

МБДОУ «Детский сад комбинированного вида № 1»



**«Дружная семейка»**

Управление образования мэрии г.Череповца  
Череповецкий филиал АОУ ВО ДПО  
«Вологодский институт развития образования»  
МБДОУ «ДСКВ №1»»



Тема инновационной работы учебно-методической площадки в  
2011-2012уч.г

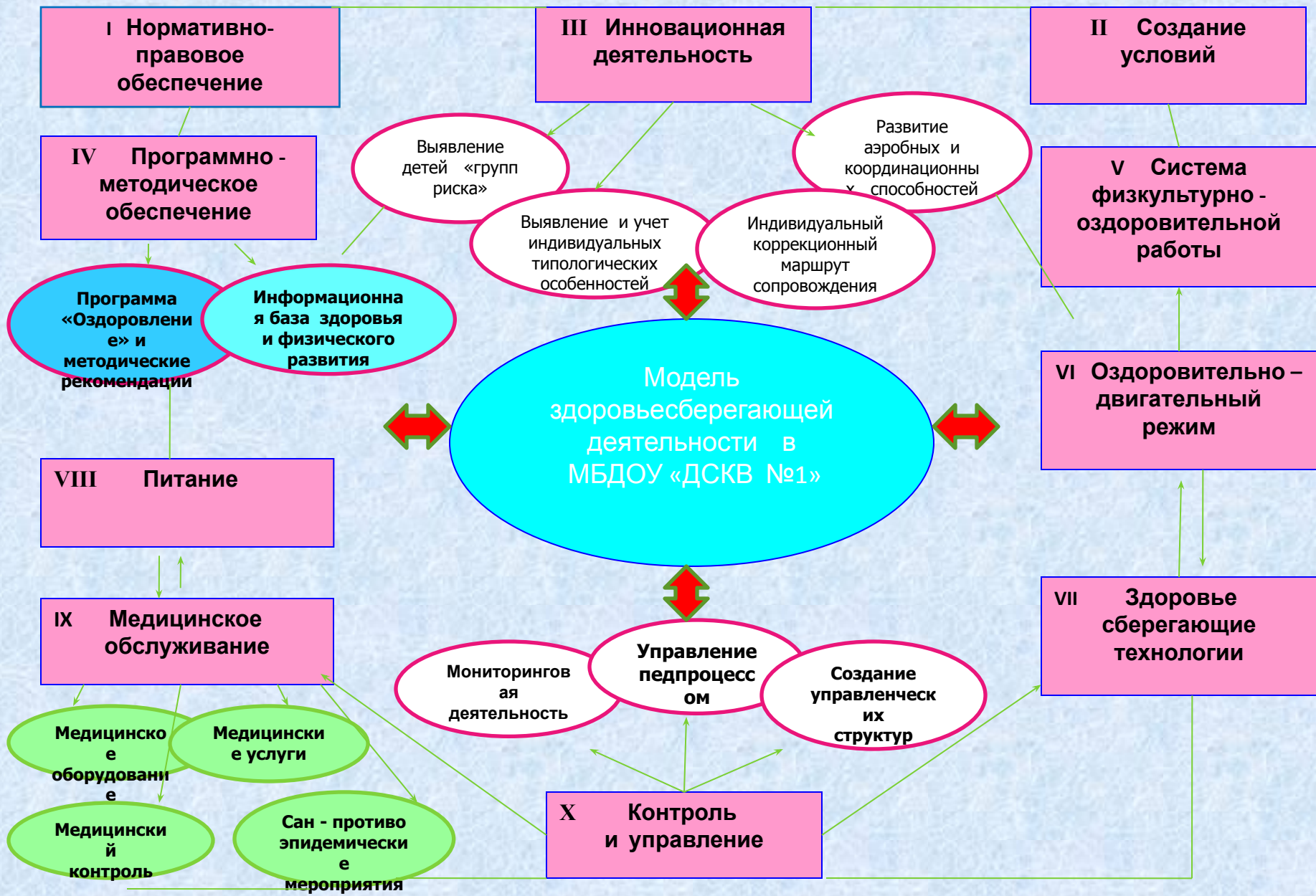
**«Воспитание основ культуры здоровья детей в дошкольном образовательном учреждении с приоритетным осуществлением физического развития и оздоровления».**

