



ПОРТФОЛИО

инструктора по физкультуре
Балыктахского детского сада

Стручкова Елена Ивановна - инструктор
физкультуре, музыкальный руководитель
МДОУ Балыктахский детский сад
«Звездочка»

с приоритетным осуществлением
физического развития воспитанников.

Образование: средне-специальное, ЯГУ-2 1996г., музыкальный руководитель.
Высшее ЯГУ ПИ 2005г., «преподаватель по дошкольной педагогике и психологии».

Педагогический стаж: 23 года.

УПД: высокий

Награды:

- 2003г. –благодарственное письмо УТО Профсоюза работников образования.
- 2006г. –почетная грамота УУО за добросовестный труд строительстве нового здания детского сада.
- 2008г. –грамота УУО за 2 место в улусной спартакиаде дошкольников.
- 2009 г. – обладатель гранта Главы муниципального района «Мегино - Кангаласский улус» в области образования

«МЭНЭ КЭСКИЛЭ»

СОДЕРЖАНИЕ

- Эссе «Мин улэм – мин дьолум
- Тема самообразования 2002-2005 гг.: «Влияние ритмической гимнастики на развитие двигательной активности детей дошкольного возраста»
- Тема самообразования 2006-2009 гг : Использование разнообразных форм организации физической активности детей дошкольного возраста..
- Достижения воспитанников
- Диагностика физического развития детей
- Участие в проведении семинара – практикума
- Прохождение повышения квалификации
- Кружок «Работа на тренажерах»
- Общественная работа, хобби, семья.....15 стр
- Отзывы о педагогической работе

Мин улэм - мин дьолум

(эссе)

Сыл хонук аастар дабаны, аан бастаан талбыт идэбинэн улэлии кэлбит куммун умнубаппын. Хайдах сабаланна этэй обону ырыаба-ункуугэ, музыка эйгэтигэр угуйар алгыстаах аартыгым? Уэрэхпин бутэрэн Мэнэ-Ханаласка ананан кэллим. Дошкольной отделения начальнигынан Тамара Прокопьевна улэлии-хамсыы сылдьар этэ. Чуйэбэ уонна Тэнулугэ миэстэ баар, хайатыгар барабын- диэтэ. Мин Тэнулуну талан улэлии барар буоллум. Балабан ыйын 2 кунугэр Тэнулугэ улэлии кэллим. Миигин манна кэтэьэн олороллор этэ. «Олимпионик» обо саадын заведующая Таисья Дмитриевна миигин уэрэ-кэтэ кэрустэ. Олорор дьиэбин булан биэрдилэр. Шестакова Марфа Николаевнаба олохтоотулар. Инньэ гынан улэбэр улаханнык ыарырбаппакка улэбин сабалаатым

Тэнулутээби «Олимпионик» о5о саада утуэ угэстэрдээх, 75 миэстэлээх улахан о5о садтарыттан биирдэстэрэ. Опыта суох эдэр специалиска о5о саадын биир саамай тубуктээх, эппиэтинэстээх улэтин суктэрбиттэрэ. О5олорго аналлаах аралдытыылар, утренниктар, курэхтэьиилэр миигинэ суох барбаттарын манна кэлэн билбитим. Таисья Дмитриевна, сана улэбит буоларын быыытынан туох эрэ сананы киллэр, диэтэ. Таисья Дмитриевна бэйэтэ туьунан суоллаах-иистээх сэбиэдиссэй. Куруук сананы, сонуну кэрдээн киллэттэрэр, айымныылаах, ирдэбиллээх сэбиэдиссэй. Уьуннук толкуйдуу барбакка о5олор кунуску утуйууларын кэнниттэн эти-хааны чэбдигирдэр эрчиллиини «ритмиканы» киллэрдим. О5олор тэрэппуттэриттэн гетра, тэбэ5э кэтэр ободок абалтаран о5олорбун дьарыктаабытынан бардым. Музыканы хамсаналлары о5олор наьаа сэбулээтилэр, умсугуйан туран дьарыктаннылар. 3 группа баар, бары уочаратынан залга тахсан дьарыктаннылар. Онноо5ор саамай кырачаан итиллээччилэрбит сэбулээн дьарыктаммыттары сибилегин да5аны санаан кэллэхпинэ санаам сылааьынан сылаанныйар. «Олимпионик» о5о саадыгар эдэр кыргыттар бааллара, олору кытта биир уопсай тылы булан, эн-мин дэьэн билсэн киирэн барбытым. Эдэр ыччаттары кытта нэьилиэк общественной оло5ор активнайдык кыттан барбыппыт.

