовательная деятельность	15.15 - 15.25	Непосредственно образовательная деятельность	15.15 - 15.25	Непосредственно образовательная деятельность	15.15 - 15.25	Непосредственно образовательная деятельность

15.25– 15.45	<b>Уплотненный полдник:</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, этикет, физическое развитие, социально-коммуникативное развитие).								
15.45 - 16.00	<b>Игры</b> ролевые, дидактические (игра, познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие, речевое развитие) Беседы, педагогические ситуации, индивидуальная работа с детьми по разным <b>образовательным областям</b>	15.45 - 16.00	Самостоятельная <b>игровая и художественная</b> деятельность детей(игра, познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие, развитие, художественно-творческое развитие)	15.45 - 16.00	Беседы, педагогические ситуации, индивидуальная работа с детьми по разным <b>образовательным областям.</b> <b>Игры</b> ролевые, дидактические (игра, познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие)	15.45 16.00	<b>Досуги, праздники музыкальные, творческие игры</b>	15.45 - 16.00	<b>Игры</b> ролевые, дидактические (игра, познавательное развитие социально-коммуникативное развитие, речевое развитие) Беседы, педагогические ситуации, индивидуальная работа с детьми по разным <b>образовательным областям</b>
16.00 - 18.00	<b>Прогулка: наблюдение</b> в природе (познавательное развитие), <b>труд</b> в природе и в быту (познавательное, социально-коммуникативное развитие), <b>подвижные игры</b> (физическое развитие, познавательное развитие), <b>ролевые игры</b> (познавательное, социально-коммуникативное развитие), индивидуальная работа по <b>развитию движений</b> (физическое развитие), дидактические <b>игры</b> по экологии, развитию речи, ознакомлению с окружающим (познавательное, социально-коммуникативное развитие), <b>беседы</b> с детьми (познавательное, социально-коммуникативное развитие), <b>рисование</b> на асфальте, на мольбертах (художественно-эстетическое развитие).								
18.00	<b>Уход детей домой</b> (взаимодействие с семьей, социально-коммуникативное развитие).								

### Требования к организации режима дня и образовательной нагрузке

В соответствии с СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций" и инструктивно-методическим письмом МО РФ № 65/23-16 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»

Требования СанПиН	По СанПиН	Фактически
Установленные часы приема пищи	Интервал между приемами пищи 3-4 часа. 12-часовое пребывание детей - 4-х разовое	Соблюдается

Общая продолжительность прогулки	3-4 часа	3 часа
Сон дневной	Не менее 3 часов	3 часа 20 мин
Продолжительность НОД: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	8-10 минут/8-10 минут	Соблюдается
Перерыв между периодами НОД	Не менее 10 минут	10 мин.

### Вторая младшая группа (с 3 до 4 лет)

Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
Время	Содержание непосредственно образовательной деятельности	Время	Содержание непосредственно образовательной деятельности	Время	Содержание непосредственно образовательной деятельности	Время	Содержание непосредственно образовательной деятельности	Время	Содержание непосредственно образовательной деятельности
6.00 – 8.00	<p><b>Прием детей</b> в группе, в теплый период года на улице: (взаимодействие с родителями, речевое развитие); <b>беседы с детьми:</b> (социально-коммуникативное, познавательное развитие), <b>наблюдения</b> в природном уголке: (познавательное развитие); свободные игры (игра); индивидуальные и подгрупповые <b>дидактические игры:</b> (познавательное, социально-коммуникативное развитие, игра); <b>чтение художественной литературы;</b> самостоятельная деятельность в уголке <b>художественного творчества:</b> (художественно-эстетическое развитие, познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие, игра); <b>подготовка к завтраку</b> (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, физическое, социально-коммуникативное, познавательное развитие)</p>								
8.00-8.10	<b>Утренняя гимнастика:</b> (физическое развитие, игра);								
8.10-8.20	<b>Подготовка к завтраку</b> (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет, физическое развитие, социально-коммуникативное развитие).								
8.20-9.00	<b>Завтрак</b> (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет, физическое развитие, социально-коммуникативное развитие).								
9.00-9.15	Развивающие образовательные ситуации на	9.00-9.15	Развивающие образовательные ситуации на	9.00-9.15	Развивающие образовательные ситуации на	9.00-9.15	Развивающие образовательные ситуации на	9.00-9.15	Развивающие образовательные ситуации на
9.25-9.40	игровой основе	9.25-9.40	игровой основе	9.25-9.40	игровой основе	9.25-9.40	игровой основе	9.25-9.40	игровой основе
9.40-9.50	Самостоятельная <b>игровая и художественная</b> деятельность детей (игра, познавательное развитие,	9.40-9.50	Беседы, педагогические и игровые ситуации, индивидуальная работа с детьми по разным <b>образовательным</b>	9.40-9.50	<b>Подвижные игры</b> (физическое развитие, игра, здоровье, познавательное развитие) <b>Игры</b> ролевые,	9.40-9.50	Самостоятельная <b>игровая и художественная</b> деятельность детей (игра, познавательное развитие,	9.40-9.50	<b>Игры</b> ролевые, дидактические (игра, познание социализация, коммуникация) Беседы, педагогические и

	социально-коммуникативное развитие, художественно-эстетическое развитие). Беседы, педагогические и игровые ситуации, индивидуальная работа с детьми по разным <b>образовательным областям</b>		<b>областям</b> <b>Игры</b> ролевые, дидактические (игра, познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие)		дидактические (игра, познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие)		социально-коммуникативное развитие, художественно-эстетическое развитие) <b>Подвижные игры</b> (физическое развитие, познавательное развитие)		игровые ситуации, индивидуальная работа с детьми по разным <b>образовательным областям</b> Самостоятельная <b>игровая и художественная</b> деятельность детей (игра, познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие, художественно-эстетическое развитие)
	Оздоровительные мероприятия : пальчиковая гимнастика, психогимнастика по методике «Чистяковой, лечебные игры Галанова, игровой массаж А.Уманской и Динейки (в чередовании в течении недели) (игра, физическое развитие, речевое развитие)								
9.50	<b>2-й завтрак</b> (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет, физическое развитие, социально-коммуникативное развитие).								
9.50 - 11.45	<b>Подготовка к прогулке</b> (самообслуживание, социально-коммуникативное развитие). <b>Прогулка: наблюдение</b> в природе (познавательное развитие), <b>труд</b> в природе и в быту, <b>подвижные игры</b> (физическое , познавательное развитие), <b>ролевые игры</b> (познавательное, социально-коммуникативное развитие), индивидуальная работа по <b>развитию движений</b> (физическое развитие), дидактические <b>игры</b> по экологии, развитию речи, ознакомлению с окружающим (познавательное, социально-коммуникативное развитие), <b>беседы</b> с детьми (познавательное, социально-коммуникативное развитие, <b>рисование</b> на асфальте, на мольбертах (художественно-эстетическое развитие), <b>физкультура на улице 10-45-11.00</b> <b>Возвращение с прогулки, подготовка к обеду</b> (самообслуживание, безопасность, труд, культурно-гигиенические навыки, этикет, познавательное, художественно-эстетическое, социально-коммуникативное развитие). Ароматерапия помещений эфирными маслами в сочетании с проветриванием								
11.45-12.30	<b>Подготовка к обеду</b> (самообслуживание, безопасность, труд, культурно-гигиенические навыки, этикет, познавательное, художественно-эстетическое, социально-коммуникативное развитие). <b>Обед</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, этикет, физическое развитие, социально-коммуникативное)								
12.30-15.00	<b>Подготовка ко сну</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, , художественная литература, закаляющее мероприятие «Льдинка» в сочетании с психогимнастикой засыпания, музыкотерапия, познавательное развитие, физическое развитие)								