- **Цель:** выработка концептуальной модели, сочетающей укрепление организма с оптимальным развитием индивидуальности ребенка с использованием рекреационных форм двигательной активности в рамках адаптивной физической культуры в процессе внедрения различных форм и методов педагогической деятельности на основе разноуровневого взаимодействия специалистов и воспитателей.
- **Участники работы площадки:** Порфирьева А.С. – заведующий ДООУ;
- Лебедева Е.А., –воспитатель., Харламова И.М.-инструктор по физ.культуре (дополнительно)
- **Адрес учреждения:** г. Череповец, ул. Краснодонцев, дом 76.
- **Контактный телефон:** 23-49-97
- **Адрес электронной почты:** [sad1cher@yandex.ru](mailto:sad1cher@yandex.ru)

**Воспитание основ культуры  
здоровья детей в дошкольном  
образовательном учреждении с  
приоритетным осуществлением  
физического развития и здоровья**



**МБДОУ «ДСКВ №1»  
г.Череповец**



# Новизна и практическая значимость нововведений, реализуемых в модели

- обоснование необходимости и практическое осуществление образовательной деятельности по формированию основ здоровьесберегающего мировоззрения для эффективного воспитания основ культуры здоровья у дошкольников на базе основополагающих принципов научности, преемственности, дифференцированности, интеграции, комплексно-тематического подхода;
- Теоретическое обоснование и практическое применение многоуровневой системы реализации типологического и индивидуального подходов, базирующихся на представлении о здоровье организма, социального индивида и личности;
- разработка новых подходов, отработка эффективных методик укрепления здоровья организма, социального индивида и личности ребенка;
- разработка новой модели здоровьесбережения всех участников образовательного процесса.

## Основные задачи в рамках реализации модели здоровьесбережения воспитанников:

- Внедрять новые подходы в совершенствовании двигательного режима детей разных типологических групп.
- Разрабатывать основы комплексного взаимодействия педагогов и специалистов службы ППМС сопровождения в реализации модели индивидуализации развития и двигательной подготовленности ребенка.
- Апробировать новые эффективные формы взаимодействия с детьми 3-7 лет в совместных видах деятельности.
- Продолжать развитие аэробных и координационных способностей детей старшего дошкольного возраста на основе индивидуальных коррекционных маршрутов.
- Выполнить проектирование, конструирование и реализацию вариативных педагогических исследований, направленных на развитие двигательной сферы детей, сравнение эффективности нескольких вариантов предлагаемых изменений.
- Продолжить работу по формированию культуры здоровья у педагогов и воспитанников на различных уровнях в соответствии с выявленными межгрупповыми различиями.
- Совершенствовать профессиональную компетентность педагогов в вопросах воспитания основ культуры здоровья в организованных занятиях и совместной деятельности через поиск новых форм и видов педагогического взаимодействия с детьми дошкольного возраста.

# Основные направления здоровьесберегающей деятельности

- Комплексное решение различных здоровьесберегающих задач во всех основных блоках модели по 3-м линиям здоровья: здоровье организма, здоровье личности, здоровье социального индивида.
- Комплексное взаимодействие педагогов и специалистов службы ППМС сопровождения, использование дифференцированного подхода специалистов и воспитателей в определении видов педагогического воздействия и взаимодействия (ребенок- субъект, ребенок- объект ) в реализации двигательных возможностей детей, эффективном освоении программы «Оздоровление».
- Использование дифференцированного подхода специалистов и воспитателей ДОУ в определении видов педагогического воздействия и взаимодействия (ребенок- субъект, ребенок- объект), в реализации двигательных возможностей детей, формировании основ культуры здоровья.
- Повышение эффективности медико-педагогического сопровождения( паспорта здоровья групп, персонифицированные карты, карты «Как мы ходим в детский сад», журналы взаимодействия специалистов и воспитателей групп, листы учета оздоровительных мероприятий ...)
- Создание информационной базы здоровья и физического развития воспитанников, повышение качества программно-методического обеспечения, постоянный выпуск методического продукта в ДОУ.
- Мероприятия по изменению ПРС в группах и дополнительных помещениях ДОУ, придание среде динамичного здоровьесберегающего характера (оформление «Полочек Здоровья», обновление Центров движения в группах, комплексная фитонцидотерапия, использование аэрофитомодулей, офталмотренажеров, ионизатора воздуха ...)