Суэу маассабайдык тэруур кэмигэр тэрилтэ улэыиттэрин фермаба тааараллара. Бу улэттэн биыги эмиэ маппатахпыт. Улахан бырааынныктарга Тумул хотонугар тахсан ыанныксыттары солбуйан ынах ыырбыт. Ынах тэруурун тууну быа утуйбакка куутэрбит. О5о сылдьан сайын сайылыкка тахсан ыанныксыттары солбуйан улэлээбитим манна кэлэн туяалаабыта. Ыанныксыт улэтин улаханлык ыарыбаппакка эдэрдии эрчимнээхтик- кэхтээхтук улэлиирбит. Балыктаахха да кэстэрбун общественной улэттэн туора турбатабым. Суэугэ эбии аылык бэлэмнээыинигэр улэлэспитим. Культура эстафетатын концерыгар, спортивной курэхтэыиилэригэр куруутун кыттабын. Кыра да буоллар кэккэ ситиыиилэрдээхпин.

Улэни, сыннааланы тэннэ тутан олохпутун киэргэтэн биэрэрбит. Араас биэчэрдэргэ, концерттарга, агитбригадаларга кыттарым. Дуоьуйуохпутугар диэри ункуулуурбут, маассабай ооньуу бэбэну тэрийэрбит. Курэхтэыиилэргэ кыттарым, ол курдук Десяткин бирииыигэр тэрилтэм аатыттан киирэн 25 саастарыгар дылы многоборьяба 1 миэстэни ылан мэтээлинэн на5араадаламмытым. Бастакы улахан кыайыым буолан уэрбутум а5ай.

Кэргэн тахсан Балыктаах бэуэлэгэр кээн кэлбиппит. Манна кэлэн улэбин эмиэ о5о саадыгар салбаабытым. Балыктаахтаабы о5о сада эмиэ туьунан суоллаах-иистээх, 40 миэстэлээх. Бу о5о саадыгар сэбиэдиссэйинэн Кычкина Антонина Сергеевна улэлии олооро. Саргылана Васильевна диэн эдэр иитээччини кытта улэлии киирбиппит. Музыкальнай руководитель ставката 0,5 этэ. Кэргэннээх, о5олордоох кыиэхэ хамнаа кыра. Ол иьин туох солбудаык тахсар да барытын солбуйан кун солото суох улэ уэьугэр сылдыбытым. Кэнники Антонина Сергеевна физкультурнай инструктор 0,5 ставкатын кэрдээн, толору хамнаса сырытыннарбыта. Музыка уонна физкультура дьарыктаныылары биэрэр буолбутум.

О5о кып-кыра эрдэбиттэн этинэн-хаанынан ырыаны, музыканы ылынар. Онноо5ор ийэтин иьигэр сылдьан о5о истэр, музыканы ылынар дииллэр. Кыьыл о5о бастакы куннэриттэн араас тыаы истэр, ол иьигэр музыкальнай дор5оону араарар. Холобур, о5отун утутаары ыллыыр ийэтин набыл куолаын, музыкальнай ооньуурдар тыастарын. Бу барыта о5о5о учугэйдик дьайар, кини нервнай систематын уоскутар, о5о уэрэр-кэтэр, ис-иьиттэн сырдаан кэлэр.

Дьинэ кэргэннэ, оҕо тэрилтэлэригэр сэптээх усулуобуйаны тэрийдэххэ оҕо музыкальнай дьобура сайдарыгар бийиги олук уурабыт. Киьи айылба анаабытынан музыкальнай буолан тэруэн эмиэ сэп, мань бары эйдээн, билэн туран, оҕобут хайдах киьи буолара бийигиттэн, тэрэппуттэртэн тутулуктаабын умнумуобун. Оҕо саас музыката, ырыата –бу олобун эрэллээх табаарыа, учугэй иитээччитэ. Музыканы сэбулуур, ыллыыр оҕо аьыныгас дууьалаах, ыраас, аьабас санаалаах буола улаатар.

Оҕолорум барахсаттар дьарыктаныыга киирэн, чоьулуччу кэрэн олорон «бугун туох сана ырыаны, ункууну уэрэтэьин» диэбиттии оной-соной кэрбэхтууллэр. Боччумуран олорон музыка истэллэр. Истибит музыкабытын ырытыьабыт Оҕолор ыарыьаттахтарына интэриэстэрин тардан боппуруос биэрэбин. Оччоьуна лоп-бааччы эппиэттэьэллэр. Санааларын кэтэьэн хайбаан ылаттыыбын, онтон уэрэн мичээрдэьэллэр.

Саха киьитэ тутан-хабан, хараьынан кэрдэьунэ эрэ астынар дииллэр. Ол иьин музыканы иьитиннэрэрбэр истэр музыкабыт ис хоьоонун бэйэм уруьуйдаан, композитор портретын кэрдэрдэхпунэ оҕолорум тургэнник ылыналлар, тургэнник эйдууллэр.