	<b>Сон</b> (физическое развитие).								
15.00-15.25	<b>Постепенный подъем, гимнастика после сна, воздушные ванны, водные, гигиенические процедуры, обширное умывание, профилактика плоскостопия</b> (физическое развитие, социально-коммуникативное развитие).								
15.25 – 15.40	<b>Полдник:</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, этикет, физическое развитие, социально-коммуникативное развитие) .								
15.40-15.55	Непосредственно образовательная деятельность	15.45-16.00	Непосредственно образовательная деятельность	15.45-16.00	Непосредственно образовательная деятельность	15.45-16.00	Непосредственно образовательная деятельность	15.45-16.00	Непосредственно образовательная деятельность
15.55 - 16.15	<b>Игры</b> ролевые, дидактические (игра, познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие) Беседы, педагогические ситуации, индивидуальная работа с детьми по разным <b>образовательным</b>	15. - 16.30	Самостоятельная <b>игровая и художественная</b> деятельность детей(игра, познавательное, социально-коммуникативное развитие, художественно-эстетическое развитие)	16.00 - 16.30	Беседы, педагогические ситуации, индивидуальная работа с детьми по разным <b>образовательным областям.</b> <b>Игры</b> ролевые, дидактические (игра, познавательное, социально-коммуникативное развитие, речевое развитие)	16.00 - 16.30	<b>Досуги, праздники музыкальные, творческие игры</b>	16.00 - 16.30	<b>Игры</b> ролевые, дидактические (игра, познавательное, социально-коммуникативное развитие) Беседы, педагогические ситуации, индивидуальная работа с детьми по разным <b>образовательным областям</b>
16.15 - 18.00	<b>Прогулка: наблюдение</b> в природе (познавательное развитие), <b>труд</b> в природе и в быту (познавательное, социально-коммуникативное развитие), <b>подвижные игры</b> (физическое развитие, познавательное развитие), <b>ролевые игры</b> (познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие), индивидуальная работа по <b>развитию движений</b> (физическое развитие), дидактические <b>игры</b> по экологии, развитию речи, ознакомлению с окружающим (познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие, речевое развитие), <b>беседы</b> с детьми (познавательное развитие, речевое развитие), <b>рисование</b> на асфальте, на мольбертах (художественно-эстетическое развитие).								
18.00	<b>Уход детей домой</b> (взаимодействие с семьей, социально-коммуникативное решение).								

### Требования к организации режима дня и образовательной нагрузке (2-я младшая группа)

В соответствии с СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций" и инструктивно-методическим письмом МО РФ № 65/23-16 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»

Требования СанПиН	По СанПиН	Фактически
Установленные часы приема пищи	Интервал между приемами пищи 3-4 часа. 12-часовое пребывание детей - 4-х разовое	Соблюдается
Общая продолжительность прогулки	3-4 часа	3 часа 40 мин.
Сон дневной	2-2,5 часа	2 часа 30 мин.
Самостоятельная деятельность детей	3-4 часа	3 часа 17 мин
Максимальный объем образовательной нагрузки в первой половине дня	Не превышает 30 мин.	30 мин.
Продолжительность непрерывной НОД: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	Не более 15 мин./ -	15 мин./ -
Перерыв между периодами НОД	Не менее 10 минут	10 минут

### Средний возраст (дети с 4 до 5 лет)

Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
Время	Содержание непосредственно образовательной деятельности	Время	Содержание непосредственно образовательной деятельности	Время	Содержание непосредственно образовательной деятельности	Время	Содержание непосредственно образовательной деятельности	Время	Содержание непосредственно образовательной деятельности
6.00 – 8.10	<b>Прием детей</b> в группе, в теплый период года на улице: (взаимодействие с родителями, речевое развитие); <b>беседы с детьми</b> : (социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие), <b>наблюдения</b> в природном уголке: (познавательное развитие); свободные игры (игра); индивидуальные и подгрупповые <b>дидактические игры</b> : (познавательное, социально-коммуникативное развитие, речевое развитие, игра); <b>чтение художественной литературы</b> ; самостоятельная деятельность в <b>уголке художественного творчества</b> : (художественно-эстетическое развитие, познавательное, социально-коммуникативное развитие, игра); <b>подготовка к завтраку</b> (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, физическое развитие, социально-коммуникативное развитие).								
8.10-8.20	<b>Утренняя гимнастика</b> : (физическое развитие, игра);								
8.20-8.30	<b>Подготовка к завтраку</b> (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет, физическое развитие, социально-коммуникативное развитие).								
8.30-8.50	<b>Завтрак</b> (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет, физическое развитие, социально-коммуникативное развитие).								

8.50-9.00	<b>Подготовка к непосредственной образовательной деятельности, свободные игры.</b> (самообслуживание, познавательное, социально-коммуникативное развитие)								
9.00-9.20	Непосредственная образовательная деятельность	9.00-9.20	Непосредственная образовательная деятельность	9.00-9.20	Непосредственная образовательная деятельность	9.00-9.20	Непосредственная образовательная деятельность	9.00-9.20	Непосредственная образовательная деятельность
9.20-9.30	<b>Подвижные игры</b> (физическое развитие, познавательное развитие .)								
9.30-9.50	Непосредственная образовательная деятельность	9.30-9.50	Непосредственная образовательная деятельность	9.30-9.50	Непосредственная образовательная деятельность	9.30-9.50	Непосредственная образовательная деятельность	9.30-9.50	Непосредственная образовательная деятельность
9.50-10.00	Самостоятельная <b>игровая и художественная</b> деятельность детей (игра, познавательное, социально-коммуникативное развитие, художественно-эстетическое развитие) Беседы, педагогические и игровые ситуации, индивидуальная работа с детьми по разным <b>образовательным областям</b>	9.50-10.00	Беседы, педагогические и игровые ситуации, индивидуальная работа с детьми по разным <b>образовательным областям</b> <b>Игры</b> ролевые, дидактические (игра, познавательное, социально-коммуникативное развитие, речевое развитие)	9.50-10.00	<b>Подвижные игры</b> (физическое развитие, познавательное развитие, игра.) <b>Игры</b> ролевые, дидактические (игра, познавательное, социально-коммуникативное развитие)	9.50-10.00	Самостоятельная <b>игровая и художественная</b> деятельность детей (игра, познавательное, социально-коммуникативное развитие, художественно-творческое развитие) <b>Подвижные игры</b> (физическое развитие, познавательное развитие, игра,)	9.50-10.00	<b>Игры</b> ролевые, дидактические (игра, познавательное, социально-коммуникативное развитие) Беседы, педагогические и игровые ситуации, индивидуальная работа с детьми по разным <b>образовательным областям</b> Самостоятельная <b>игровая и художественная</b> деятельность детей (игра, познавательное, социально-коммуникативное развитие, художественно-эстетическое развитие)