# Основные направления работы учебно-методической площадки в 2011-2012 учебном году

- Воспитание основ культуры здоровья дошкольников в различных формах образовательной деятельности по программе «Оздоровление».
- Создание полифункционального образовательного пространства в группах в соответствии с ФГТ, как условия реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования.
- Переработка содержания комплексной программы «Оздоровление» для работы с детьми в группах различной направленности в соответствии с ФГТ.
- Повышение профессиональной компетентности педагогов и родителей по проблеме сохранения здоровья всех участников образовательного процесса.





# КОМПЛЕКС ЭЛЕМЕНТОВ СОВРЕМЕННЫХ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ

- **Фитонцидотерапия** (чесночная терапия, использование аэрофитомодулей)
- **Фитотерапия** (витаминный коктейль «Здоровье», целебные отвары)
- **Оксигенотерапия** (кислородный коктейль)
- **Ароматерапия** (аромалампы, травяные подушечки – выборочно, индивидуально)
- **Элементы психотерапии: сказкотерапия, музыкотерапия, релаксация**
- **Гидротерапия**
- **Песочная терапия**
- **Элементы агротерапии**
- **Звукотерапия** (звуковое дыхание, как разновидность восстанавливающего)
- **Элементы арттерапии**
- **Психогимнастика, Игротренинги на здоровье личности**
- **Система дыхательных упражнений по программе «Секреты воздуха»**
- **Оздоровительный самомассаж: пальчиковая и суставная гимнастики**
- **Кинезиологические упражнения**
- **Офтальмогимнастика, офтальмотренажеры**
- **Непосредственно организованная деятельность в режиме двигательной активности до 60-70%**
- **Дозированная ходьба продолжительностью не менее 5 минут**
- **Игровые комплексы на развитие аэробных возможностей организма**
- **Оздоровительный медленный бег продолжительностью не менее 4 минут**

# Модель физкультурно-оздоровительной работы с детьми



# раздел: «Воспитание культуры тела и физическое развитие»

**Цель:** укрепление здоровья и обеспечение полноценного телесного развития

с учетом типологических и индивидуальных особенностей дошкольников.

- **Обучающие задачи:**

- обучать элементам техники, улучшать качество социально необходимых двигательных умений и навыков
- развивать координационные качества, гибкость и пластику, равновесие и координацию, аэробную работоспособность, скоростной и силовой компоненты, ориентировку в пространстве при выполнении движений
- совершенствовать умения подражать движениям взрослого и сверстника, при закреплении движений использовать продуктивную фантазию

- **Здоровьесберегающие задачи:**

- охранять и укреплять соматическое здоровье ребенка, совершенствовать и развивать физиологическое дыхание
- создавать условия для реализации потребности в двигательной активности в соответствии с типологическими особенностями детей, развивать рабочие возможности организма
- совершенствовать физическое развитие в соответствии с состоянием здоровья, особенностями, с учетом интересов и способностей детей, формировать положительный эмоциональный настрой

- **Воспитательные задачи:**

- содействовать принятию воспитанниками ценностей ЗОЖ
- развивать интерес к физическим упражнениям и подвижным играм
- воспитывать справедливость, честность, дружелюбие, организованность, самостоятельность
- познакомить с различными социальными ролями
- приучать заботиться о физкультурном и спортивном инвентаре, готовить его к занятиям
- осуществлять художественно- физическое воспитание детей на занятиях в спортивных секциях

# Содержание непосредственно организованной физкультурно-оздоровительной деятельности и деятельности в режимных процессах в соответствии с ФГТ

- **Организованная физкультурно-оздоровительная деятельность в зале в области «Физическая культура»**
- «Гимнастика пробуждения»,
- «Минуты здоровья»,
- оздоровительно-двигательная переменка на прогулке, оздоровительные паузы, дыхательная гимнастика «Секреты воздуха»,
- подвижные игры разной степени интенсивности, циклические движения
- **Цикл игровых тренингов**
- **«психологическое здоровье личности»**
- Организованная образовательная музыкально-оздоровительная деятельность в области «Музыка»
- **Циклы встреч в**
- **Клубах «Неболейка»,**
- **«Целебное лукошко»**
- **Организованная образовательная –оздоровительная деятельность в области «Художественный труд»-цикл «Красота и здоровье»**
- **Организованная образовательная оздоровительная деятельность в области «Здоровье»-цикл «Хочу быть здоровым»**