Ыллах иннинэ куэмэйбитин эрчийэбит, сэпкэ тыынарга араас эрчиллиилэри онотторобун. Ыллыыр кэмнэ сэпкэ тыыны ыларга, оболорбун дьарыктыыбын. Ыллатарбар о5о куолаа музыкальнай инструмены кытары биир тэнник ыллыахтаах. Инструмент уэьээ оонньуур буоллабына синньигэстик ыллыыбыт, аллараа оонньуур буоллабына суоннук ыллыыбыт. Ылыырбытыгар бэйэ-бэйэни истиьэн биир тэнник ыллыырга уэрэтэбин. Ырыа тылын сэпкэ, чуолкайдык санаран ыллыылларын ситиьэбин. Ырыа ис хобоонун, майгытын биэрэллэрин, сэпкэ туттан-хаптан ыллыылларын уэрэтэбин. Намыыннык, набыллык, уьуннук тардан, биир дор5оонно интонацияны тутан, чэпчэки, тургэн собус тэтимнээх, уэьээ-аллараа тахсар, туьэр мелодиялаах, уьуннук тыыны тутан ыллыыр фразалардаах кыракый ырыалары, попевкалары талан уэрэтэрбин.

Ыарахан, эйдэммэт тыллары быьааран биэрэбин, ытыспын таьынан, хааман, тонсуйан, тургэнник, бытааннык санаран уэрэтэ, о5о5о тийимтиэ гына эйдэтэ сатыыбын.

Ырыалардаах, хамсаныылаах, сууруулээх-кэтуулээх оонньууну бэйэтэ ис-иьиттэн таьааран хамсанарын, айарын биьирээтэххэ о5о сургэтэ кэтэбуллэр, оонньуох бабата улаатар. Тэбэ, моонньу, сарын, кэхсу, эттук, илии-атах хамсаныыларын дьуэрэлээн элбэх ункуу элеменнарын киллэрэн ункуулэтэбин, эрчийэбин.

Обо айылбаттан бэриллибит дьобурун таба тайанан, онтон сайдарыгар олук уурарбыттан бэйэбэр эппиэтинэим улахан. Оскуолаба тахсан салгыы ыллыыр-ункуулуур дьобурдарын сайыннаран дьарыктана сылдьар оболорбун кэрэ-кэрэ сурэбим миэнэ уэруунэн туолар. Инники айымныылаах улэбэр куус-сэниэ эбэр.

Саха кийитэ ыал буоллабына ыччатын куэмчулуур уонна бэйэтин аата-суола, аймах, аба-ийэ ууа тэнийэрин туьугар эй-санаа, эт-хаан эттунэн сайдыылаах, бэбэ-таба, чэгиэн-чэбдик, куустээх санаалаах ыччаты иитэргэ дьаьанар.

Обо айылбаттан бэриллибит билиэн-кэруэн, тутуон-хабыан боруобалаан кэруэн бабатын симэлитэн кэбиспэккэ киниэхэ баар чопчу хаачыстыбатын талаанын, хамсаныах бабатын салгыы сайыннараарга дьулуьабыт. Обону куьэйэн буолбакка, обону ооньуу, сырсыы, утуктуьуу курдук ньымалары туьанан дьарыктыыбыт.

Обо тэьэ элбэх хамсаныылаах, сытыы-хотуу, бэйэтин кыанар буолар да, соччонон эйэ-санаата, дьобура улаатар, сайдар. Кырабы, кытыгырас, сылбырба, сымса, имигэс, бэйэтин кыанар, чэбдик туруктаах буоларыгар хаамыы, сууруу, ыстаныы, ыттыы, сыыллыы, бырабыы, хабыы курдук сурун хамсаныылар, сарсыардаанны эрчиллии, сахалыы хамсаныылаах, курэхтэьиилээх ооньуулар, араас анал эрчиллиилэр обону сатаан хамсанарга, эрчиллэргэ дьулуьарга, кыьалларга, уэрэтэллэр.

Былыр эбугэлэрбит улэбэ-хамнаска кыра эрдэхтэриттэн эриллэн илии-атах, эй-санаа, эт-хаан эттунэн сайдар этилэр: от оттоон, мас мастаан, бултаан-алтаан. Ити хамсаныылаах улэлэр техника сайдыбыт кэмигэр биллэрдик аччаан, сутэн-оьон эрэллэр. О5о хамсанара абыйаата. Телевизор, видик, кэнники компьютер дэлэйэн о5о куну быьа куэх экран иннигэр оloropo наьаа элбээтэ. Ол тумугэр о5о сколиоз буолуута, харахтара мэлтээьунэ наьаа элбээтэ.