	Оздоровительные мероприятия : пальчиковая гимнастика, психогимнастика по методике «Чистяковой, лечебные игры Галанова, игровой массаж А.Уманской и Динейки (в чередовании в течении недели) (игра, физическое развитие, социально-коммуникативное развитие)								
10.00	<b>2-й завтрак</b> (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет, физическое развитие, социально-коммуникативное развитие)								
10.00 - 12.10	<b>Подготовка к прогулке</b> (самообслуживание, социально-коммуникативное развитие). <b>Прогулка: наблюдение</b> в природе (познавательное развитие), <b>труд</b> в природе и в быту, <b>подвижные игры</b> (физическое развитие, познавательное развитие), <b>ролевые игры</b> (познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие), индивидуальная работа по <b>развитию движений</b> (физическое развитие), дидактические <b>игры</b> по экологии, развитию речи, ознакомлению с окружающим (познавательное, социально-коммуникативное развитие, речевое развитие), <b>беседы</b> с детьми (познавательное, социально-коммуникативное развитие, речевое развитие), <b>рисование</b> на асфальте, на мольбертах (художественно-эстетическое развитие), <b>физкультура на улице 11-05-11.15</b> <b>Возвращение с прогулки, подготовка к обеду</b> (самообслуживание, безопасность, труд, культурно-гигиенические навыки, этикет, познавательное, социально-коммуникативное развитие, художественно-эстетическое развитие) Ароматерапия помещений эфирными маслами в сочетании с проветриванием								
12.10-12.50	<b>Подготовка к обеду</b> (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет, познавательное, социально-коммуникативное развитие, художественно-эстетическое развитие) <b>Обед</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, этикет, полоскание ротовой полости, физическое развитие, социально-коммуникативное развитие).								
12.50-15.00	<b>Подготовка ко сну</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, , художественная литература, закаливающее мероприятие «Льдинка» в сочетании с психогимнастикой засыпания, музыкотерапия) <b>Сон</b> (физическое развитие)								
15.00-15.30	<b>Постепенный подъем, гимнастика после сна, воздушные ванны, водные, гигиенические процедуры, обширное умывание, профилактика плоскостопия</b> (здоровье, физическое развитие, труд, самообслуживание ,социально-коммуникативное развитие).								
15.30 – 15.50	<b>Полдник:</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, этикет, физическое развитие, социально-коммуникативное развитие).								
15.50 - 16.30	Игры ролевые, дидактические (игра, познавательное, социально-коммуникативное развитие) Беседы, педагогические ситуации, индивидуальная работа с детьми по	15.50 - 16.30	Самостоятельная <b>игровая и художественная</b> деятельность детей(игра, познавательное, социально-коммуникативное развитие, художественно-эстетическое развитие)	15.50 - 16.30	Беседы, педагогические ситуации, индивидуальная работа с детьми по разным <b>образовательным областям.</b> Игры ролевые, дидактические (игра, познавательное,	15.50 - 16.30	<b>Досуги, праздники музыкальные, творческие игры</b>	15.50 - 16.30	<b>Игры</b> ролевые, дидактические (игра, познавательное, социально-коммуникативное развитие) Беседы, педагогические ситуации, индивидуальная работа с детьми по

	разным образовательным			16.00-16.20	социально-коммуникативное развитие) <b>Непосредственная образовательная деятельность</b>				разным образовательным областям
16.30 - 18.00	<b>Прогулка: наблюдение</b> в природе (познавательное развитие), <b>труд</b> в природе и в быту (познавательное, социально-коммуникативное развитие), <b>подвижные игры</b> (физическое развитие, познавательное развитие), <b>ролевые игры</b> (познавательное, социально-коммуникативное развитие), индивидуальная работа по <b>развитию движений</b> (физическое развитие), дидактические <b>игры</b> по экологии, развитию речи, ознакомлению с окружающим (познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие), <b>беседы</b> с детьми (познавательное, социально-коммуникативное развитие), <b>рисование</b> на асфальте, на мольбертах (художественно-эстетическое развитие).								
18.00	<b>Уход детей домой</b> (взаимодействие с семьей, социально- коммуникативное развитие).								

### Требования к организации режима дня и образовательной нагрузке (средняя группа)

В соответствии с СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций" и инструктивно-методическим письмом МО РФ № 65/23-16 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»

Требования СанПиН	По СанПиН	Фактически
Установленные часы приема пищи	Интервал между приемами пищи 3-4 часа. 12-часовое пребывание детей - 4-х разовое	Соблюдается
Общая продолжительность прогулки	3-4 часа	3 часа 40 мин.
Сон дневной	2-2,5 часа	2 часа 10 мин.
Самостоятельная деятельность детей	3-4 часа	3 часа 10 мин
Максимальный объем образовательной нагрузки в первой половине дня	Не превышает 40 мин.	40 мин.
Продолжительность непрерывной НОД: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	Не более 20 мин./ -	20 мин./ -
Перерыв между периодами НОД	Не менее 10 минут	10 минут

### Старший возраст ( дети с 5 до 6 лет)

Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
Время	Содержание	Время	Содержание	Время	Содержание	Время	Содержание	Время	Содержание

	непосредственно образовательной деятельности		непосредственно образовательной деятельности		непосредственно образовательной деятельности		непосредственно образовательной деятельности		непосредственно образовательной деятельности
6.00 – 8.10	<b>Прием детей</b> в группе, в теплый период года на улице: (взаимодействие с родителями, социально-коммуникативное развитие); <b>беседы с детьми</b> : (познавательное, социально-коммуникативное развитие, речевое развитие), <b>наблюдения</b> в природном уголке: (познавательное развитие); свободные игры (игра); индивидуальные и подгрупповые <b>дидактические игры</b> : (познавательное, социально-коммуникативное развитие, речевое развитие, игра); <b>чтение художественной литературы</b> ; самостоятельная деятельность в <b>уголке художественного творчества</b> : (познавательное, социально-коммуникативное развитие, художественно-эстетическое развитие, игра); <b>подготовка к завтраку</b> (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, физическое развитие, социально-коммуникативное развитие).								
8.10-8.20	<b>Утренняя гимнастика</b> : (физическое развитие, игра);								
8.20-8.30	<b>Подготовка к завтраку</b> (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет, физическое развитие, социально-коммуникативное развитие).								
8.30-8.50	<b>Завтрак</b> (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет, физическое развитие, социально-коммуникативное развитие).								
8.50-9.00	<b>Подготовка к непосредственной образовательной деятельности, свободные игры</b> . (самообслуживание, познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие)								
9.00-9.25	Непосредственная образовательная деятельность	9.00-9.25	Непосредственная образовательная деятельность	9.00-9.25	Непосредственная образовательная деятельность	9.00-9.25	Непосредственная образовательная деятельность	9.00-9.25	Непосредственная образовательная деятельность
9.25-9.35	<b>Подвижные игры</b> (физическое развитие, игра)								
9.35-10.00	Непосредственная образовательная деятельность	9.35-10.00	Непосредственная образовательная деятельность	9.35-10.00	Непосредственная образовательная деятельность	9.35-10.00	Непосредственная образовательная деятельность	9.35-10.00	Непосредственная образовательная деятельность
10.00 - 10.10	Оздоровительные мероприятия : пальчиковая гимнастика, психогимнастика по методике «Чистяковой, лечебные игры Галанова, игровой массаж А.Уманской и Динейки (в чередовании в течении недели) (игра, здоровье, коммуникация) <b>2-й завтрак</b> (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет, физическое развитие, социально-коммуникативное развитие).								
10.10 - 12.20	<b>Подготовка к прогулке</b> (самообслуживание, познавательное, социально-коммуникативное развитие). <b>Прогулка: наблюдение</b> в природе (познавательное развитие), <b>труд</b> в природе и в быту, <b>подвижные игры</b> (физическое развитие, познавательное развитие), <b>ролевые игры</b> (познавательное, социально-коммуникативное развитие,), индивидуальная работа по <b>развитию движений</b> (физическое развитие), дидактические <b>игры</b> по экологии, развитию речи, ознакомлению с окружающим (познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие), <b>беседы</b> с детьми (познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие), <b>рисование</b> на асфальте, на мольбертах (художественно-эстетическое развитие), <b>физкультура на улице 11-05-11.15</b>								