# Типы непосредственно организованной физкультурно-оздоровительной деятельности в реализации образовательной области «Физическая культура» с учетом принципа интеграции образовательных областей

- **Традиционная структурная**
- **Структурная смешанная** с нетрадиционной основной частью (ОРУ по образам абиотических факторов)
- **Сюжетно – игровая**
- **Игровая -**  
с образами, предметами, пособиями, спортивным инвентарем
- **Тематическая** – преобладает один вид физ.упражнений или использование одного вида оборудования
- **Тренировочная- круговая** тренировка, общая тренировка, учебно-тренировочная деятельность
- **Комплексная**– с широким использованием интеграции по различным образовательным областям, синтез различных видов деятельности
- **Контрольно-проверочное** (зачетное)
- **С использованием тренажеров**
- **Деятельность по интересам**
- **Детский туризм** – длительная ходьба по определенному маршруту

# Типы организации физкультурно-оздоровительной деятельности в зале



- Традиционная структурная
- Сюжетно-игровая, по интересам
- С нетрадиционной основной частью
- Комплексная
- Сюжетно-игровая
- Тематическая
- деятельность,
  
- Тренировочная, с тренажерами

# Физкультурно-оздоровительная деятельность в режиме дня

- Утренняя оздоровительная гимнастика
- Музыкально-ритмическая гимнастика
- Гимнастика пробуждения после сна:
  - музыкотерапия, разминка, дыхательные упражнения, корректирующая гимнастика, упражнения бодрящей гимнастики, самомассаж, босохождение, упражнения с простейшими тренажерами-массажерами, закаливание, аэрофитотерапия
- «Минуты здоровья»
- Элементы «психогимнастики», гидротерапия
- Оздоровительные паузы на занятиях «Хочу быть здоровым», интегративных познавательных занятиях
- Сказкотерапия, музыкотерапия
- Физминутки на занятиях развивающего блока
- Система оздоровительно-дыхательных упражнений «Секреты воздуха»
- Кинезиологические упражнения
- Аэрофитотерапия Самомассаж
- Суставная, пальчиковая гимнастика
- Закаливающие процедуры: контрастное обливание ног, босохождение, ходьба по «мокрым дорожкам»
- «Школа дыхания»
- Дневная оздоровительная прогулка с проведением оздоровительной двигательной перемены
- Двигательная перемена на прогулке продолжительностью 10-15 минут
- Утренняя и вечерняя оздоровительные прогулки с дозированной ходьбой
- Самостоятельная двигательная деятельность- «двигательное творчество детей» в течение дня
- Дозированная ходьба на прогулке не менее 4 минут.
- Оздоровительный медленный бег на разные дистанции и ходьба
- Спортивные игры и упражнения на прогулке
- Подвижные игры разной степени интенсивности
- Секционная работа с детьми- развивающая, спортивная
- Индивидуальные упражнения с тренажерами
- Работа «Группы здоровья»- коррекционно-оздоровительная
- Работа группы ОФП
- Индивидуальная работа по освоению ОВД
- Семейный клуб здоровья

# В содержание основных видов физкультурно-оздоровительной деятельности дополнительно включено:



- **Движения циклического характера**
  - медленный бег
  - быстрая ритмичная ходьба
  - оздоровительная медленная ходьба
- **Система дыхательных упражнений по программе**
- **Упражнения на развитие координационных способностей**

## **Занятия-походы «минитуризм» включают:**

- оздоровительная ходьба на длинные дистанции с ритмическим дыханием





# Алгоритм проведения «гимнастики пробуждения» после сна

- **Музыкотерапия с разминкой**
  - разминка в кроватках
  - элементы самомассажа и суставной гимнастики из положения лежа и сидя - 3-4 мин.
- **Дыхательные упражнения «Секреты воздуха»** - 30 сек.
- **Имитационные упражнения разминки для мышц рук и ног, ходьба на месте около кроваток**
  - 1-2 мин.
- **Бодрящая гимнастика игрового характера, босохождение, ходьба по корригирующим дорожкам, «мокрые дорожки»** - 4-5 мин.
- **Индивидуальные упражнения с простейшими детскими мини-тренажерами, массажерами** - 4-5 мин.
- **Дыхательные упражнения на восстановление дыхания** - 30 сек
- **Фитотерапия**