Бу ыарыыларга ылларбат сыалтан маннык ирдэбиллэринэн салайтаран улэлиибит:

- 1. Хамсаныылаах ооньуулары уэрэтии.
- 2. Араас кэруннээх эрчиллиилэринэн дьарыктааьын.
- 3. Уунан эти-хааны чэбдигирдии, ыраастаныы улэлэрин ыытыы.
- 4. Куэмэйи араас эмтээх отторунан сайбаттарыы, тыныныга эрчиллиилэри уэрэтии.
- 5. Эй-санаа эттунэн кытаанах санааба бэлэмнээьин.
- 6. Эти-сиини эрдэттэн эрчийи уонна чэбдигирдии.

Сарсыарда оболор дьиэлэриттэн кэллэхтэринэ эти-сиини уьугуннарар, чэбдигирдэр зарядка ыытыллар. Манна иитээччини кытта бииргэ улэлэьэбин. Иитээччилэргэ чэпчэки буоллун диэн карточка онорон бэлэмнээн биэрэбин. Мин суох да кэммэр иитээччи карточканы ылан оболорун дьарыктыыр. Манна араас эруттээх дьарыктаныылары киллэрэ сатыыбын. Мин дьарыктаныыбар киирбит о5о эти-хааны чэбдигирдэр, эрчийэр ньымаларын, албастарын билэн-кэрэн тахсар. Кыргызтары гимнастика, аэробика элеменнара ордук умсугуталлар.

Эрэ кэтэбуллуулээхтик музыка тыаыгар уйдаран хамсаналларын ордороллор. Уолаттар уксун атах ооньюуларыттан ыстананы дьарыктаналларын ордороллор. Сууруулээх-кэтуулээх ооньюулары ордук умсугуйан ооньюулар. Уонна хайа бабара обо мээчигинэн ооньюурун нааа сэбулуур. Ону туьанаммын мээчиги дьарыктаныыларбар киллэрэбин. Соробор сана кэлбит оболортон сатаан суурбэт, ыстаммат, хатаастыбат, сыыларга ыарырбатар оболор кэлэллэр. Ол оболорбор ордук элбэх болбомтону ууран дьарыктыыбын. Саас детсадтан баралларыгар быдан эбиллэн бараллар. Ыскамыайка устун сыыллалларыгар эмэьэлэрин хоппотон баран сыыллаллар. Туораттан кэрдэххэ кэрудьуэс бабайы курдук. Ол гынан баран бу обобо сыылар ньыманы ким дабаны уэрэппэтэх буолан оннук онорор. Бэйэм кэрдэрэн, уэрэтэн биэрдэхпинэ кимнээбэр ордук сатыыр буолаллар. Кыайбатахтарын куустээх улэ тумугун кэнниттэн ситистэхтэринэ сургэлэрэ кэтэбуллэр, оболорго кэпсээн уэруулэрин уллэстэллэр.

Оболорго анаан элбэх аралдытыылары, курэхтэьиилэри ыыта сатыыбын. Кырачаан обо кыраба уэрэр, кыраттан хомойор ол иьин кини олобо куруутун уэруунэн сыдьаайа сылдыяхтаах диэммин бырааьынньыктарбытын элбэтэ сатыыбыт. Курэхтэьэн кыайыы уэруутун биллэхтэринэ обо барахсан уэруутэ уксуур, кыайыыга дьулуура эссэ кууьурэр.

Тэрэппуту кытта улэбэ тэрэппуттэргэ абабас дьарыктаныылары ытабыт, аралдытыыларга кытыннартыыбын. 2008 сыллаахха апрель ыйга «Неделя здоровья» ыппыпыт. Манна кьи сэбуэх улахан группа оболорун абалара бары 100% кэлэн кыттыыны ылан оболор уэруулэрэ мунура суох этэ. Манна 2 хамаанда кыайан грамотаннан набаараадаламмыта, кыттыбыттарга барыларыгар жетон тунэтпиппит. Курэхтэьи кэнниттэн барыларын минньигэс пирог кууппутэ.

Обону уэрэ-кэтэ кэрсэн, истинник кэпсэтиьэн, туох-ханнык дьобурдаабын, доруобуйатын, сайдыытын таьымын кэтээн кэрэн, онтон салгыы сайыннаран, олук ууран дьарыктыыр мин улэм-мин дьолум. Сымнабас эрэри ирдэбиллээх, сылаас истин сыьыаммынан оболорбун дьарыктаатахпына ырыаьыт да, спортсмен да буолбаталлар, кэнники инники олохторугар эт-хаан, эй-сана эттунэн сайдан улэьит бастына, кьи утуэтэ буолан тахсыахтара диэн эрэнэбин. Кырачаан оболору сырдыкка-кэрэбэ, эт-хаан эттунэн сайыннаран, угуйар аналы талбыппыттан дьоллоохпун дэнэбин.

Тема самообразования 2002-2005 гг. «Влияние ритмической гимнастики на развитие двигательной активности детей дошкольного возраста».