	<b>Возвращение с прогулки, подготовка к обеду</b> (самообслуживание, безопасность, труд, культурно-гигиенические навыки, этикет, познавательное, социально-коммуникативное развитие, художественно-эстетическое развитие) Ароматерапия помещений эфирными маслами в сочетании с проветриванием								
12.20-12.50	<b>Подготовка к обеду</b> (самообслуживание, безопасность, труд, культурно-гигиенические навыки, этикет, познание, художественная литература, социально-коммуникативное развитие) <b>Обед</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье – полоскание ротовой полости, социально-коммуникативное развитие).								
12.50-15.00	<b>Подготовка ко сну</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, , художественная литература, закаляющее мероприятие «Льдинка» в сочетании с психогимнастикой засыпания, музыкотерапия) <b>Сон</b> (физическое развитие)								
15.00-15.15	<b>Постепенный подъем, гимнастика после сна, воздушные ванны, водные, гигиенические процедуры, обширное умывание, профилактика плоскостопия</b> (физическое развитие, самообслуживание, познавательное, социально-коммуникативное развитие). <b>Самостоятельная игровая деятельность.</b> (социально-коммуникативное развитие, художественно-эстетическое развитие.)								
15.15-15.40	Непосредственная образовательная деятельность	15.15-15.40	Непосредственная образовательная деятельность	15.15-15.40	Самостоятельная игровая деятельность.	15.15-15.40	Непосредственная образовательная деятельность	15.15-15.40	Самостоятельная игровая деятельность.
15.40-16.00	<b>Подготовка к полднику. Дежурство.</b> (познавательное, социально-коммуникативное развитие) <b>Полдник:</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, этикет, физическое развитие, социально-коммуникативное развитие).								
15.50 - 16.30	<b>Игры</b> ролевые, дидактические (игра, познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие) Беседы, педагогические ситуации, индивидуальная работа с детьми по разным <b>образовательным</b>	15.50 - 16.30	Самостоятельная <b>игровая и художественная</b> деятельность детей(игра, познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие, художественно-эстетическое развитие)	15.50 - 16.30	Беседы, педагогические ситуации, индивидуальная работа с детьми по разным <b>образовательным областям.</b> <b>Игры</b> ролевые, дидактические (игра, познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие)	15.50 - 16.30	<b>Досуги, праздники музыкальные, творческие игры</b>	15.50 - 16.30	<b>Игры</b> ролевые, дидактические (игра, познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие) Беседы, педагогические ситуации, индивидуальная работа с детьми по разным <b>образовательным областям</b>
16.30 - 18.00	<b>Прогулка: наблюдение</b> в природе (познавательное развитие), <b>труд</b> в природе и в быту (познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие), <b>подвижные игры</b> (физическое развитие, познавательное развитие), <b>ролевые игры</b> (познавательное								

	развитие, социально-коммуникативное развитие), индивидуальная работа по <b>развитию движений</b> (физическое развитие), дидактические <b>игры</b> по экологии, развитию речи, ознакомлению с окружающим (познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие), <b>беседы</b> с детьми (познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие), <b>рисование</b> на асфальте, на мольбертах (художественно-эстетическое развитие).
18.00	<b>Уход детей домой</b> (взаимодействие с семьей, социально-коммуникативное развитие).

### *Требования к организации режима дня и образовательной нагрузке*

В соответствии с СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций" и инструктивно-методическим письмом МО РФ № 65/23-16 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»

Требования СанПиН	По СанПиН	Фактически
Установленные часы приема пищи	Интервал между приемами пищи 3-4 часа. 12-часовое пребывание детей – 4-х разовое	Соблюдается
Общая продолжительность прогулки	3-4 часа	3 часа 40 мин.
Сон дневной	2-2,5 часа	2 часа 10 мин.
Самостоятельная деятельность детей	3-4 часа	3 часа 10 мин.
Максимальный объем образовательной нагрузки в первой половине дня	Не превышает 45 мин.	45 мин.
Продолжительность непрерывной НОД: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	Не более 25 минут + / +	20-25 мин + / +
Перерыв между периодами НОД	Не менее 10 минут	15 минут и более

### **Подготовительная к школе (дети с 6 до 7 лет)**

Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
Время	Содержание непосредственно образовательной деятельности	Время	Содержание непосредственно образовательной деятельности	Время	Содержание непосредственно образовательной деятельности	Время	Содержание непосредственно образовательной деятельности	Время	Содержание непосредственно образовательной деятельности
6.00 – 8.20	<b>Прием детей</b> в группе, в теплый период года на улице: (взаимодействие с родителями, социально-коммуникативное развитие); <b>беседы с детьми</b> : (познавательное, социально-коммуникативное развитие, речевое развитие), <b>наблюдения</b> в природном уголке: ( познавательное развитие); свободные игры (игра); индивидуальные и подгрупповые <b>дидактические игры</b> : (познавательное, социально-коммуникативное								

	развитие, речевое развитие, игра); <b>чтение художественной литературы</b> ; самостоятельная деятельность в уголке <b>художественного творчества</b> : (познавательное, социально-коммуникативное развитие, художественно-эстетическое развитие, игра); <b>подготовка к завтраку</b> (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, физическое развитие, социально-коммуникативное развитие).								
8.00-8.30	Оздоровительные мероприятия : пальчиковая гимнастика, психогимнастика по методике «Чистяковой, лечебные игры Галанова, игровой массаж А.Уманской и Динейки, (в чередовании в течении недели). подготовка к утренней гимнастике ( физическое развитие, речевое развитие, познавательное развитие)								
8.30-8.30	<b>Утренняя гимнастика</b> : (физическое развитие, игра);								
8.30-8.50	<b>Подготовка к завтраку. Завтрак</b> (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет, физическое развитие, социально-коммуникативное развитие).								
8.50-9.00	<b>Подготовка к непосредственной образовательной деятельности, свободные игры.</b> (самообслуживание, познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие)								
9.00-9.30	Непосредственная образовательная деятельность	9.00-9.30	Непосредственная образовательная деятельность	9.00-9.30	Непосредственная образовательная деятельность	9.00-9.30	Непосредственная образовательная деятельность	9.00-9.30	Непосредственная образовательная деятельность
9.40-10.10		9.40-10.10		9.40-10.10		9.40-10.10		9.40-10.10	
10.10-10.20	<b>2-й завтрак</b> (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет, физическое развитие, социально-коммуникативное развитие).								
10.20-10.50	Непосредственная образовательная деятельность	10.20-10.50	Непосредственная образовательная деятельность	10.20-10.50	Непосредственная образовательная деятельность	10.20-10.50	Непосредственная образовательная деятельность	10.20-10.50	Непосредственная образовательная деятельность
10.50 - 12.30	<b>Подготовка к прогулке</b> (самообслуживание, социально-коммуникативное развитие). <b>Прогулка: наблюдение</b> в природе (познавательное развитие), <b>труд</b> в природе и в быту, <b>подвижные игры</b> (физическое развитие, познавательное развитие), <b>ролевые игры</b> (познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие), индивидуальная работа по <b>развитию движений</b> (физическое развитие), дидактические <b>игры</b> по экологии, развитию речи, ознакомлению с окружающим (познавательное, социально-коммуникативное развитие), <b>беседы</b> с детьми (познавательное, социально-коммуникативное развитие), <b>рисование</b> на асфальте, на мольбертах (художественно-эстетическое развитие), <b>физкультура на улице 12-00-12.30</b> <b>Возвращение с прогулки, подготовка к обеду</b> (самообслуживание, безопасность, труд, культурно-гигиенические навыки, этикет, познавательное, художественно-эстетическое развитие) Ароматерапия помещений эфирными маслами в сочетании с проветриванием								
12.30-13.00	<b>Подготовка к обеду</b> (самообслуживание, безопасность, труд, культурно-гигиенические навыки, этикет, познавательное, художественно-эстетическое развитие) <b>Обед</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье – полоскание ротовой полости, социально-								