# АЛГОРИТМ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДНЕВНОЙ ПРОГУЛКИ

- \* **Разминка, оздоровительный медленный бег, оздоровительная ходьба.**  
(в теплое время года в начале прогулки)
- **Организованные наблюдения в природе и окружающем**  
-Беседы с детьми с использованием художественного слова.
- **Оздоровительная двигательная переменка:**
  - - дыхательные упражнения
  - - оздоровительно-развивающие упражнения (ОРУ)
  - - «сюжетная гимнастика» -образно-подражательные, имитационные движения по образам абиотических факторов, творческое двигательное самовыражение детей
  - - подвижные игры различной степени интенсивности (с учетом типологических особенностей детей) - (длительность переменки 10-15 мин.)
- **Совместные дидактические, сюжетные самодеятельные игры** (отработка образных представлений о факторах, благоприятствующих сохранению здоровья воспитанников).
- **Индивидуальная работа с детьми** (в том числе по совершенствованию основных движений).
- **Игровое двигательно-познавательное экспериментирование** (совместная и самостоятельная игровая и трудовая двигательная деятельность детей)
- **Оздоровительный медленный бег** (в холодное время года в конце прогулки), **ходьба, упражнения на восстановление дыхания, упражнения заминки.**

# СТРУКТУРА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ПЕРЕМЕНКИ НА ПРОГУЛКЕ



# «МИНУТЫ ЗДОРОВЬЯ»

**ДВИГАТЕЛЬНОЕ  
ТВОРЧЕСТВО ПО  
ОБРАЗАМ  
АБИОТИЧЕСКИХ  
ФАКТОРОВ**

ИГРЫ НА РАСШИРЕНИЕ  
КАНАЛОВ  
СОЦИАЛИЗАЦИИ

ИГРЫ НА РАЗВИТИЕ  
ГРУППОВОЙ  
СПЛОЧЕННОСТИ

ПЛАСТИЧЕСКИЕ  
ЭТЮДЫ НА ОБРАЗЫ  
АБИОТИЧЕСКИХ  
ФАКТОРОВ

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ  
РАЗНОЙ СТЕПЕНИ  
ПОДВИЖНОСТИ

ПАЛЬЧИКОВАЯ,  
СУСТАВНАЯ  
ГИМНАСТИКА

ДОСУГОВЫЕ,  
ХОРОВОДНЫЕ ИГРЫ

ЛОГОРИТМИКА,  
РЕЧЕДВИГАТЕЛЬНЫЕ  
ИГРЫ

«ИГРЫ, КОТОРЫЕ  
ЛЕЧАТ»-  
ПРОФИЛАКТИКА  
ПЛОСКОСТОПИЯ,  
КОРРЕКЦИЯ ОСАНКИ

ПСИХОГИМНАСТИКА,  
МИНИ-ЭТЮДЫ  
ОБЩЕНИЯ

ОФТАЛЬМОГИМНАСТИКА

СИСТЕМА  
ДЫХАТЕЛЬНЫХ  
УПРАЖНЕНИЙ

КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИЕ  
ИГРЫ, УПРАЖНЕНИЯ

РЕЛАКСАЦИОННЫЕ  
ИГРЫ  
И УПРАЖНЕНИЯ

ИГРЫ НА  
КООРДИНАЦИЮ,  
РАВНОВЕСИЕ

КОРРЕКЦИОННЫЕ ИГРЫ  
НА «ЗДОРОВЬЕ  
ЛИЧНОСТИ»

# Физкультурно-оздоровительная деятельность на воздухе



- В содержание физкультурной деятельности на прогулке включаются подвижные игры различной степени интенсивности, в том числе, на основе типоспецифического подхода: для быстрых и медлительных детей.
- Активно используются комплексы двигательных упражнений на развитие координационных способностей дошкольников.

# Активный отдых - физкультурно-массовые мероприятия



- «День здоровья» - 1 раз в квартал
- «Неделя здоровья» - (каникулы) - 1 раз в год
- Физкультурно-оздоровительные праздники для детей старшего возраста – 2 раза в год
- Фольклорно-оздоровительные праздники для детей младшего, среднего дошкольного возраста - 2 раза в год
- Досуги – развлечения - 1 раз в месяц
- Детский мини-туризм

# Непосредственно организованная физкультурно-оздоровительная деятельность



Организация физкультурно-оздоровительной деятельности также основана на принципе интеграции образовательных областей: «Физическая культура», «Здоровье», «Безопасность», «Познание», «Музыка».