Правильное физическое воспитание детей – одна из ведущих задач дошкольных учреждений. Хорошее здоровье, полученное в дошкольном возрасте, является фундаментом общего развития человека.

Необходимым условием гармоничного развития личности дошкольника является достаточная двигательная активность. Для современного образа жизни для большинства дошкольников в режиме дня отмечается недостаточная двигательная активность, которое может вызвать ряд серьезных изменений в организме ребенка.

Исследования С.Я.Лайзане, Л.В.Кармановой, Э.И.Адашкявича показали, что у дошкольников, систематически занимающихся физическими упражнениями, улучшается двигательная подготовленность.

Положение о том, что в процессе движений развивается деятельность мозга, получило глубокое физиологическое обоснование в трудах советских ученых. Исследуя формирование нервной высшей деятельности экспериментальным путем, М.М.Кольцова пришла к выводу, что ограничение движения у детей раннего возраста вызывает отставание в развитии их речи.

Ныне большой популярностью пользуется ритмическая гимнастика. О ней вновь вспомнили в начале XX века. С.М.Волконский, популяризатор идей Жака Далькроза, писал, что «Ритмическая гимнастика должна стать средством всестороннего воспитания будущих поколений».



Ритмическая гимнастика уникальна: здесь и темп, интенсивность движений, и работа всех мышц и суставов, и веселая ритмическая музыка, и яркая одежда. Все это создает положительные эмоции. Не случайно ритмическая гимнастика получила такое массовое распространение во всем мире.

Итак, достоинства ритмической гимнастики как средства воздействия на психическое и физическое состояние ребенка – на сердечно-сосудистую, нервно-мышечную, эндокринную системы организма – известны. Выполнение ритмических заданий поточным способом с большим количеством повторений дает возможность соединить преимущества циклических видов деятельности (бег, ходьба, и т.д.) с доступностью и эмоциональностью гимнастических упражнений.

Благоприятные изменения в деятельности детского организма под влиянием систематически проводимых физических упражнений и других средств физического воспитания приводят к общему улучшению здоровья ребенка, снижению заболеваемости.

Многообразие упражнений делают ритмическую гимнастику доступной и полезной для всех возрастных групп детского сада.

Движения становятся более совершенными , когда упражнения выполняются в сопровождении музыки. В соответствии с характером музыкального произведения и движения детей приобретают различный характер.



Анализ психолого-педагогической литературы привело меня к выводу, что одним из эффективных средств развития двигательной активности детей является ритмическая гимнастика. В ритмической гимнастике включаются движения из области физкультуры, из области танца, используются сюжетно-образные движения. В процессе ритмических занятий все эти движения постепенно совершенствуются, становятся более свободными, ритмичными, координированными, выразительными, пластичными. Участие в ритмических, гимнастических упражнениях, в играх и танцах способствует правильному физическому развитию детей, имеет оздоровительное значение.

Проанализировав состояние уровня развития физических качеств у детей в своей работе я использую ряд комплексов ритмической гимнастики.

Комплекс ритмической гимнастики условно делится на три части: подготовительную, в которую включаются разогревающие упражнения, основную – куда входят интенсивные упражнения для всех частей тела, бег, прыжки, и заключительную, направленную на восстановление.

Эти части комплекса различны по длительности и составляют приблизительно 20, 70 и 10% его времени. Например, в 30 - минутном комплексе ритмической гимнастики 6 минут отводится на подготовительную, 21 минута – на основную и 3 минуты на заключительную часть.



2008.02.22 20:11:19



2008.02.22 20:31:51

В неделю проводятся три физкультурных занятия. Из них одна занятие в виде ритмической гимнастики. Занятие в виде ритмической гимнастики несколько раз повторяются для усвоения движений и постепенно усложняется.

Задачи:

- -Вызвать положительные эмоции от физкультурного занятия;
- -Воспитывать выносливость при высоких физических нагрузках;
- -Развивать выдержку и внимание;
- -воспитывать дружеские отношения между детьми противоположного пола, взаимопонимания, учить слаженно взаимодействовать;
- -Продолжать учить согласовывать движения с музыкой, развивать у них чувство ритма.

Следует отметить, что если нагрузки малы, эффект от занятий будет ничтожен, или его не будет совсем. Занятия чрезмерными нагрузками ведут к переутомлению, и неприятным ощущениям даже к отклонениям состояния здоровья. Нагрузка должна возрастать постепенно, так как в это время происходит начальный этап адаптации организма: сердце «обучается» работать более эффективно, легкие привыкают дышать во время нагрузки не слишком часто, но более глубоко. После такой перестройки совершается чудо: нагрузка становится легкой, желанной, приносящее истинное удовлетворение. Для этого, чтобы правильно дозировать нагрузку, следует учитывать возраст детей, их физическую подготовленность, их здоровье.