	коммуникативное развитие).								
13.50-15.00	<b>Подготовка ко сну</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, , художественная литература, закаливающее мероприятие «Льдинка» в сочетании с психогимнастикой засыпания, музыкотерапия) <b>Сон</b> (физическое развитие)								
15.00-15.35	<b>Постепенный подъем, гимнастика после сна, воздушные ванны, водные, гигиенические процедуры, обширное умывание, профилактика плоскостопия</b> (физическое развитие, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие). <b>Самостоятельная игровая деятельность.</b> (социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие , художественно-эстетическое развитие).								
15.35 – 15.50	<b>Подготовка к полднику. Дежурство.</b> (познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие) <b>Полдник:</b> (самообслуживание, безопасность, культурно-гигиенические навыки, этикет, физическое развитие, социально-коммуникативное развитие).								
15.50 - 16.20	<b>Игры</b> ролевые, дидактические (игра, познание социализация, коммуникация) Беседы, педагогические ситуации, индивидуальная работа с детьми по разным <b>образовательным</b>	15.50 - 16.30	Самостоятельная <b>игровая и художественная деятельность</b> детей(игра, познавательное, социально-коммуникативное развитие, художественно-эстетическое развитие)	15.50 - 16.30	Беседы, педагогические ситуации, индивидуальная работа с детьми по разным <b>образовательным областям.</b> <b>Игры</b> ролевые, дидактические (игра, познавательное, социально-коммуникативное развитие)	15.50 - 16.30	<b>Досуги, праздники музыкальные, творческие игры</b>	15.50 - 16.30	<b>Игры</b> ролевые, дидактические (игра, познавательное, социально-коммуникативное развитие) Беседы, педагогические ситуации, индивидуальная работа с детьми по разным <b>образовательным областям</b>
16.20 - 18.00	<b>Прогулка: наблюдение</b> в природе (познавательное развитие), <b>труд</b> в природе и в быту (познавательное, социально-коммуникативное развитие), <b>подвижные игры</b> (физическое развитие, познавательное развитие), <b>ролевые игры</b> (познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие), индивидуальная работа по <b>развитию движений</b> (физическое развитие), дидактические <b>игры</b> по экологии, развитию речи, ознакомлению с окружающим (познавательное, социально-коммуникативное развитие), <b>беседы</b> с детьми (познавательное, речевое развитие), <b>рисование</b> на асфальте, на мольбертах (художественно-эстетическая деятельность).								
18.00	<b>Уход детей домой</b> (взаимодействие с семьей, социально-коммуникативное развитие).								

*Требования к организации режима дня и образовательной нагрузке (подготовительная к школе группа)*

В соответствии с СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций" и инструктивно-методическим письмом МО РФ № 65/23-16 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»

Требования СанПиН	По СанПиН	Фактически
Установленные часы приема пищи	Интервал между приемами пищи 3-4 часа. 12-часовое пребывание детей - 4-х разовое	Соблюдается
Общая продолжительность прогулки	3-4 часа	3 часа 20 мин.
Сон дневной	2-2,5 часа	2 часа
Самостоятельная деятельность детей	3-4 часа	3 часа
Максимальный объем образовательной нагрузки в первой половине дня	Не превышает 90 мин.	90 мин.
Продолжительность непрерывной НОД: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	Не более 30 минут + / +	30 мин + / +
Перерыв между периодами НОД	Не менее 10 минут	10 минут

### *Индивидуальный режим (для вновь поступающих детей)*

Режимные моменты	Рекомендации
Прием, знакомство с ребенком, родителями	Познакомить с детьми, показать все помещения группы, объяснить их назначение. Рассказать о жизни группы.
Утренняя гимнастика	Предложить понаблюдать, при желании поучаствовать.
Подготовка к завтраку, завтрак	Показать полотенце, понаблюдать, как моет руки, положительно оценить. Показать место за столом. Напомнить всем правила приема пищи и пользования столовыми принадлежностями. Не принуждать к еде.
Полоскание рта водой после еды	Понаблюдать за детьми. При желании – попробовать самому.
Организованная образовательная деятельность (по подгруппам)	Объяснить, чем будут заниматься. Предложить понаблюдать, при желании – поучаствовать. Положительно оценить.
Подготовка к прогулке	Напомнить всем последовательность одевания. При необходимости – оказать помощь.
Прогулка	Познакомить с участком группы, соседями, правилами поведения на прогулке. Привлечь к играм.
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры.	Помочь раздеться. Напомнить всем последовательность умывания.
Обед	Напомнить всем правила приема пищи и пользования столовыми приборами. Не принуждать к еде.

Дневной сон	Показать кровать. Понаблюдать, как дети раздеваются, уложить в числе последних. Наблюдение за сном.
Закаливающие мероприятия после сна. Бодрящая гимнастика	Предложить понаблюдать, при желании – принять участие.
Полдник	Напомнить всем правила приема пищи и пользования столовыми приборами. Не принуждать к еде.
Чтение художественной литературы	Предложить присоединиться к детям. При отказе – выбрать себе другой вид деятельности. Не принуждать.
Самостоятельная деятельность	Помочь в выборе деятельности. Оказать помощь
Организованная образовательная деятельность (по подгруппам)	Объяснить, чем будут заниматься. Предложить понаблюдать, при желании – поучаствовать. Положительно оценить.
Подготовка к прогулке	Одевать последним, раздевать первым.
Прогулка	Следить за соблюдением правил поведения на прогулке. Привлечь к играм
Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	Помочь в выборе деятельности. Оказать помощь.
Уход домой	Положительная оценка пребывания в детском саду. Пожелание встречи на следующий день

*Щадящий режим дня (для детей после болезни, ослабленных)*

Режимные моменты	Рекомендации
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика	Ограничить двигательную деятельность за счет индивидуальных бесед, спокойных игр. Во время утренней гимнастики исключить бег, прыжки (заменить ходьбой)
Подготовка к завтраку, завтрак	Мытье рук теплой водой. Полоскание рта теплой водой.
Организованная образовательная деятельность (по подгруппам)	Уменьшить интеллектуальную нагрузку. Во время занятий физической культурой исключить бег, прыжки, уменьшить физическую нагрузку на 50%.
Подготовка к прогулке	Одевать последним, раздевать первым.
Прогулка	Уменьшить двигательную активность за счет спокойных игр, индивидуальных занятий.
Гигиенические процедуры после прогулки	Умывание и мытье рук под наблюдением теплой водой.
Обед	Усадить за стол первым. Полоскание рта теплой водой
Дневной сон	Укладывать первым, поднимать последним.
Закаливающие мероприятия после сна	Исключить на 2 недели
Бодрящая гимнастика	Исключить на 1 неделю
Полдник	Мытье рук теплой водой

Самостоятельная деятельность	Ограничить двигательную активность за счет игр малой подвижности, развивающих, театрализованных, сюжетно-ролевых, дидактических игр
Организованная образовательная деятельность (по подгруппам)	Уменьшить интеллектуальную нагрузку. Во время занятий физической культурой исключить бег, прыжки, уменьшить физическую нагрузку на 50%.
Подготовка к прогулке	Одевать последним, раздевать первым.
Прогулка	Уменьшить двигательную активность за счет спокойных игр, индивидуальных занятий.
Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	Ограничить двигательную деятельность за счет индивидуальных бесед, спокойных игр.
Уход домой	Положительная оценка деятельности

Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ № 44  
 \_\_\_\_\_ Т.А. Бударина  
 «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2016