# Дополнительные формы секционной и индивидуальной работы по оптимизации двигательного режима в ДОУ





# Цикл «Хочу быть здоровым»



# Игровые тренинги по психологическому здоровью личности



- Игровые тренинги, которые проводит педагог-психолог, направлены на психологическое здоровье личности. Организуются с детьми в режимных процессах. Они включают в свое содержание психологические этюды, коммуникативные игры, игровые упражнения на развитие эмоций, элементы сказкотерапии, двигательные игры.

# Передовой педагогический опыт по организации оздоровительно-двигательного режима во 2 младшей группе общеразвивающей направленности



## « СТАЖЕРСКАЯ ПЛОЩАДКА»

воспитателя Веселовой С.М.

- Гимнастика пробуждения с ходьбой по корригирующим дорожкам
- Использование детских мини-тренажеров
- Закаливание «топтанье на камешках»



# Открытые мероприятия, проведенные в рамках работы учебно-методической площадки в 2011-2012 уч. году.

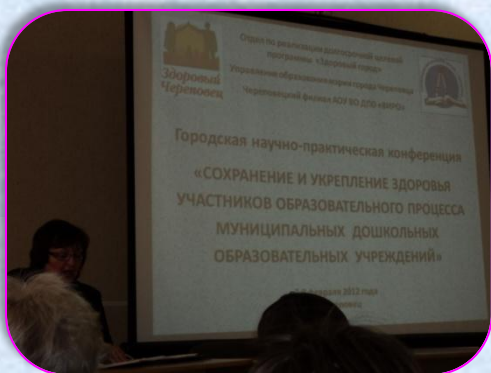


- Организованная физкультурно-оздоровительная деятельность в старшей группе по теме: «Воздух вокруг нас» по руководством инструктора по физической культуре Харламовой И.М., с участием воспитателя Лебедевой Е.А.
- Непосредственно организованная познавательная деятельность на основе интеграции образовательных областей: Познание, Здоровье, Коммуникация, Социализация, Чтение художественной литературы, Труд, Музыка по теме «Птицы -наши друзья» с детьми 2 младшей группы, воспитатель Цыганова Л.Н.



# Участие в городской научно-практической конференции «Сохранение и укрепление здоровья участников образовательного процесса»

г.Череповец, февраль 2012года



# Трансляция опыта работы педагогов на областном уровне

Информационно-  
методический и научно-  
педагогический журнал  
«ИСТОЧНИК»

№4 декабрь 2011года

Статья

«Интегрированные занятия в  
авторской комплексной  
программе  
«Оздоровление»

для детей с ранними  
проявлениями  
туберкулезной инфекции»