Какими по направленности должны быть упражнения каждой части комплекса, и чем оно отличаются друг от друга?

Каждое занятие строится по определенной схеме: начинается занятие с разминки –это могут быть гимнастические упражнения, танцевальные комплексы, выполненные с небольшим объемом движений и меньшей интенсивностью.

Подготовительная часть предназначена для разогревания организма подготовки его к выполнению упражнений основной части. Движения должны выполняться с небольшой амплитудой, в невысоком, постепенно нарастающем темпе. Сюда включаются упражнения общего воздействия: потягивания, разновидности ходьбы на месте и с продвижением, танцевальные шаги.

Основная часть комплекса ритмической гимнастики направлена на развитие различных мышечных групп и ведущих физических качеств. В нее включаются наиболее интенсивные упражнения, в исходных положениях стоя, сидя, а также включаем упражнения танцевального характера, акробатические упражнения на гибкость, также упражнения на равновесия, выносливость.

В заключительной части 30 –минутного комплекса входит несколько упражнений с малой интенсивностью, игры малой подвижности. Это , в основном, упражнения на расслабление и дыхательные, поскольку самое важное после аэробной нагрузки –продолжать двигаться, чтобы кровь могла циркулировать от ног к центральным сосудам. Упражнения этой части должны помочь организму восстановиться после напряженной физической работы.



Итак, мы рассмотрели основные компоненты, из которых состоит комплекс ритмической гимнастики, и правила их сочетания между собой. Если эти правила соблюдены, то частота сердечных сокращений должна плавно возрастать в подготовительной части, находиться на заданном уровне в основной части и постепенно снижаться к концу занятия. Только в этом случае можно говорить о правильном построенном комплексе ритмической гимнастики.

Музыка – существенная часть программы занятий. Она не только создает радостное настроение и активизирует движения. Доказано, что музыка способна оказывать положительное стимулирующее воздействие на центральную нервную систему: частота сердечных сокращений и дыхания возрастает уже при прослушивании ритмичной музыки, которая вам нравится.

Ритмическая гимнастика с музыкальным сопровождением оказывает благоприятное влияние на развитие двигательной активности детей. Постепенно дети начали чувствовать себя более уверенно. Для них это только игра, в результате кроме радостного настроения и хорошей мышечной нагрузки, дети, рожденные самыми совершенными существами на Земле, обретают вновь уверенные, подчас под давлением взрослых, умиротворенность, внутреннюю свободу, открытость и восприятие бытия. И, как маленькие волшебники, несут эти качества в семью, делая взрослых добрее, мягче, светлее.

Беря за основу уникальность дошкольного возраста, мы попытались создать ряд комплексов ритмической гимнастики. Которые способствуют формированию у детей желаний и потребности жить в мире движений, ощущать радость, счастье, любовь, успех.

Получать удовольствие от занятий, наслаждаться красотой движений, научиться координировать свои движения, развивать у детей гибкость, пластичность, умение владеть своим телом и легко манипулировать им в движении, развивать чувство ритма, создать атмосферу эмоционального комфорта, эмоциональной отзывчивости, раскрепощенности, самостоятельности и творческой активности.

Удачное сочетание комплексов физических упражнений с элементами акробатики, художественной гимнастики и танцевальных ритмических мелодий приобретает физкультурно-оздоровительную направленность, оказывает значительное влияние на развитие двигательных способностей дошкольников.

Ритмическая гимнастика как одна из форм работы по физическому воспитанию в старшем дошкольном возрасте характеризуется высоким темпом движений, эмоциональный фон и соответствующее музыкальное сопровождение позволяют добиться высокой моторной плотности занятия и увеличить физическую нагрузку.

Этапы работы по самообразованию

Тема самообразования : Использование разнообразных форм организации физической активности детей дошкольного возраста. 2006-2009 гг.

Уч.год	Содержание работы	Выполнение	Результат
2006-07	Посещение проблемных курсов Изучение публикаций в периодической печати	«Формирование инновационного потенциала современного сельского педагога» Тематическая консультация для родителей Консультация для педагогов	Удостоверение о краткосрочном повышении квалификации Папка-передвижка «Формирование правильной осанки и профилактика плоскостопия» «Обучение детей основным видам движений»
2007-08	Посещение курсов повышения квалификации Изучение публикаций	Авторские курсы Михайловой В.А. Методы и формы организации интегрированных занятий по якутскому танцу в условия сельских образовательных учреждений . Консультация для педагогов Выступление на родительском собрании	Сертификат распространения опыта работы «Организация прогулок. Использование разных игр во время прогулки. «Влияние утренней гимнастики на физическое развитие детей»
2008-2009	Участие в улусном семинаре-практикуме Изучение публикаций Интегрированное занятие	Проведение открытого занятия «Цирк» в подготовительной группе Консультация для родителей и педагогов Открытое занятие «Эти-хааны уонна тыл сайдыытын эрчийэр дьарыктаныы» в младше-средней группе	Сертификат распространения опыта работы Папка-передвижка «Закаливание детей»