### 3.3.1 Расписание физкультурных занятий на 2016-2017 учебный год

Группы	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1-я младшая группа №2	15.10-15.20			15.10-15.20	
1-я младшая группа №7	15.40-15.50			15.40-15.50	
2-я младшая группа №5		9.00 – 9.15		9.00 – 9.15	10.00 -10.15 На улице (на участке)
Средняя группа № 1	9.30 – 9.50		9.30 – 9.50		10.25 – 10.45 На улице (на участке)
Средняя группа № 6	9.00 – 9.20		9.00 – 9.20		10.55 – 11.15 На улице (на участке)
Старшая группа №8		9.30 – 9.55		9.30 – 9.55	10.20 – 10-45 На улице (Спортивная площадка)
Подготовительная к школе группа № 3	10.20 - 10.50		10.20 - 10.50		10.55- 11.25 На улице (Спортивная площадка)
Подготовительная к школе группа № 4		10.20 - 10.50		10.20 - 10.50	11.35- 12.05 На улице (Спортивная площадка)





Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ № 44  
 Т.А. Бударина  
 26.08.2016

Двигательный режим в ДОУ в младших группах, по дням и неделям

	Понедельник			Вторник			Среда			Четверг			Пятница		
	1-я м.л. №7	1-я м.л. №2	2-я м.л. №5	1-я м.л. №7	1-я м.л. №2	2-я м.л. №5	1-я м.л. №7	1-я м.л. №2	2-я м.л. №5	1-я м.л. №7	1-я м.л. №2	2-я м.л. №5	Ран. Воз. №7	1-я м.л. №2	2-я м.л. №5
<b>Физкультурно-оздоровительная работа</b>															
<b>Утренняя гимнастика</b> (игровые упражнения общеразвивающего воздействия, игровые упражнения общеразвивающего воздействия с предметами, ритмическая гимнастика, оздоровительная гимнастика)	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
<b>Физкультурные занятия</b>			15	10	10				15	10	10		10	10	15
<b>Музыкальные занятия</b>	10	10				15	10	10				15			
<b>Физкультминутки на занятиях</b>	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3
<b>Прогулка (день и вечер)</b>															
<b>Самостоятельная двигательная активность</b>															
<b>Подвижные игры:</b> Сюжетная, бессюжетная,	19	20	25	15	15	25	10	9	25	15	15	25	19	20	25

Подвижные игры: Сюжетная, бессюжетная, хороводная, игра-забава, игровые упражнения с физкультурными способностями (индивидуально, с способностями)	19	20	25	15	15	25	10	9	25	15	15	25	19	20	25	
Оздоровительная ходьба				4у	5у	6у				4у	5у	6у				
Мини-поход «топ-топ, топает малыш»							20у	20у	25у							
Катание с горки (зимой)																
<b>Гимнастика после сна</b>																
Физические упражнения обще- развивающего воздействия	2	2	3				2	2	3				2	2	3	
Развитие мелкой моторики (игровые упражнения)	2	2	3				2	2	3				2	2	3	
Оздоровительная дорожка				2	2	3				2	2	3				
Дыхательные упражнения		3		3	3	4		3		3	3	4		3		
<b>Оздоровительно- игровой час в группе:</b> (игровые упражнения, подвижные игры, музыкально-ритмические движения)	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	
<b>Активный отдых</b> Физкультурный досуг	2 раза в месяц со второй младшей группы по 20 минут															
Физкультурные праздники	2 раза в год во всех возрастных группах															
День здоровья	1 раз в месяц с 1-й младшей группы															
Неделя здоровья (каникулы)	Неделя здоровья (каникулы)															
<b>Общее время за день</b>	1ч 00 мин	1ч 00 мин	1ч 09 мин	0ч. 58 мин	0ч. 58 мин	1ч 15 мин	1ч. 09 мин	1ч. 09 мин	1ч. 34 мин	1ч 00 мин	1ч. 00 мин	1ч. 10 мин		1ч. 00 мин	1ч. 10 мин	1ч. 09 мин

<b>Общее время за неделю</b>	1-я младшая группа №7 – 5ч.07 мин. 1-я младшая группа №3 – 5ч.07 мин. 2-я младшая группа №1- 6ч. 17 мин.
------------------------------	--

	Понедельник					Вторник					Среда					Четверг					Пятница									
	Ср №6	Ср №1	Ст. №8	П №3	П. №4	Ср №6	Ср №1	Ст. №8	П. №3	П. №4	Ср №6	Ср №1	Ст. №8	П. №3	П. №4	Ср №6	Ср №1	Ст. №8	П. №3	П. №4	Ср №1	Ср №1	Ст. №8	П. №3	П. №4					
<b>Физкультурно-оздоровительная работа</b>																														
<b>Утренняя гимнастика чередуются</b> (виды гимнастики через неделю): - Игровые упражнения общеразвивающего воздействия; - Игровые упражнения общеразвивающего воздействия с предметами; - Ритмическая гимнастика - Оздоровительная гимнастика - Подвижные и хороводные игры (по пятницам)	8	8	8	8	10	8	8	8	8	10	8	8	8	8	10		8	8	8	10	8	8	8	8	10	8	8	8	8	10
<b>Физкультурные занятия</b>				30	30	20	20	25						30	30		20	25			20	20	25	30	30					
<b>Музыкальные занятия</b>	20	20	25						30	30	20	20	25						30	30										
<b>Физкультминутки на занятиях</b>	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4		3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4
<b>Игры и упражнения между занятиями</b>	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8		8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8
<b>Прогулка (день и вечер)</b>																														
<b>Подвижные игры (сюжетная, бессюжетная,</b>	25	25	25	30	30	25	25	25	30	30	25	25	25	30	30		25	25	30	30	25	25	10	10	30					





Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ № 44  
 Т.А. Бударина  
 2016

**График проведения утренних зарядок  
 на 2016-2017 учебный год**

	1-я неделя			2-я неделя			3 неделя			4 неделя		
	время	вид	место	время	вид	место	время	вид	место	время	вид	место
1-я младшая группа №2	8.00	Классическая	Группа	8.00	Классическая	Группа	8.00	Классическая	Группа	8.00	Классическая	Группа
1-я младшая группа №7	8.00	Классическая	Группа	8.00	Классическая	Группа	8.00	Классическая	Группа	8.00	Классическая	Группа
2-я младшая группа №5	8.00	Оздоровительная	Спорт. зал	8.00	Ритмическая	Муз. зал	8.00	Без предметов	Муз. зал	8.00	С предметами	Спорт. зал
Средняя группа №1	8.00	Без предметов	Муз. зал	8.00	С предметами	Спорт. зал	8.00	Оздоровительная	Спорт. зал	8.00	Ритмическая	Муз. зал
Средняя группа №6	8.10	Оздоровительная	Спорт. зал	8.10	Ритмическая	Муз. зал	8.10	Без предметов	Муз. зал	8.10	С предметами	Спорт. зал
Старшая группа №8	8.10	Без предметов	Муз. зал	8.10	С предметами	Спорт. зал	8.10	Оздоровительная	Спорт. зал	8.10	Ритмическая	Муз. зал
Подготовительная к школе группа №3	8.20	Оздоровительная	Спорт. зал	8.20	Ритмическая	Муз. зал	8.20	Без предметов	Муз.зал	8.20	С предметами	Спорт. зал
Подготовительная к школе группа №4	8.20	Без предметов	Муз. зал	8.20	С предметами	Спорт. зал	8.20	Оздоровительная	Спорт. зал	8.20	Ритмическая	Муз. зал