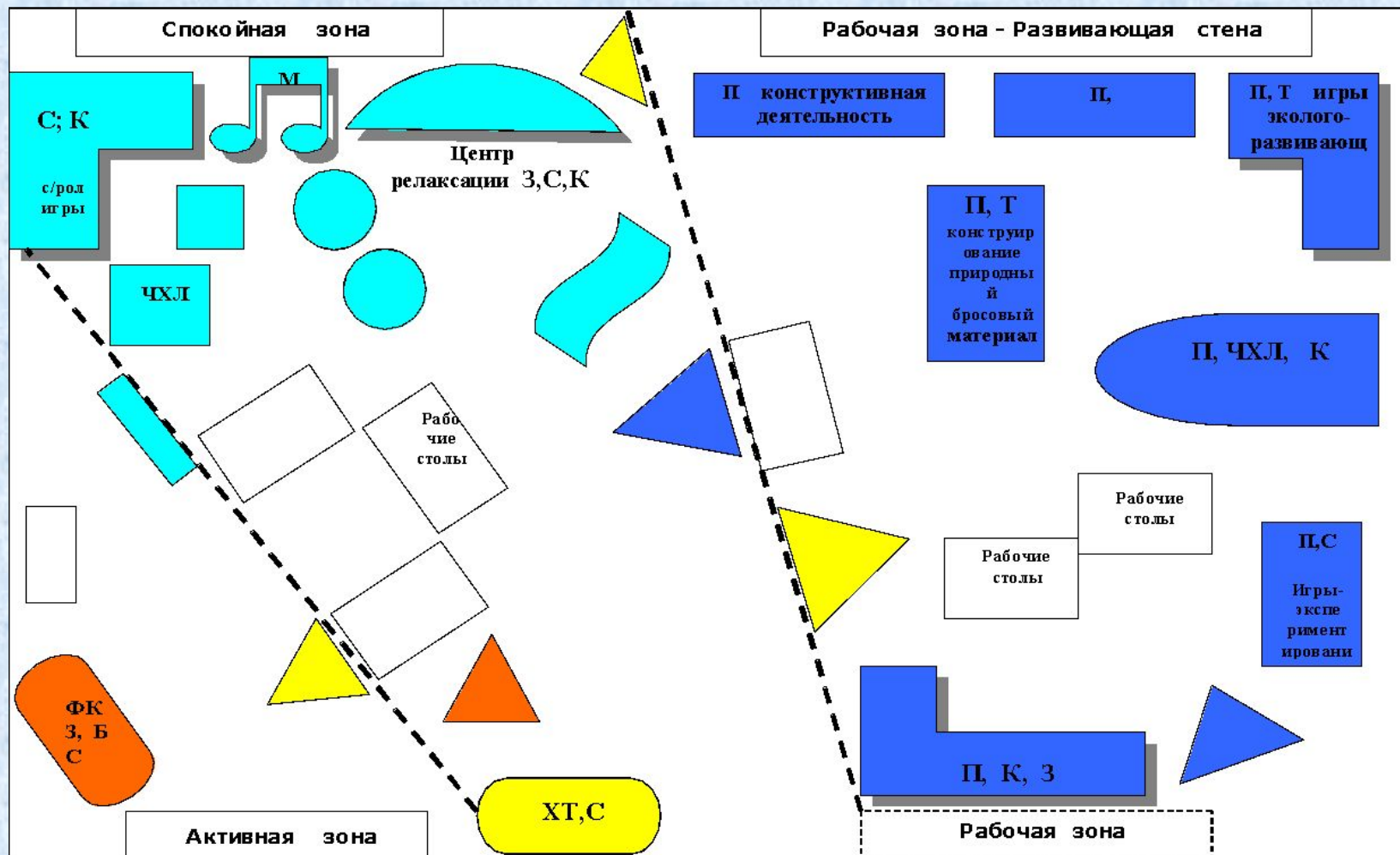


заместитель заведующего по ВМР  
Мартиросян Т.П.

# Создание интерактивного полифункционального образовательного пространства в группах ДОУ



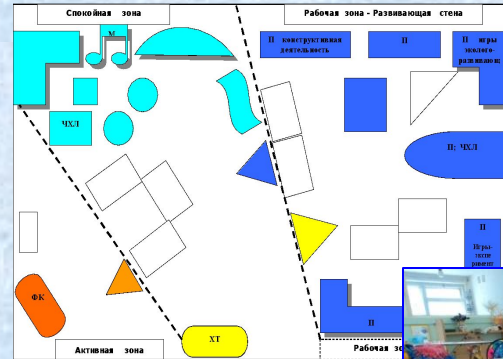
# Создание единого образовательного пространства в группе на основе интеграции образовательных областей





# Организация полифункциональной предметно-развивающей среды в групповом помещении на основе интеграции образовательных областей

- Вариант планировки и размещения элементов полифункциональной динамичной развивающей среды на примере средней группы №10
- Условное разделение группового пространства на 3 зоны: рабочая, активная и спокойная, сочетающихся между собой
- Все зоны имеют условные и подвижные границы (обозначены прерывистой линией)
- На условных границах зон расположены передвижные модули, стеллажи, выкатные мольберты, рабочие столы



# Самостоятельная двигательная деятельность детей «двигательное творчество»

- Двигательное творчество возможно, как в границах активной зоны, так и в свободном пространстве рядом с ее условной границей
- Индивидуальная двигательная деятельность детей с физоборудованием и объемными модулями
- Упражнения с простейшими тренажерами
- Спортивные игры и упражнения
- Самостоятельные подвижные игры малой интенсивности
- Музыкально-ритмические движения
- Сенсо-моторные игры
- Хороводные игры
- Танцевальные игры и импровизация
- Игры-драматизации по желанию детей