2006.02.0



Достижения воспитанников:

- 2000г. –«Сайылыкка», «Мэник уолаттар», ункуу бэлэбун толоруутугар, дипломан. Детский смотр конкурс «Дабаан».
- 2003г. –«Олопостоох ункуу», за лучшую постановку танца. Детский смотр конкурс «Дабаан»
- 2007г. –коллективу воспитанников МДОУ «Звездочка» за исполнения акробатического номера «Веселые клоуны». Диплом III степени улусного конкурса «Чугдаарар чуорааннар».
- 2007г. –диплом II степени улусного конкурса «Чугдаарар чуорааннар» т анцевальному коллективу за исполнение танца «Зимний лес».
- 2007г. –диплом 1 степени улусного конкурса «Чугдаарар чуорааннар» танцевальному коллективу за исполнение танца «Антошка».
- 2008г. –Гоголев Уйгун 6 лет. 2 место в улусной спартакиаде дошкольников по виду «Прыжки в длину без разбега» с результатом 155,5м.
- 2008г. –Степанова Марианна 3 место в улусной спартакиаде дошкольников по виду «метание мешочков с песком» с результатом 10,91м.
- 2008г. –команда Балыктахского МДОУ «Звездочка» 2 место в улусной спартакиаде дошкольников в эстафете с результатом 1.09.29м.
- 2008г. –команда Балыктахского МДОУ «Звездочка» 2 место в улусной спартакиаде дошкольников.
- 2008г. –семья Мохначевских, грамота за активное участие в соревновании «Моя спортивная семья» на улусной спартакиаде дошкольников.
- 2009г. –Габышева Саша занявшая 2 место в беге на 30 метров на улусной спартакиаде дошкольников.

Диагностика физического развития детей

Учебный год	Высший уровень, %	Средний уровень, %	Низкий уровень, %
2006-07	32,5	45	22,5
2007-08	34	45,5	20,5
2008-09	40	45	15



Участие в проведении семинара – практикума:

- 2004г. –сертификат выдан за распространение опыта в улусном конкурсе «Учитель физической культуры -2003».
- 2008г. –сертификат выдан за распространение опыта работы в улусном семинаре для физкультурных работников ДООУ

Прохождение повышения квалификации:

- 2005г. –закончила ЯГУ ПИ «Дошкольная педагогика и психология»
- 2006г. –прошла обучение в Институте повышения квалификации по проблемным курсам «Формирование инновационного потенциала современного сельского педагога»
- 2007г. –авторские курсы Михайловой Валерии Аркадьевны. Методы и формы организации интегрированных занятий по якутскому танцу в условия сельских образовательных учреждений на базе Балыктахской СОШ Мегино-Кангаласского улуса. Республиканский Центр дополнительного образования и гражданско-патриотического воспитания детей.

Кружок «Работа на тренажерах»

Направление развитие у детей интереса к разным видам и формы двигательной активности, укрепления физических качеств как сила быстрота движений, ловкость, гибкость, общая выносливость. Охват 15 детей.



Общественная работа, хобби, семья:

- Активная общественница, 1993-2006 – председатель профкома МДОУ Балыктахский детский сад «Звездочка».
- 2006-2008гг. депутат МО «Мегинский наслег».
- Занимается шитьем, вязанием.
- Занимается овощеводством и цветоводством.
- Вместе с мужем Олегом Васильевичем воспитывают четверых детей. Двое детей студенты, а двое учатся в школе, являются хорошистами учебы, активистами. Успешно участвуют в различных НПК и олимпиадах.

Официальная оценка работы педагога.

**Отзыв о педагогической деятельности инструктора по физкультуре
МДОУ «Балыктахский детский сад общеразвивающего вида с
приоритетным осуществлением физического развития
воспитанников» Мегино-Кангаласского улуса Стручковой Елены
Ивановны.**

Стручкова Елена Ивановна двадцатый год работает педагогом в Балыктахском детском саду. С 2000 года работает инструктором по физкультуре. В совершенстве владеет содержанием и методикой преподавания своего предмета. Ее занятия всегда бывают интересными, имеют свою изюминку, привлекают детей. Проводит различные мероприятия по оздоровлению и укреплению здоровья детей. Каждый год с большим успехом проходит неделя здоровья, где участвуют сами дети, их родители, работники детского сада. Много работы проводит с родителями. Вместе с медицинским работником работают в тесной связи. Для родителей выпускают различные санбюллетени, памятки, проводят консультации, беседы. Елена Ивановна работает над распространением своего педагогического опыта в улусе. Она провела открытое занятие на улусном семинаре-практикуме физкультурных работников, участвовала в конкурсе «Учитель физкультуры».