### 3.4 Особенности традиционных праздников, событий, мероприятий

Месяц	Мероприятия	Категория участников	Ответственные	Отметка о проведении
Сентябрь	Спортивный праздник «Папа, мама и я – спортивная семья»	Дети старшего дошкольного возраста Группы № 8,3,4 Родители	Зам. зав. ВМР Воспитатели групп	
	День здоровья	Дети 2-х – младших - подготовительных к школе групп	Зам. зав. ВМР Воспитатели групп	
	Физкультурный досуг	Дети 2-х – младших - подготовительных к школе групп	Дети 2-х – младших и подготовительных к школе групп	
Октябрь	День здоровья «Личная гигиена»	Дети 1-х – младших и подготовительных к школе групп	Зам. зав. ВМР Воспитатели групп	
	Физкультурный досуг «Как здоровым быть»	Дети старшего дошкольного возраста Группы № 8,3,4	Зам. зав. ВМР Воспитатели групп	
Ноябрь	Участие в спортивном празднике "Веселые старты" в МОУ СОШ №8	Дети старшего дошкольного возраста Группы № 8,3,4	Зам. зав. ВМР Воспитатели групп	
	Физкультурный досуг «Поиграй-ка», Воспитатель и я – спортивная семья»	Дети старшего дошкольного возраста Группы № 8,3,4 Сотрудники детского сада	Зам. зав. ВМР Воспитатели групп	
	Неделя здоровья	Дети 1-х – младших - подготовительных к школе групп	Зам. зав. ВМР Воспитатели групп	
Декабрь	Физкультурный досуг на улице «Мы Мороза не боимся»	Дети старшего дошкольного возраста	Зам. зав. ВМР Воспитатели групп	

		Группы № 8,3,4		
	День здоровья «Тело человека»	Дети 1-х – младших - подготовительных к школе групп	Зам. зав. ВМР Воспитатели групп	
Январь	Зимние Олимпийские игры.	Дети 2-х – младших и подготовительных к школе групп	Зам. зав. ВМР Воспитатели групп	
Февраль	Веселые старты, посвященные Дню защитника Отечества	Дети старшего дошкольного возраста Группы № 8,3,4 родители	Зам. зав. ВМР Воспитатели групп	
	День здоровья «Ребенок на улицах города»	Дети 1-х – младших - подготовительных к школе групп	Зам. зав. ВМР Воспитатели групп	
Март	Спортивный праздник по ППБ (с приглашением пожарника)	Дети старшего дошкольного возраста Группы № 8,3,4	Зам. зав. ВМР Воспитатели групп	
Апрель	День здоровья «Врачи – наши помощники»	Дети 1-х – младших - подготовительных к школе групп	Зам. зав. ВМР Воспитатели групп	

### 3.4.1 Календарно-тематическое планирование по валеологическому воспитанию

Месяц	Азбука здоровья В рамках проекта «Физкультура для всех»		
	Содержание		
	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
Сентябрь	Главное чудо света – человек.	Строение человека	Стержень внутри меня. Что делает кости прочными? Как правильно сидеть, ходить, лежать?
	Мы все похожие и разные.	Силачи и тягачи в организме.	Почему я слышу? Как устроено ухо? Правила ухода за ушами.

	Знакомство детей с правилами личной гигиены.	Упражнение на формирование правильной осанки.	Моя одежда. Правила ухода за одеждой и обувью. Одевайся по погоде.
	Правила поведения и общения.	Кто кем командует.	Предметы личной гигиены. Для чего они необходимы
Октябрь	Основные части тела человека: голова, туловище, руки, ноги, глаза, нос	Мозг и его помощники (органы чувств)	Как устроены глаза? Что защищает глаза и что им может угрожать? Правила улучшения и сохранения зрения.
	Я – девочка и мальчик.	Как путешествует воздух.	Мой режим дня. Зачем делать зарядку.
	Для чего нужны мыло, мочалка и полотенце.	«Кухня» внутри человека.	Где я живу, страна, город, улица, дом
	Волшебство вежливых слов	Полезные и вредные продукты для человека.	Я – юный гражданин России. Герб, флаг, гимн – моей страны.
Ноябрь	.Как помогают глаза	Живые реки организма	Как мы дышим? Дыхательная гимнастика и ее значение. Роль носового дыхание в осенне-зимний период.
	Волшебство вежливых слов	Вредные привычки и в чем состоит их вред для организма.	Физкультура и закаливание.
	Как правильно одеваться, чтобы не заболеть.	Сигналы тревоги: «01»- пожарная служба, «02» - вызов милиции, «03» - скорая помощь, «04» - служба газа.	Проделки королевы Простуды.
	Что значит быть добрым и злым	Домашние опасности.	Какого человека считают умным. Почему? Правила жизни человека.
Декабрь	Человек в мире запахов: приятных и неприятных	Очень подозрительный тип.	Как путешествует пища? Для чего нужен язык? Какую работу выполняют зубы? Зачем и как нужно чистить зубы?
	Я сын или дочь, внук и внучка.	Что такое здоровье?	Правила приема пищи. Режим питания: завтрак, обед, ужин.
	Опасные ситуации на улице.	Мой режим дня. Учимся строить свой день по расписанию.	Правила поведения за столом.
	В нашем доме гости.	Уши, носик и глаза помогают нам всегда.	Будь осторожен дома – электроприборы.
Январь	Приятные и неприятные звуки	Сон и его значение	



	Повторение основных теоретических положений, рассмотренных на занятии в группе.	5	5	5	5	5	5	5	-
	Закрепление знаний в двигательной деятельности	30	30	30	30	30	30	30	-
3.	Занятия в музее, изостудии, фильмотеке	35	35	35	35	35	35	35	-
4.	Музыкальные занятия по олимпийской тематике	35	-	-	-	35	-	-	-
5.	Тематические физкультурные досуги	-	-	35	-	-	35	35	-
6.	Олимпийская неделя	-	-	-	-	-	-	-	70
7.	Театрализованный праздник «Малые олимпийские игры»	-	-	-	-	-	-	-	70
	Итого	4\35	3\35	3\35	2\35	4\35	3\35	3\35	4\35

### 3.4.2 Тематический план в рамках проекта «Путешествие в Олимпию»:

№ п/п	Месяц	Название темы	Учебные часы.
1.	Сентябрь	Спорт и спортсмены	1
2.	Октябрь	Боги и люди Олимпии	1
3.	Ноябрь	Олимпийские игры древности	1
4.	Декабрь	Возрождение Олимпийских игр	1
5.	Январь	Символика Олимпийских игр	1
6.	Февраль	Летние и зимние Олимпийские игры	1
7.	Март	Знаменитые олимпийцы современности	1
		Итого	7

### 3.4.3 Тематический план физкультурных олимпийских занятий

№ п/п	Месяц	Основные теоретические положения, рассмотренные на занятии в группе	Сюжетная двигательная деятельность	Учебные часы
1	Сентябрь	Что такое спорт. Кто такие спортсмены. Что нужно делать, чтобы стать спортсменом.	Соревнования «Кто быстрее пробежит», «Кто дальше прыгнет» (диагностика)	1
2	Октябрь	Боги и герои Олимпа. Физическое совершенство. Красота тела и движений.	Формирование осанки; создание образа в движении	1
3	Ноябрь	Зарождение Олимпийских игр. Традиции Олимпийских игр древности. Программа состязаний. Метания	Метание на дальность, развитие подвижности суставов плечевого пояса.	1
4	Декабрь	Возрождение олимпийских игр. Олимпийские виды спорта. Легкая атлетика. Марафон.	Длительный бег; развитие общей выносливости; создание образа в движении.	1
5	Январь	Олимпийская символика. Олимпийские традиции. Факельная эстафета.	Эстафетный бег по кругу, обучение передачи эстафеты.	1
6	Февраль	Зимние олимпийские игры, летние олимпийские игры: программа соревнований. Прыжки, входящие в олимпийскую программу	Стойка на лопатках; формирование у детей умения создавать образ в движении	1
7	Март	Знаменитые олимпийцы. Олимпийцы нашей страны. Спортивные игры, входящие в олимпийскую программу	Обучение элементам баскетбола; развитие координационных способностей; эстафета «Попади в корзину»	1
Итого				7

### 3.5 Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная среда группового помещения является частью целостной образовательной среды дошкольной организации. В рамках современных тенденций развития российского дошкольного образования возможны разные варианты создания развивающей предметно-пространственной среды при условии, что учитывается возрастная и гендерная специфика для реализации образовательной программы. В соответствии с ФГОС ДО и общеобразовательной программой ДОО развивающая предметно-пространственная среда создается педагогами для развития индивидуальности каждого ребенка с учетом его возможностей, уровня активности и интересов.

#### Характеристика развивающей предметно-пространственной среды.

<b>Критерии</b>	<b>Характеристика</b>
Содержательно-насыщенная	РППС включает в себя: <ul style="list-style-type: none"> <li>- средства обучения (в том числе технические), материалы (в том числе расходные), инвентарь, игровое, спортивное и оздоровительное оборудование, которые позволяют обеспечить игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех категорий детей, экспериментирование с материалами, доступными детям;</li> <li>- двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;</li> <li>- эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением;</li> <li>- возможность самовыражения детей</li> </ul>
Трансформируемая	Обеспечивать возможность изменений РППС в зависимости от образовательной ситуации, в том числе меняющихся интересов и возможностей детей
Полифункциональная	Обеспечивать возможность разнообразного использования составляющих РППС (например, детской мебели, матов, мягких модулей, ширм, в том числе природных материалов) в разных видах детской активности
Вариативная	Вариативность РППС предполагает: <ul style="list-style-type: none"> <li>- наличие в организации или группе различных видов пространства (для игры, конструирования, уединения и пр.), а также разнообразных материалов, игр, игрушек и оборудования, обеспечивающих свободный выбор детей;</li> <li>- периодическую сменяемость игрового материала, появление новых предметов, стимулирующих игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей</li> </ul>
Доступная	Обеспечивать свободный доступ воспитанников (в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья) к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности
Безопасная	Все элементы РППС должны соответствовать требованиям по обеспечению надёжности и безопасности их использования, такими как санитарно-эпидемиологические правила и нормативы, правила пожарной безопасности

#### **Регламент сменяемости информационного и игрового материала**

<b>Компоненты предметно-пространственной среды</b>	<b>Регламент сменяемости</b>	<b>Ответственный</b>
Расстановка мебели в группе, определение и оформление зон детской деятельности	по мере необходимости	Воспитатель
Подбор мебели (стол, стул) в соответствии с ростом детей	2 раза в год (сентябрь, март)	Воспитатель
Оформление раздевальной и групповой комнат в зависимости от сезона	1 раз в квартал	Воспитатель
Внесение новых игрушек, игр, атрибутов к сюжетно-ролевым играм	в соответствии с календарно-тематическим планированием	Воспитатель
Обновление материалов в центрах активности	в соответствии с тематическим планированием	Воспитатель

Обновление информационных материалов в уголках для родителей в группах	в соответствии с тематическим планированием	Воспитатель
Обновление выставки детского творчества в холле	в соответствии с тематическим планированием (не реже 1 раза в месяц)	Воспитатель

### Способы организации центров активности и размещения материалов

Помещение группы должно быть разделено на небольшие субпространства - так называемые центры активности (далее - Центры). Количество и организация Центров варьируется в зависимости от возможностей помещения и возраста детей. Пространство группы может быть разделено на Центры активности с помощью невысоких, устойчивых и прочных шкафов (полок) предпочтительно из натурального дерева. В шкафах оборудованы отделения (игровые модули), закрывающиеся дверцами.

Центр спортивный	Расширение индивидуального двигательного опыта	<p>Большие надувные мячи (2— 3 штуки)          Мячи малые и средние разных цветов (по 4— 5 штук).          Обручи (3—4 штуки).          Флажки разных цветов (8— 10 штук).          Ленты разных цветов на колечках (8— 10 штук).          Тонкий канат, веревки.          Кубики маленькие и средние разных цветов (по 8— 10 штук).          Оборудование для подлезания, перелезания, пролезания.          Массажные мячики разных цветов (8— 10 штук).          Массажные коврики и ребристые дорожки.          Нетрадиционное спортивное оборудование (мячи-сокс; гантельки из пластиковых бутылочек, наполненных песком и т.п.).          Забавная игрушка-кольцеброс.</p>
Центр строительства	<p>Проживание, пре образование познавательного опыта в продуктивной деятельности          - Развитие ручной умелости, творчества</p>	<p>Напольный строительный материал          Настольный строительный материал          Пластмассовые конструкторы          Конструкторы с металлическими деталями          Схемы и модели для всех видов конструкторов          Транспортные игрушки          Схемы, иллюстрации отдельных построек          Игрушки-вкладыши</p>
Центр сюжетно-ролевых игр	Реализация ребенком полученных и имеющихся знаний об окружающем мире в игре	<p>Атрибутика для сюжетно-ролевых игр ( «Больница», «Мы – спортсмены», «Олимпийские игры», « Репортаж со стадиона», «Магазин Спортивных товаров, «Строим Стадион») Предметы-заместители</p>

	- Накопление жизненного опыта	
Центр безопасности	Расширение познавательного опыта, его использование в повседневной деятельности	Дидактические и настольно-печатные игры по профилактике ДТП Макеты улиц города Дорожные знаки Набор мелких машин для игры
Центр литературы	Формировать умение самостоятельно работать с книгой	Детская художественная литература в соответствии с возрастом детей о спорте Альбомы для рассматривания (по ознакомлению с художественной литературой) Портреты детских поэтов и писателей Тематические выставки о спорте
Центр театра	Развитие творческих способностей ребенка, стремления проявить себя в играх- драматизациях	Ширмы Элементы костюмов спортсменов Различные виды театров Предметы декораций на спортивную тематику
Центр искусств	Проживание, преобразование познавательного опыта в продуктивной деятельности Развитие ручной умелости, творчества	Толстые восковые и акварельные мелки. Цветной мел. Цветные карандаши. Гуашь. Акварельные краски для рисования пальчиками. Пластелин. Цветная и белая бумага. Картон. Обои. Наклейки. Ткани. Самоклеящаяся пленка. Кисточки для рисования. Поролон. Печатки, клише. Клеевые карандаши. Наборное полотно. Доска. Коврограф. Магнитная доска. Наборы открыток, картинки, книги и альбомы с иллюстрациями, предметные картинки Портреты известных спортсменов

<p>Центр музыки</p>	<p>Развитие творческих способностей в самостоятельной ритмической деятельности</p>	<p>Детские музыкальные инструменты          Портреты композиторов          Магнитофон          Набор аудиозаписей          Музыкальные игрушки          Самодельные музыкальные инструменты          Музыкально-дидактические игры          Альбом «Песни о спорте»          Аудиозаписи « Песни о спорте»</p>
<p>Центр краеведения</p>	<p>Расширение краеведческих представлений ребенка, накопление познавательного опыта</p>	<p>Государственная символика, символика Владимирского края, символика Коврова          Фотографии и альбомы о ковровских и Владимирских спортсменах.          Альбомы для рассматривания («Ковров» - спортивный», «Москва - столица нашей Родины», «Спортивные достопримечательности г. Коврова» и др.)          Альбомы «История развития спорта родного края»          Дидактические игры с краеведческим содержанием          Предметы народно-прикладного искусства          Олимпийский флаг, символика олимпийских игр.</p>