За последние годы ее воспитанники занимают призовые места на улусной спартакиаде среди дошкольников, Гоголев Уйгун занял 2 место прыжках в длину с места, Степанова Марианна 3 место в метании мешочка с песком, Габышева Саша 2 место в беге на 30 метров, команда МДОУ «Звездочка» заняла на улусной спартакиаде среди дошкольников 2 место.

Елена Ивановна никогда не останавливается на достигнутом. Всегда ищет новые подходы, приемы работы. Много работает над самообразованием. Участвует на проводимых в улусе семинарах, посещает курсы.

Елена Ивановна – творческий человек. Любит рисовать, придумывать новые игры для детей.

В коллективе пользуется большим авторитетом, уважением среди коллег, родителей. Долго работала председателем профсоюза. Всегда энергичная, полна оптимизма.

Кычкина А.С., отличник Просвещения РСФСР

Отзыв о педагогической деятельности Стручковой Елены Ивановны.

Наши дети, Алена, Гриша, ходили в детский сад, а младший сын, Саня, в этом году посещает подготовительную группу. Все они занимались у Елены Ивановны на музыкальных и физкультурных занятиях. Дети с удовольствием всегда рассказывали, как они занимались на занятиях, какие песни, танцы разучили, в какие игры играли. Елена Ивановна всегда внимательно с любовью относится к детям. И дети ее любят.

Елена Ивановна проводит очень много развлечений, утренников для детей. В них она старается, чтобы все дети приняли участие. На стороне не оставляет и родителей. Мы участвуем в конкурсах, играх, эстафетах. Большое внимание уделяет отцам. Специально для них проводит различные конкурсы, такие как «Богатырские забавы», «Я и мой отец». Отцам такое внимание очень нравится и мы с удовольствием посещаем такие мероприятия. Да и дети остаются довольными. Ежегодно проводится спортивный праздник «Папа, мама и я – спортивная семья». Такие праздники сплачивают семью.

На родительских собраниях всегда дает советы, консультации по укреплению физического развития и здоровья детей.

Мы считаем, что Елена Ивановна прививает детям с малых лет любовь к искусству, спорту, здоровому образу жизни. Наши старшие дети и сейчас с удовольствием посещают спортивные кружки, кружки танца.

Мы благодарны Елене Ивановне за то, что она приобщила детей к искусству, спорту.

Родители: Александра Николаевна, Илья Вячеславович Владимировы.

на грант Главы муниципального района
«Мегино - Кангаласский улус» в области образования
«МЭНЭ КЭСКИЛЭ»

Комиссии конкурса на грант Главы муниципального района «Мегино-Кангаласский улус» в
области образования «Мэнэ кэскилэ»

От МДОУ Балыктахского детского сада «Звездочка»

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

МДОУ «Балыктахский детский сад «Звездочка» Мегино-Кангаласского
улуса Республики Саха (Якутия) планирует расходовать полученные средства в качестве государственной
поддержки на строительстве спортивной площадки и оборудования.

Многие забывают, что именно при обучении движениям у детей формируются двигательные качества
такие, как выносливость, быстрота, ловкость, сила. Сформированностью данных качеств
определяется и готовность к обучению в школе. Физкультурные занятия на воздухе проводятся на
игровом участке, спортивной площадке. Они усиливают оздоровительный эффект физических
упражнений, повышают двигательную активность, дают возможность использовать движения,
выполнение которых в помещении затруднено или невозможно (метание вдаль, бег на перегонки,
спортивные упражнения на спортивных оборудованьях, спортивные игры).

Для самостоятельных занятий физическими упражнениями, проведения спортивных игр нужны довольно
сложные спортивные оборудованья. Например: детский рукоход «Кенга», шведская лестница
«Школьник», стойка баскетбольная, стойка для метания колец, турник разноуровневый, бум-бревно
«Змейка», бревно на цепях, лабиринт «Зигзаг», гимнастическое бревно, деревянная горка, двойная
лестница, волейбольные стойки и т.д.

Модернизация спортивной площадки

Так, как МДОУ Балыктахский детский сад «Звездочка» общеразвивающего вида с приоритетным
осуществлением физического развития воспитанников одним из первых основных направлений
работы детского сада является совершенствование форм физического развития, сохранение и
укрепление здоровья дошкольников. Во вторых по требованиям САНПи на участке детского сада
должна быть спортивная площадка. Поэтому, перед детским садом стоит задача улучшения
комфортных условий для физического развития воспитанников. В целях развития физических
способностей детей и усилению работы по сохранению их здоровья нужно приобрести и построить
следующие спортивные оборудованья: