

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад комбинированного вида №53 «Светофорик»  
г. Альметьевска

Принята на педагогическом

совете

Протокол № 1

От «29» августа 2018г

Утверждаю

Заведующий МБДОУ №53

Г.Р.Дерзакова

«31» августа 2018г.



АДАПТИРОВАННАЯ

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

для групп комбинированной направленности для часто болеющих детей

## Содержание

### I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цели и задачи реализации программы
- 1.3. Основные принципы работы с часто болеющими детьми
- 1.4. Основные направления и задачи оздоровительной работы с часто болеющими детьми (далее – ЧБД) в ДОУ
- 1.5. Особенности развития часто болеющих детей
- 1.6. Планируемые результаты освоения программы

### II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

- 2.1. Описание образовательной деятельности
- 2.2. Особенности физкультурно – коррекционной и оздоровительной работы
- 2.3. Особенности психолого – педагогической работы
- 2.4. Особенности проведения занятий
- 2.5. Эффективность оздоровительной работы в ДОУ с часто и длительно болеющими детьми
- 2.6. Система мониторинга

### III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

- 3.1. Организация жизни и воспитания детей
- 3.2. Интеграция образовательных областей и видов детской деятельности в режимных моментах
- 3.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик
- 3.4. Режим дня и распорядок
- 3.5. Особенности организации развивающей предметно – пространственной среды

### IV. ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОЛЛЕКТИВА С СЕМЬЯМИ ВОСПИТАННИКОВ

- 4.1. Система работы ДОУ с семьей,

### V. ПРОГРАММНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

- 5.1. Методическое обеспечение образовательной области «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

# АДАПТИРОВАННАЯ ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЛЯ ГРУПП КОМБИНИРОВАННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ДЛЯ ЧАСТО БОЛЕЮЩИХ ДЕТЕЙ (ЧБД)

## I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

### 1.1. Пояснительная записка

В группе комбинированной направленности для часто болеющих детей, осуществляется совместное образование здоровых детей и детей с ограниченными возможностями здоровья, в соответствии с образовательной программой МБДОУ, разработанной на основе ФГОС дошкольного образования, комплексной Примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» Н.Е. Вераксы, с учётом особенностей психофизического развития и возможностей детей.

Исходя из того, что большинство имеющихся образовательных программ рассчитано на здоровых детей, а в списочном составе МБДОУ «Д/с № 53 «Светофорик» г. Альметьевска» имеются две группы часто болеющих детей, возникла необходимость разработать специальную адаптированную образовательную программу для часто болеющих детей при относительно нормальном общем развитии речи и интеллекта.

По данным исследователей (Ю.Ф. Змановский (1986); А.И.Кравчук, (1998); В.К. Бальсевич (1998, 2000); С.Б. Шарманова, (2001, 2002, 2003) и др.) от 60 до 90% часто болеющих дошкольников остается без адекватной психологопедагогической помощи и физической подготовки. Различия уровня здоровья, формы заболевания, физического развития и физической подготовленности дошкольников осложняет процесс воспитания и требует дифференцирования, прежде всего, физической нагрузки для детей (по объёму и интенсивности), имеющих разные отклонения в состоянии здоровья. Вышеизложенное дает основание для применения дифференцированного подхода и предполагает деление детей на типологические группы в организованных формах обучения и воспитания, с учетом определенных критериев.

Каждая типологическая группа должна заниматься в пределах определенного двигательного режима (поддерживающе-развивающего, оздоровительно-развивающего и развивающе - тренирующего), который с учетом физического развития и нозологических форм модифицируется за счет выбора разных средств и методических приемов физической культуры и оздоровительной работы с детьми.

Зачисление детей часто и длительно болеющих в оздоровительные группы проводится на основании протокола Комиссии по комплектованию образовательных учреждений, реализующих основную общеобразовательную программу дошкольного образования Исполнительного комитета муниципального района Республики Татарстан (далее - Комиссия по комплектованию), заключения врача-педиатра, ВКК, ПМПк. Контроль над организацией и проведением лечебно – профилактических и оздоровительных мероприятий в группах ЧБД осуществляется врачом-педиатром Учреждения.

При составлении программы учитывались новые данные современных технологий и научных исследований по физическому воспитанию и развитию часто болеющих детей в соответствии с нормативно-правовыми документами. Программа разработана в соответствии с:

- Конституцией Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 года), конвенцией ООН о правах ребенка (принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20.11.1989г. Ратифицирована постановлением ВС СССР от 13.06 1990г. №1559-1 «О ратификации Конвенции о правах ребенка»);
- Федеральным законом «Об образовании в РФ» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ, Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, утвержденным приказом Минобрнауки РФ от 17.11.2013 г., № 1155;
- Приказом Минобрнауки России «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования» от 30.08.2013г. №1014;
- Письмом Минобрнауки России «Об интегрированном воспитании и обучении детей с отклонениями в развитии в дошкольных образовательных учреждениях» от 16.01.2002 № 03-51ин/23-03
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. №26 г. Москва об «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным образовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;

- Лицензией на право ведения образовательной деятельности;
- Уставом детского сада.

## **1.2. Цели и задачи реализации программы**

**Цель программы:** позитивная социализация и всестороннее развитие ребенка раннего и дошкольного возраста в адекватных его возрасту детских видах деятельности.

Создание специальных образовательных условий, учитывающих специфику коммуникативной и когнитивной деятельности детей, имеющих ограниченные возможности здоровья в группах ЧБД средствами здоровьесберегающих педагогических технологий для достижения физической, интеллектуальной, психологической и личностной готовности к обучению в общеобразовательной школе.

Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетенции родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

### **Задачи:**

- 1) охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- 2) обеспечение равных возможностей в группах разной направленности для полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- 3) Обеспечение преемственности основной образовательной программы дошкольного образования со специализированными коррекционно-развивающими программами, парциальными программами и технологиями; программой начального общего образования;
- 4) создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
- 5) объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- 6) формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирование предпосылок учебной деятельности;
- 7) обеспечение вариативности и разнообразия содержания Программы организационных форм дошкольного образования, возможности формирования Программ различной направленности с учётом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей.
- 8) Формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей.
- 9) Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей воспитанников в группах разной направленности в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей, коррекции недостатков психического и речевого развития детей.

## **1.3. Основные принципы работы с часто болеющими детьми**

- Научность – все предложенные и используемые мероприятия научно обоснованы и практически апробированы, направлены на укрепление здоровья.
- Доступность – основывается на том, что все разделы работы с детьми объединяет игровой метод проведения занятий. Такой выбор объясняется тем, что игра в дошкольном возрасте является основным видом деятельности, а значит понятным и доступным для ребенка. Все составляющие части занятия просты и в основном уже знакомы детям и взрослым.
- Активность – активное, деятельностное, компетентное и мотивированное участие в оздоровительной работе всех участников образовательного процесса.
- Интеграция – органичное решение оздоровительных задач в системе образовательной работы, во всех видах детской деятельности.
- Адресность и преемственность – учет разноуровневого развития и состояния здоровья, участвующих в оздоровлении; умение адаптировать содержание программы к разным категориям детей разного возраста.

В основе физкультурно-развивающей и коррекционной работы групп ЧБД лежат принципы:

- всестороннего развития ребёнка;

- создания условий для коррекционно-развивающей и самостоятельной активности детей;
- индивидуализации и дифференциации (учёта способностей возможностей ребёнка, индивидуального темпа его развития и интеграции в общество здоровых сверстников);
- возрастной адекватности содержания и методов образовательной и коррекционно-профилактической работы;
- содействия и сотрудничества детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- взаимодействие со специалистами и родителями в работе с детьми по оздоровлению детей.

#### **1.4. Основные направления и задачи оздоровительной работы с часто болеющими детьми (далее – ЧБД) в ДОУ**

##### Профилактические:

- Решение реабилитационных задач ЧБД средствами физической культуры.
- Предупреждение ОРВИ и ОРЗ методами неспецифической профилактики.
- Выполнение санитарно-гигиенических требований к режиму пребывания ребенка в ДОУ, включая индивидуальные рекомендации соответственно текущему состоянию здоровья ребенка (перенесенное заболевание, долгое отсутствие в детском саду и пр.).
- Консультирование и информирование семей об использовании эффективных технологий и методик оздоровления детей (ЧБД).
- Предоставление родителям права выбора форм и методов оздоровления детей.
- Обеспечение оптимального режима мероприятий по реабилитации воспитанников с индивидуализацией ее отдельных компонентов после перенесенного острого заболевания.
- Обеспечение снятия возможных рецидивов после перенесенного заболевания посредством проведения физиопроцедур.
- Укрепление общего здоровья детей методом проведения тонизирующего массажа.
- Соблюдение единых требований к режиму детей дома и в ДОУ (продленный дневной сон, регулярные закаливающие процедуры (не прекращать после ОРВИ, а только снизить интенсивность), дотация фруктов и овощей по сезону, в том числе лука и чеснока).
- Формирование навыка правильного дыхания, правильной осанки, профилактика плоскостопия.

##### Общеобразовательные:

- Обучение детей основам оздоровительной гимнастики.
- Совершенствование навыков владения детей игровым самомассажем биологически активных точек.
- Обучение видам дыхательной гимнастики и дыхательных упражнений.
- **Коррекционные:**
- Укрепление жизненной емкости легких.
- Укрепление и повышение физической работоспособности и выносливости.
- Повышение сопротивляемости организма простудным и другим заболеваниям.

##### Психолого-педагогические:

- Формирование осознанного отношения к своему здоровью и здоровью близких людей (стремление к здоровому образу жизни).
- Выработка гигиенических навыков.
- Улучшение эмоционального состояния.
- Воспитание воли, сознательной дисциплины, организованности.
- Развитие коммуникативных навыков.
- Создание благоприятных условий для оздоровления организма.
- Формирование умений определять собственное плохое самочувствие и умение регулировать его.

Основная цель в группе комбинированной направленности для часто болеющих детей - осуществление ранней полноценной социальной и образовательной интеграции воспитанников с ослабленным физическим здоровьем в среду нормально развивающихся сверстников.

##### Задачи:

- охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья детей;
- обеспечение познавательно-речевого, социально-личностного, художественно-эстетического и физического развития детей;
- увеличение охвата часто и длительно болеющих детей квалифицированной медицинской и педагогической помощью;
- оздоровление детей с учетом возможностей ребенка, дозирование нагрузки;
- обеспечение надлежащих санитарно-гигиенических условий;
- наблюдение врача и выполнение его рекомендаций;

- домашняя программа профилактики и лечения;
- осуществление необходимой коррекции недостатков в физическом развитии детей;
- взаимодействие с семьями детей для обеспечения полноценного развития детей;
- оказание консультативной и методической помощи родителям (законным представителям) по вопросам воспитания, обучения и развития детей.

Задачи воспитательно-образовательного и коррекционного направлений групп ЧБД объединяются в 2 блока:

1. педагогический;
2. коррекционно-профилактический.

#### 1. Педагогический блок

Задачи решаются на занятиях по физической культуре разного вида, логоминутках, утренней гимнастике, корригирующей гимнастике после дневного сна, динамических паузах между занятиями, при использовании элементов здоровьесберегающих технологий в режимных моментах, воздушном закаливании. Направлен на:

- обучение двигательным умениям и навыкам детей, развитие их базовых физических качеств;
  - формирование танцевально-ритмических движений;
  - воспитание привычки здорового образа жизни.
2. Коррекционно-профилактический блок направлен на общее оздоровление часто болеющих детей. Реализация задач этого блока предусматривает улучшение физического развития детей, их анатомо - физиологического статуса:
    - общее оздоровление организма и сопротивляемость простудным заболеваниям с помощью современной инновационной технологии БОС;
    - нормализация мышечного тонуса (его увеличение в случае гипотонии, снижение в случае гипертонии, стабилизация в случае дистонии);
    - преодоление слабости (гипертрофии) отдельных мышечных групп;
    - сенсорное обогащение: улучшение мышечно-суставного чувства (кинестезии и тактильных (кожных) ощущений);
    - формирование вестибулярных реакций.

Воспитание, обучение и развитие часто болеющих детей осуществляется одновременно совместными усилиями воспитателей, инструктора по физической культуре, музыкального руководителя, педагога-психолога, врача-педиатра ДОО, ст.медсестры, медсестры по физиолечению, медсестры по массажу.

#### 1.5. Особенности развития часто болеющих детей

Согласно определению ВОЗ к часто длительно болеющим относятся дети, перенесшие более 4-5 эпизодов ОРЗ за год.

Академик РАМН А.А. Баранов и профессор В.Ю. Альбицкий предложили относить к группе часто длительно болеющих детей

- от 3 до 5 лет — 5 и более раз в год;
- детей старше 5 лет — при 4 и более ОРЗ в год.

Часто болеющие дети имеют худшие показатели физического развития. Замедленные темпы биологического созревания установлены у 45,1% 4-5-летних ЧБД, у 29,3% 6-7-летних ЧБД и 14,3% 6-7-летних ЧБД. Резко дисгармоничное морфо-функциональное состояние за счет избытка массы тела - у 6,6% 4-5-летних и 4,0% у 6-7-летних ЧБД (Соколова С. Б.)

Часто болеющие дошкольники имеют низкие и ниже средних возрастно - половые показатели развития основных физических качеств и двигательных навыков (недостаточно хорошая координация движений, отставание в развитии мелкой моторики) и характеризуются сниженными функциональными возможностями.

Часто болеющие дети характеризуются более низкими показателями местного иммунитета.

Среди часто болеющих детей общая патологическая 10 пораженность превышает аналогичный показатель у ЭБД в 1,5 раза, выше распространенность психических расстройств, патологии кожи и подкожной клетчатки и эндокринно-обменной системы. Среди часто болеющих дошкольников 69,2% детей имеют хронические заболевания в стадии компенсации.

Основополагающими принципами оздоровления часто болеющих детей должны быть:

- индивидуальность - учет особенностей нарушений состояния здоровья каждого конкретного ребенка;
- комплексность - применение медицинских, психолого-педагогических, логопедических методов реабилитации;
- круглогодичность;
- этапность и преемственность - реабилитация часто болеющих детей проводится на всех этапах: в семье, в ДОО, в поликлинике.

## 1.6. Планируемые результаты освоения программы

К семи годам при успешном освоении Программы достигаются следующие результаты:

- укрепление здоровья детей;
- повышение защитной функции организма;
- стабилизация психологического состояния;
- нормализация мышечного тонуса (его увеличение в случае гипотонии, снижение в случае гипертонии, стабилизация в случае дистонии);
- сенсорное обогащение: улучшение мышечно-суставного чувства (кинестезии и тактильных (кожных) ощущений);
- формирование вестибулярных реакций.

## II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 2.1. Описание образовательной деятельности

Особенности физкультурно - коррекционной и оздоровительной работы.

Система мероприятий физкультурно - коррекционной и лечебно-оздоровительной работы включает в себя:

- Утренний приём на открытом воздухе (в летний период);
- Утренняя гимнастика;
- Физкультминутки;
- Физкультурные минутки между занятиями;
- Традиционные физкультурные занятия;
- Минутки здоровья;
- Мероприятия по формированию здорового образа жизни.

Физкультурно - оздоровительные мероприятия для ЧБД:

- Витаминизация 3 - х блюд;
- Адаптогены и иммуностимуляторы;
- Гигиена полости рта;
- Дыхательная гимнастика по Стрельниковой.
- Элементы здоровьесберегающих технологий в режимных моментах: зрительная гимнастика, психогимнастика, массаж биологически активных точек.
- Прогулка;
- Корректирующая гимнастика после сна, в том числе:
  - хождение босиком после сна по дорожке «Здоровья»,
  - физические упражнения в сочетании с закаливающими мероприятиями,
  - игры с водой и песком (теплое время года).
- Физкультурный досуг, развлечения;
- Физкультурный праздник;
- День здоровья.

Формы организации образовательной деятельности с детьми

В ходе реализации образовательной деятельности с детьми по направлению «Приобщение к физической культуре» двигательная активность (нагрузка) часто болеющим детям определяется медицинским персоналом и педагогами в таком же объёме, что и здоровым детям, но при этом учитываются их психофизиологические возможности и психологические особенности.

Организованная образовательная деятельность (в том числе коррекционные занятия) с длительно и часто болеющими детьми организуется в ДООУ в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.1.3049-13. Специально организованная совместная образовательная деятельность детей со взрослыми по приобщению к физической культуре - это главная форма организованного, систематического обучения часто болеющих детей двигательным умениям и навыкам.

Педагоги при организации работы с часто болеющими детьми должны соблюдать следующие требования:

- давать часто болеющим детям посильные задания, зная, что они справятся с их выполнением;
- предлагать быть ведущим только в знакомой подвижной игре;
- при проведении эстафет подбирать для этого таких детей посильные двигательные действия, чтобы они были уверены в своих силах и не отказывались от участия;
- при выполнении упражнений в парах подбирать детей: в паре с часто болеющим ребенком обязательно должен быть более здоровый и хорошо физически развитый ребенок;
- привлекать часто болеющих детей к участию в спортивных праздниках, заранее подбирая адекватные задания; → проводить с часто болеющими детьми индивидуальную работу, предлагать индивидуальные развивающие задания по освоению техники разучиваемых упражнений;

- часто болеющим детям не рекомендуется давать двигательные задания типа «Кто быстрее?», «Кто больше?» и т.д.;
- содержание занятия и физическая нагрузка должны соответствовать возрасту и уровню подготовленности и состоянию здоровья детей, индивидуальным особенностям часто болеющих детей.

### Формы организации физкультурно-коррекционной и лечебно-оздоровительной работы

№ п/п	Формы организации	Периодичность проведения	Младший возраст		Старший возраст	
			младшие группы	средние группы	старшие группы	подгот. группы
1	Непосредственно организованная деятельность: в спортивном зале; на свежем воздухе.	2 раза в неделю 1 раз в неделю	8-12 мин. 8-12 мин.	15 мин. 15 мин.	20 мин. 20 мин.	25 мин. 25 мин.
2	Физкультурные упражнения и игры на прогулке	ежедневно		10-12 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.
3	Утренняя гимнастика в спортивном зале; на свежем воздухе.	ежедневно	5-6 мин. 5-6 мин.	6-8 мин. 6-8 мин.	8-10 мин. 8-10 мин.	10-12 мин. 10-12 мин.
4	Корректирующие занятия после дневного сна (послесоновая гимнастика)	ежедневно	5 мин.	6-8 мин.	8-10 мин.	10 мин.
5	Прогулка	ежедневно, 2 раза в день				
	Тропа здоровья	ежедневно на прогулке (в летний период)				
6	Динамические паузы	ежедневно				
7	Спортивные досуги, развлечения, праздники	1 раз в месяц	20 мин.	30 мин.	30 мин.	40 мин.
8	Неделя здоровья	2 раза в год (ноябрь, апрель)				
9	Подвижные игры	ежедневно 2-4 раза в день	6-10 мин.	10-15 мин.	15-20 мин.	20-25 мин.
10	Экскурсии, походы.	1 раз в квартал	воспитатель			
11	Спортивные игры.	целенаправленное обучение не реже 1 раза в неделю (подг. группы)				
12	Спортивный праздники	2 раза в год	20 мин.	30 мин.	30 мин.	40-50 мин.
13	Самостоятельная двигательная активность	ежедневно				

Продолжительность занятий с часто болеющими детьми зависит от их самочувствия и может сокращаться в зависимости от желания детей. Дифференцированный подход обеспечивается за счёт изменения в содержании физических упражнений, их интенсивности (изменения темпа, траектории, амплитуды, дозировки), обеспечивается щадящий режим.

#### Здоровьесберегающие технологии

№	Виды	Особенности организации
	<b>Медико-профилактические</b>	
	<i>Закаливание</i> в соответствии с медицинскими показаниями	
1.	обширное умывание после дневного сна (мытьё рук до локтя)	Дошкольные группы ежедневно
2.	хождение по мокрым дорожкам после сна	Первая и вторая младшие, средняя, старшая, подготовительная ежедневно
3.	ходьба босиком	Все группы ежедневно
4.	облегченная одежда	Все группы ежедневно
	<i>Профилактические мероприятия</i>	
1.	витамиотерапия	2 раза в год (осень, весна)



2.	витаминация 3-х блюд	ежедневно
3.	употребление фитонцидов (лук, чеснок)	Осенне-зимний период
4.	полоскание рта после еды	ежедневно
5.	чесночные бусы	ежедневно, по эпидпоказаниям
<i>Медицинские</i>		
1.	мониторинг здоровья воспитанников	В течение года
2.	плановые медицинские осмотры	2 раза в год
3.	антропометрические измерения	2 раза в год
4.	профилактические прививки	По возрасту
5.	кварцевание	По эпидпоказаниям
6.	организация и контроль питания детей	ежедневно
7.	УФО носа и зева №3-5	3 раза в год, по показаниям
8.	Массаж тонизирующий	4 раза в год
9.	Прием поливитаминов	1 раз в квартал
<i>Физкультурно – оздоровительные</i>		
1.	корректирующие упражнения (улучшение осанки, плоскостопие, зрение)	ежедневно
2.	зрительная гимнастика	ежедневно
3.	пальчиковая гимнастика	ежедневно
4.	дыхательная гимнастика	ежедневно
5.	элементы точечного массажа	средняя, старшая, подготовительная, не реже 1 раза в неделю
6.	динамические паузы	ежедневно
7.	релаксация	2-3 раза в неделю
8.	психотерапия	2-3 раза в неделю
<i>Образовательные</i>		
1.	привитие культурно-гигиенических навыков	ежедневно
2.	формирование ЗОЖ	ежедневно

### **Утренняя гимнастика**

Утренняя гимнастика снимает остаточное торможение после сна; обеспечивает тренировку всех мышц, что особенно способствует формированию хорошей осанки и подготавливает организм ребёнка к последующим нагрузкам.

Утренняя гимнастика проводится с детьми в облегчённой одежде, в хорошо проветренной комнате, в физкультурном зале или групповой комнате. В тёплое время года гимнастика проводится на воздухе. Усиление интенсивности нагрузки достигается нарастающим количеством упражнений (с 4-5 до 5-6), увеличением числа их повторений (с 5-6 до 6-8) и продолжительности тех упражнений, которые вызывают наибольшую пульсовую реакцию.

Утренняя гимнастика проводится под музыку, которая создает у детей эмоциональный подъём, радостное ощущение жизни.

Общие основные задачи, решаемые в утренней гимнастике со всеми детьми комбинированной группы:

- Формирование навыка правильной осанки.
- Совершенствование двигательных навыков.
- Улучшение и нормализация функций сердечно - сосудистой и дыхательной систем.
- Повышение уровня физической работоспособности.

### **Особенности утренней оздоровительной гимнастики для ЧБД**

*Приемы утренней гимнастики:*

#### 1. игровые

*Дополнительные задачи:*

2. реабилитация ЧБД, профилактика ОРВИ, ОРЗ и повышение резистентности их организма с соблюдением индивидуального подхода при дозировании физических нагрузок,
3. повышение общей выносливости организма детей.

В содержание утренней оздоровительной гимнастики часто болеющих и ослабленных детей включаются:

- общеразвивающие упражнения, активизирующие различные группы мышц (особенно, развивающие мышцы плечевого пояса, туловища) и улучшающие кровоснабжение внутренних органов;
- упражнения, направленные на развитие и укрепление дыхательной мускулатуры, мышц диафрагмы;
- упражнения на улучшение вентиляционной способности лёгких, ходьба со сменой темпа и направления, ходьба в чередовании с бегом, которые широко используются для повышения функциональной работоспособности сердечно - сосудистой, бронхолёгочной систем;
- упражнения с различными предметами - гимнастическими палками, мячами разных размеров, обручами;
- упражнения, улучшающие местное крово - и лимфообращение и повышающие физические и физиологические возможности детей (приседания, ходьба на согнутых ногах, бег на месте, медленный бег по пересечённой местности и др.)

#### **Профилактическая гимнастика**

Этот вид гимнастики нацелен на повышение функциональных возможностей организма, работоспособности и восстановления здоровья. Профилактическая гимнастика – «Минутки здоровья» могут проводиться перед занятием, на занятиях, как его часть, перед приемом пищи, перед игровой деятельностью, т. е. в каждую свободную минуту. Включает в себя: массаж и самомассаж, гимнастику для глаз, дыхательную гимнастику.

При подборе упражнений необходимо помнить об объёме и характере двигательной деятельности на занятии. Так на занятиях по математике дети выполняют некоторые движения руками, раскладывая, переставляя мелкие предметы и пособия. На занятиях по изобразительной деятельности в напряжении находятся мелкие мышцы кисти рук. Поэтому в физкультминутки наряду с другими следует включать упражнения на расслабление мышц рук. Так, например, может использоваться технология проведения физкультминуток Т.А. Новомлынской. Она учитывает основные механизмы развития нервно-психического и физиологического утомления детей в традиционной среде обучения, предлагает общедоступные методы повышения их нервно - психической и физиологической активности на занятиях. И тем самым предупреждают утомление детей.

#### **Физкультурные минутки**

Эффективным средством предупреждения утомления, улучшения общего состояния являются физические упражнения, проводимые во время организованной образовательной деятельности (занятий). Под их влиянием увеличивается количество импульсов, поступающих из двигательного и других анализаторов.

Для детей средней группы включают 2-3 игровых упражнения, для старшей группы 3-4. Физические упражнения особенно повышают последующую работоспособность при сложной умственной деятельности. Поэтому и в физкультминутке, следует соблюдать основные требования:

- Упражнения должны быть просты по структуре, интересны и хорошо знакомы детям.
- Упражнения должны быть удобны для выполнения на ограниченной площади.
- Они должны включать движения, воздействующие на крупные группы мышц, улучшающие функциональную деятельность всех органов и систем.
- Комплекс физкультминутки обычно состоит их 2-3 упражнений для рук и плечевого пояса, потягивания – выпрямление позвоночника, расширения грудной клетки (руки в стороны или вверх – в стороны, к плечам, перед собой, для туловища – наклоны, повороты; для ног – приседания).

#### **Гимнастика для глаз**

В процессе такой гимнастики дети совершают синхронные движения глазами, головой и туловищем. Включаются важные эмоционально-мотивационные факторы, повышающие не только физическую, но и психологическую активность детей. Периодическое внесение в процесс занятий сенсорного разнообразия, переключение ближнего зрения на дальнее, а также активизация зрительно - координаторного чувства с помощью интенсивных движений способствуют предупреждению утомляемости детей, поддерживают естественный ход развития структурных и функциональных характеристик зрительной системы, скорости ориентации в пространстве, в том числе реакции на экстремальные ситуации.

#### **Физкультурные паузы между занятиями для ЧБД**

Согласно СанПиН, между занятиями должна быть обеспечена динамическая пауза, продолжительностью не менее 10 минут. В течение 5 - 10 минут дети получают дозированную динамическую нагрузку.

Физкультурные паузы с часто болеющими детьми предусматривают самостоятельное выполнение упражнений на тренажёрах (велотренажёре, батуте, беговых дорожках и др.),

направленных на повышение функциональной работоспособности сердечно-сосудистой, бронхолегочной систем, развитие выносливости).

Другим вариантом проведения физкультурной паузы является организация с детьми оздоровительных игр средней подвижности с включением циклических упражнений умеренной интенсивности (ходьбы с выполнением различных заданий, лёгкого бега, подскоков, прыжков со скакалкой, через резинку, «классики» и пр.). Пауза может предусматривать выполнение игровых и имитационных общеразвивающих упражнений, развивающих мышцы плечевого пояса, туловища, дыхательную гимнастику («Делай как я», «Зеркало» и др.).

### **Физкультурно-оздоровительные занятия в оздоровительно - развивающем режиме тренировки (для ЧБД)**

Структура физкультурных занятий состоит традиционно из трёх частей, но оздоровительный и развивающий эффект достигается за счёт включения в содержание каждой их них:

- пробежек в медленном темпе для развития общей выносливости (с постепенным увеличением продолжительности);
- упражнений, направленных на развитие и укрепление дыхательной мускулатуры, улучшение вентиляционной способности лёгких (махи и вращения руками и постепенным увеличением амплитуды движений);
- упражнений, выполняемых у гимнастической («шведской стенки») лестницы, с использованием тренажёров и оздоровительно-реабилитационного и физкультурного оборудования;
- упражнений, улучшающих местное крово- и лимфообращение и повышающие физические и физиологические возможности детей (ходьба на согнутых ногах, бег на месте, выполнение упражнений на велотренажёре, беговых дорожках, батуте др.);
- упражнений на мышечное и психическое расслабление.

На начальном этапе работы на физкультурно-оздоровительных занятиях с ЧБД для них ограничиваются или исключаются упражнения, выполняющиеся в быстром темпе: интенсивные подвижные игры, игры с элементами соревнования, упражнения, связанные со статическими нагрузками.

В последствие физические нагрузки дозируются с учетом индивидуальных функциональных возможностей детей.

Оценка эффективности физкультурного занятия для ЧБД проводится по показателю моторной плотности: в зале не менее 70%, на воздухе - 80% и среднего уровня частоты сердечных сокращений: в зале средняя - 140-150 ударов в минуту, на воздухе - 150-160 уд/мин.

Обязательным является контроль за внешними признаками утомления детей.

Наряду с физическими занятиями осуществляется комплекс психогигиенических мероприятий. Для регулирования психо - эмоционального состояния часто болеющих и ослабленных детей используются следующие приёмы:

- **«сухой дождь»**, изготовленный из атласных лент семи цветов радуги, закреплённых под потолком на специальном держателе или обруче. В процессе физкультурного занятия в ходе выполнения перестроений (после вводной части, ОРУ, основных видов движений (2-3 раза) ослабленным детям предлагается пройти через «сухой дождь» от синих к красным лентам. После подвижной игры – в обратном направлении;
- **«Дотянись до игрушки»** - на гимнастических лестницах разных по высоте находятся мягкие игрушки разных размеров. Воспитанники используют лазанье для дотягивания до игрушки.

Терапевтический эффект цвета заключается в регулировании психоэмоционального состояния детей и динамикой умения подниматься на высоту.

- **«Парашют»** - одна сторона изготовлена из шелковых отрезков разноцветного материала с круглым вырезом по центру. Здесь командная игра дети держат за края материи и катая мяч пытаются забросить его в круг. На обратной стороне изображены планеты. Дети садятся вокруг парашюта на пол и катая мяч пытаются его остановить на нужной планете. Этот вид помогает детям выработать координацию движений, глазомер, цветотерапию, умение договариваться между собой.

Цветотерапевтический эффект также используется и при подборе спортивных костюмов детей. Интенсивность выполнения упражнений может регулироваться правильно подобранным музыкальным сопровождением. Средний темп музыкального сопровождения обеспечивает оптимальную физическую нагрузку детей и адекватный тренировочный эффект, который необходим для развития работоспособности и общей выносливости детей.

### **Дыхательная гимнастика**

Дыхательные упражнения развивают продолжительный, равномерный выдох у детей, формируют сильную воздушную струю через рот. Вызывая положительные эмоции, такие упражнения повышают интерес ребенка к дыхательной гимнастике, которые к тому же

способствуют развитию творческого воображения и фантазии. Дыхательная гимнастика включается в содержание утренней гимнастики и гимнастики после дневного сна, физкультурного занятия, корригирующей гимнастики, прогулки. Отдельно проводится и в процессе физминутки, динамической паузы.

Она представлена игровыми и имитационными упражнениями или целой серией упражнений. Нормализация дыхания в результате выполнения различных дыхательных гимнастик снижает проявление многих патологических изменений в организме, поднимает общий жизненный тонус.

### **Прогулка**

В зависимости от характера предшествующей деятельности содержание прогулки с детьми может быть традиционным и представлено организованными подвижными играми, игровыми упражнениями, индивидуальной работой и самостоятельной двигательной активностью.

Независимо от характера отклонения в состоянии здоровья структура двигательной деятельности на прогулке представлена следующими компонентами:

- организованной воспитателем (30-35% от времени пребывания на прогулке);
- самостоятельной или произвольной (40-45%);
- индивидуальной работой с детьми (15-20%).

Организованная двигательная активность представлена тремя компонентами:

- Подвижная игра: сюжетная, игра-эстафета, игра с элементами соревнования (высокой интенсивности, организуемая фронтально).
- Игровое упражнение на закрепление основных видов движений и развитие физических качеств (по подгруппам).

*Ходьба, бег, подвижные и спортивные игры на прогулке*

1. Дозированный бег и ходьба на прогулке – один из способов тренировки и совершенствования выносливости, наиболее ценного оздоровительного качества.
2. Подвижные и спортивные игры совершенствуют координацию движений и все психофизиологические качества, тренируют функции головного мозга.
3. Игры-хороводы, релаксационные упражнения и бодрящая гимнастика
4. Игры-хороводы проводятся в кругу и сопровождаются движениями в соответствии с текстом.

Так же используются *спортивно – игровые упражнения*: катание на санках, велосипедах, самокатах. Спортивные игры: баскетбол, волейбол, футбол, бадминтон, городки, ручной мяч, хоккей по подгруппам.

В дни отсутствия физкультурных занятий в сетке образовательной деятельности для повышения двигательной активности детей проводятся интенсивные прогулки, в том числе, дозированная ходьба – выполнение упражнений на «тропе здоровья». Такой вид ходьбы выполняется в летний период. Воспитанники ходят босиком по специально оборудованной из природных материалов дорожке. После ходьбы предусмотрено мытье ног.

Интенсивная прогулка – максимальное увеличение физической нагрузки за счёт включения в нее игр и игровых упражнений разной подвижности с разнообразными движениями. Подбирать игры для интенсивной прогулки следует с учётом предыдущей деятельности детей. После спокойных занятий, требующих сосредоточенного внимания, проводятся игры более подвижного характера. После музыкальных занятий включаются игры средней подвижности. В играх продумывается чередование ускорения и замедления, напряжения и расслабления.

Организованная и самостоятельная двигательная активность планируется с учётом интересов детей, физических особенностей (ослабленность после перенесенных заболеваний, физическое недоразвитие) и гендерных особенностей.

Мальчикам предлагаются игры и упражнения скоростной, скоростно-силовой, силовой направленностью (бег, прыжки, лазание, спортивные игры с мячом, клюшкой).

Девочкам - гимнастика, ритмика, игры и упражнения со скакалкой, резинкой, мячом и ракеткой, игры в классы и пр.

### **Особенности прогулок с ЧБД**

Особое внимание в работе с ослабленными детьми отводится включению в содержание прогулки циклических упражнений (дозированной ходьбы, бега в медленном темпе, ходьбы на лыжах, катания на велосипеде).

Для данной категории детей подбираются игры сюжетного и бессюжетного характера, преимущественно исключают скоростной бег наперегонки. Различные виды игр, в том числе с элементами спорта (футбол, бадминтон, настольный теннис, городки) с умеренными нагрузками положительно влияют на физический и эмоциональный тонус, физическую работоспособность и функцию внешнего дыхания.

Рекомендуются игры с ходьбой в разном темпе, бегом в медленном и среднем темпе с выполнением различных заданий и имитационных действий (хороводные игры, «Море волнуется», «День-ночь» и т.п).

Для развития и укрепления дыхательной мускулатуры, улучшения вентиляционной способности лёгких в тёплый сезон года используется дыхательная гимнастика. В летний сезон – игры с водой и песком. Для развития выносливости и повышения функциональной работоспособности сердечно-сосудистой, бронхолёгочной систем регулярно с постепенным увеличением дозировки в конце прогулки включаются бег, ходьба со сменой темпа и направления, ходьба в чередовании с бегом.

### **Корригирующая гимнастика после дневного сна для ЧБД**

Гимнастика после дневного сна повышает жизнедеятельность организма, растормаживает нервную систему после сна, сокращает время перехода от сна к бодрствованию. После пробуждения гимнастика, заключающаяся в выполнении специально подобранных физических упражнений, постепенно вовлекает весь организм ребёнка в деятельное состояние. Гимнастика после дневного сна во взаимосвязи с закаливающими процедурами является важным многосторонним физкультурно-оздоровительным процессом, повышающим и сохраняющим в течение дня жизнерадостное состояние ребёнка. Гимнастика проводится в спальне и группе.

Варианты организации детей после подъёма:

- различные виды ходьбы, танцевальные движения под музыку, игра малой подвижности;
- босохождение по «дорожке здоровья»;
- 2-3 игры малой и средней подвижности;
- упражнения в постели из разных исходных положений (лёжа на спине, животе, боку);
- комплекс упражнений ритмической гимнастики под музыку;
- точечный массаж;
- дыхательная гимнастика по Стрельниковой.

**Релаксационные упражнения для ЧБД** выполняются для снятия напряжённости в мышцах, вовлечённых в различные виды активности. Релаксация – состояние покоя, расслабленности, возникающее вследствие снятия напряжения после сильных переживаний или физических усилий. Применяется в конце физкультурного занятия, перед дневным сном.

### **Особенности корригирующей гимнастики для ЧБД**

Оздоровительное воздействие корригирующей гимнастики усиливается за счёт включения методов закаливания с применением воздушных и водных процедур. Включаются массаж и самомассаж варежкой, глубокое умывание, игры с водой, применение щадящих контрастных воздушных и водных процедур (по методике Ю.Ф. Змановского).

### **Физкультурные досуги для ЧБД**

Физкультурные досуги при правильном подборе входящих в них элементов становятся эффективным средством воздействия на личность ребёнка, способствуют развитию мышления, воображения, целеустремлённости, а также формированию чувства ответственности, приучают сдерживать свои желания, проявлять решительность. При проведении досугов все дети приобщаются к непосредственному участию в различных состязаниях, соревнованиях, с увлечением выполняют двигательные задания. При этом ведут себя более непосредственно, чем на физкультурных занятиях, и эта раскованность позволяет им двигаться без особого напряжения, более естественно использовать те двигательные навыки и умения, которыми они уже прочно овладели.

Физкультурные досуги позволяют педагогу, не снижая общего эмоционального состояния, стимулировать активность каждого ребёнка с учётом его индивидуальных возможностей; дифференцировано подходить к оценке результатов его действий; дать возможность испытать приятное ощущение радости от выполненных им и другими детьми движений, радоваться успехам другого.

Физкультурные досуги сопровождаются музыкой, что благотворно влияет на развитие у детей чувства прекрасного, закрепляют умение двигаться под музыку, развивать музыкальный слух, память. Они не требуют специальной подготовки детей, строятся на знакомом материале или новом, который не вызывает затруднений.

Немалую роль в сознании определённого настроения у детей играет атрибутика: эмблемы, вымпелы, медали и т.д.

Варианты досугов:

*Досуг* строится на знакомых играх и игровых упражнениях:

1. общая игра средней подвижности, которая даёт первый эмоциональный настрой (повторяется 2 –3 раза);
2. аттракционы. Их бывает не более трёх. Они подбираются с таким расчётом, чтобы, повторив каждый не более 3 – 4 раз, обеспечить участие всех детей в одном или двух из них. Аттракционы дают возможность одним детям проявить свои умения и навыки, другим – выразить эмоции в качестве болельщиков;

3. игра с элементами соревнований или игра большой подвижности, в которой принимают участие все дети;
4. игра малой подвижности.

*Музыкальный досуг*, проводится под музыку. Дети соревнуются в качестве выполнения движений с предметами (с мячами, лентами, обручами). Данный вид развлечений развивает у детей творческую инициативу, воображение. Планируя такой досуг, необходимо учитывать индивидуальные особенности детей группы.

Физкультурный досуг строится на элементах одной из спортивных игр (баскетбол, ручной мяч, бадминтон), где участвуют две команды.

Вариант физкультурного досуга – «Весёлые старты». Он строится в основном на играх – эстафетах. Спортивные пособия, предметы и сами движения подбираются такие, с которыми дети встречались на физкультурных занятиях или в повседневной жизни и хорошо усвоили их. В одной эстафете не более трёх этапов. Как правило, не следует включать несколько игр-эстафет подряд, так как они возбуждают и утомляют детей. Между играми-эстафетами включаются задания, направленные на снижение физической нагрузки детей, при которых сохраняется их эмоциональный настрой. (Примерный вариант: 1) какая команда перечислит больше считалок, игровых зачинов, загадок? 2) какая команда быстрее сделает из бумаги стрелу? 3) чья команда быстрее построит дом? )

#### **Физкультурный праздник для ЧБД**

Повышенная двигательная активность, свежий воздух, положительные эмоции, развлекательная направленность удовлетворение интересов детей, участие родителей отличает физкультурный досуг и праздник от ежедневных физкультурно-оздоровительных форм двигательной активности.

Варианты проведения физкультурного праздника

*По двигательному содержанию:*

- Комбинированный. Он строится на основе сочетания разных видов знакомых физических упражнений: гимнастики, подвижных игр, забав, спортивных упражнений.
- На основе спортивных упражнений. Праздник может быть смешанного типа, когда объединяются несколько разновидностей сезонных спортивных упражнений ( например, ходьба на лыжах, катание на санках зимой типа «Зимние забавы» или катание на велосипеде, игры с водой - летом).
- На подвижных играх, аттракционах, забавах. К участию в нём можно привлечь детей всех возрастов и взрослых в неограниченном количестве.
- Интегрированные. В содержание праздника этого вида наряду с двигательной включаются элементы познавательной, изобразительной, театральной деятельности и т.п.

*По доминирующей задаче:*

- Формирование здорового образа жизни. Обычно это тематические праздники: «Солнце, воздух и вода – мои верные друзья», «Приключения в стране Неболек», «Папа, мама, я – спортивная семья».
- Позабавить детей, доставить им удовольствие. Это шуточные праздники-развлечения, направленные, главным образом, на создание хорошего настроения от игр, аттракционов, совместной с взрослыми деятельности, музыкального сопровождения, забавных атрибутов, снарядов.
- Воспитание интереса к народным традициям. Это фольклорные по тематике и содержанию праздники, проводимые в соответствии с народным календарём (Масленица, Сабантуй, Кыргыз боткасы и т.д.). Праздники составляются на доступном детям фольклорном материале с использованием народных игр, забав, хороводных плясок, песен, с использованием атрибутов национальной одежды, инвентаря.

#### **Дни здоровья для ЧБД**

День здоровья проводится 1 раз в год. В этот день из режима исключаются все занятия (кроме музыкальных и физкультурных, проводимых на знакомом материале) и вся деятельность детей (особенно в тёплый период года) организуется на открытом воздухе. День здоровья обычно бывает тематическим («Здравствуй осень», «Зимушка-зима») или сюжетным «Приключения в стране Спортландии», «В некотором царстве...».

Основные принципы организации дня здоровья:

- оптимальное сочетание в течение дня разных видов оздоровительной деятельности (двигательной, художественно-творческой: изобразительной, музыкальной, театральной);
- сочетание фронтальных, групповых и индивидуальных форм работы с детьми;
- удовлетворение интересов и потребностей каждого ребёнка;
- отсутствие мероприятий с выраженной обучающей задачей.

*Вариант проведения Дня здоровья:*

- Утренняя гимнастика проводится под весёлую музыку в игровой форме.

- В гостях у детей сказочный персонаж, который учит детей чему – то через игры, или дети помогают персонажу, выполняя задания, упражнения.
- Игры-аттракционы: «Кто больше унесёт шаров?», «Кто быстрее пролезет в мешок», «Кто быстрее доползёт до бубна»?
- II половина дня, физкультурный праздник, тематика, которого соответствует теме дня здоровья.

#### **Индивидуальные занятия и дифференцированная работа**

Способствуют оптимальному развитию ребенка, развитию внимания, двигательной памяти, активизации мыслительной деятельности, уверенности в себе за счет лучшего освоения техники выполнения физических упражнений часто болеющих детей.

**Самостоятельная двигательная деятельность** часто болеющих детей планируется, организуется и контролируется воспитателем, а также медицинскими работниками. Самостоятельная двигательная деятельность часто болеющих детей может проходить в формах: двигательных действий в режиме дня в группе; двигательной деятельности в физкультурном зале; физических и спортивных упражнений на прогулке.

#### **Профилактические мероприятия для ЧБД:**

- Для профилактики гриппа - оксолиновая мазь, Абесил.
- Прием витаминов (Мультивитабс).
- Ношение медальона со свежими дольками чеснока.
- При карантине строгое соблюдение карантинных мероприятий: масочный режим, избегание контакта с другими группами, наблюдение.
- Кварцевание группового помещения.
- Витаминизация 3 – блюд аскорбиновой кислотой.

#### **Закаливание ЧБД**

Под руководством медицинской сестры проводятся мероприятия по закаливанию детей. Закаливание повышает сопротивляемость организма инфекционным и простудным заболеваниям, способствует ускорению обмена веществ, оказывает благотворное влияние на психосоматическое состояние ребенка. Обязательное условие закаливания – соблюдение принципов постепенности и систематичности.

Педагогами проводится неспецифическое закаливание:

- *воздухом:*

1. Прием детей на свежем воздухе согласно климатическим условиям.
2. Одежда детей, обеспечивающая тепловой комфорт.
3. Прогулки 2-3 раза в день.
4. Сквозное проветривание в отсутствие детей.
5. Оздоровительный сон с доступом свежего воздуха.
6. Воздушные ванны до и после сна.
8. Гимнастика после сна.
9. Массаж стоп – хождение босиком по специальным дорожкам.
10. Дозированное хождение по «Тропе Здоровья» в летнее время года.

- *водой:*

1. Умывание и другие гигиенические процедуры.
2. Мытье рук до локтя прохладной водой.
3. Горьковский метод закаливания (полоскание горла подсоленной водой)

- *солнцем:*

1. Световоздушные ванны.
2. Солнечные ванны.
3. Отдых в тени.

#### **Организация питания ЧБД**

В ДОУ выполняются принципы организации рационального здорового питания: полноценность, регулярность, разнообразие, гигиена, индивидуальный подход во время приема пищи. В ежедневном меню широко используются продукты, содержащие микроэлементы (йодированная соль), проводится витаминизация третьего блюда.

Регулярно утром в 10.00 часов детям предлагается витаминный стол, который включает соки, фрукты. Для лучшего функционирования процессов пищеварения и стимулирования аппетита у детей в питание включены овощные и фруктовые салаты, содержащие растительную клетчатку.

#### **Ожидаемые результаты:**

- Снижение уровня заболеваемости воспитанников.
- Расширение представлений детей о «здоровье» и влияния здорового образа жизни на состояние здоровья.
- Умение самостоятельно использовать полученные знания для самооздоровления, формирование привычки к здоровому образу жизни, к занятиям физической культурой.

## 2.2. Особенности психолого-педагогической работы

Включение детей с проблемами развития в образовательную деятельность нормальных детей возможно через механизмы интеграции.

Содержание образовательных областей	интеграция	
	По задачам и содержанию	По средствам организации
<b>Физическое развитие</b>		
<p>направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>развитие физических качеств(скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);</li> <li>накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);</li> <li>формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-корректировка умений, навыков и повышение результативности движений во всех видах двигательных действий;</li> <li>- коррекция неправильных установок опорно-двигательного аппарата (отдельных конечностей, стопы, кисти, позвоночника);</li> <li>- нормализация мышечного тонуса (его увеличение в случае гипотонии, снижение в случае гипертонии, стабилизация в случае дистонии);</li> <li>- преодоление слабости (гипертрофии) отдельных мышечных групп;</li> <li>- улучшение подвижности в суставах;</li> <li>- сенсорное обогащение: улучшение мышечно-суставного чувства (кинестезии и тактильных (кожных) ощущений);</li> <li>- формирование компенсаторных гипертрофий отдельных мышечных групп;</li> <li>- формирование вестибулярных реакций.</li> </ul> <p>Гармоничное физическое развитие через решение следующих специальных задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- развитие физических качеств(силовых, скоростных, гибкости, выносливости и координации);</li> <li>- чередование позы детей в соответствии с видом работы.</li> </ul> <p>-формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.</p>	<p>Подвижные игры Спортивные игры Народные игры Спортивные соревнования Развлечения.</p>
<p>достижение целей охраны здоровья детей и формирования основы культуры здоровья через решение следующих задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;</li> <li>воспитание культурно-</li> </ul>	<p>Воспитание привычки здорового образа жизни за счет системы знаний о своем организме.</p> <p>1. Формировать потребность в здоровом образе жизни через приобщение к народной культуре.</p>	<p>Дидактические игры Заучивание пословиц, поговорок. Чтение художественной литературы. Беседы. Разрешение проблемных ситуаций.</p>



<p>гигиенических навыков; формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.</p>	<p>2. Формировать у детей навыки правильного приема пищи, национальных блюд – их значение для здоровья. 3. Формировать привычку соблюдать гигиенические требования к своей одежде. 4. Формировать основы духовно-нравственного здоровья детей через приобщение к народной культуре.</p>	<p>Индивидуальные беседы. Чтение отрывков из русских народных сказок.</p>
<b>Социально-коммуникативное развитие</b>		
<p>направлено на достижение целей формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности и формирования предпосылок экологического сознания (безопасности окружающего мира) через решение следующих задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• формирование представлений об опасных для человека и окружающего мира природы ситуациях и способах поведения в них;</li> <li>• приобщение к правилам безопасного для человека и окружающего мира природы поведения;</li> <li>• передачу детям знаний о правилах безопасности дорожного движения в качестве пешехода и пассажира транспортного средства;</li> <li>• формирование осторожного и осмотрительного отношения к потенциально опасным для человека и окружающего мира природы ситуациям.</li> </ul>	<p>Формировать бережное отношение к природе как источнику жизни, красоты, творчества. Уточнить представления детей о добрых и злых поступках и их последствиях для жизни и здоровья людей. Помочь детям хорошо запомнить основные предметы опасные для жизни и здоровья людей, самостоятельно сделать вывод о последствиях неосторожного обращения с огнем. Формировать осторожное и осмотрительное отношение к потенциально опасным для человека и окружающего мира природы ситуациям.</p>	<p>Индивидуальные беседы Чтение сказок. Заучивание пословиц, поговорок Разрешение проблемных ситуаций Чтение сказки «Сестрица Аленушка и братец Иванушка»</p>
<p>достижение целей освоения первоначальных представлений социального характера и включения детей в систему социальных отношений через решение следующих задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• развитие игровой деятельности детей;</li> <li>• приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми (в том числе моральным);</li> <li>• формирование гендерной, семейной, гражданской принадлежности, патриотических чувств, чувства принадлежности к мировому сообществу.</li> </ul>	<p>Создание среды, в которой дети осознают, что мир представляет собой единое сообщество людей, включающее и людей с проблемами. Формирование отношения к человеку и его здоровью как ценности; представления о нравственных нормах отношений с окружающими: о правилах поведения в гостях, в общественных местах, с родственниками. Воспитание внимательного, добродушного отношения к окружающим людям, готовности доставлять радость близким людям. Создание положительного настроения между детьми, уточнение знаний детей о понятии «вежливый человек».</p>	<p>Досуг. Беседы, занятия, развлечения., Создание и разрешение проблемных ситуаций, дидактические игры.</p>

<p>достижение целей овладения конструктивными способами и средствами взаимодействия с окружающими людьми через решение следующих задач:</p> <p>развитие свободного общения со взрослыми и детьми;</p> <p>развитие всех компонентов устной речи детей (лексической стороны, грамматического строя речи, произносительной стороны речи;</p> <p>связной речи - диалогической и монологической форм) в различных формах и видах детской деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>практическое овладение воспитанниками нормами речи.</li> </ul>	<p>Учить осознавать свои эмоции и распознавать эмоциональное состояние других людей, передавать их через вербальные и невербальные формы общения.</p> <p>Формировать понятия о невербальных формах общения: жесты, мимика, пантомимика.</p> <p>Способствовать овладению конструктивными способами взаимодействия с окружающими людьми.</p>	<p>Беседы, экскурсии, рассматривание картин, иллюстраций.</p>
<b>Познавательное развитие</b>		
<p>направлено на достижение целей развития у детей познавательных интересов, интеллектуального развития детей через решение следующих задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>сенсорное развитие;</li> <li>развитие познавательно-исследовательской и продуктивной(конструктивной) деятельности;</li> <li>формирование элементарных математических представлений;</li> <li>формирование целостной картины мира, расширение кругозора детей.</li> </ul>	<p>Основная задача – создание ситуации успеха для каждого ребенка.</p> <p>Развивать умения анализировать, выявлять взаимосвязи между предметами и их особенностями.</p> <p>Учить размышлять над нравственной сутью добра, любви, уважения, пробуждать нравственные чувства.</p>	<p>Индивидуальная работа, групповые и индивидуальные беседы;</p> <p>исследовательская работа, экспериментальная работа;</p> <p>рассматривание картин, иллюстраций;</p> <p>конструирование различных предметов.</p>
<b>Речевое развитие</b>		
<p>направлено на достижение цели формирования интереса и потребности в чтении (восприятии) книг через решение следующих задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>формирование целостной картины мира, в том числе первичных ценностных представлений;</li> <li>развитие литературной речи;</li> <li>приобщение к словесному искусству, в том числе развитие художественного восприятия и эстетического вкуса.</li> </ul>	<p>Продолжать знакомить с произведениями художественной литературы, направленными на выполнение задач программы.</p> <p>Развитие художественного восприятия и эстетического вкуса.</p>	<p>Чтение книг С.Маршака «Урок вежливости», «Вот какой рассеянный»;</p> <p>Т.Александровой «Домовенок Кузя»;</p> <p>В.Катаева «Цветик – семицветик».</p> <p>Сказки «Колобок», сказок Чуковского «Федорино горе», «Мойдодыр»; В.Сутеева «Палочка-выручалочка»</p>
<b>Художественно- эстетическое развитие</b>		
<p>направлено на достижение целей формирования интереса к эстетической стороне окружающей действительности, удовлетворение потребности детей в самовыражении через решение следующих задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>развитие продуктивной деятельности детей (рисование, лепка, аппликация, художественный труд);</li> <li>развитие детского творчества;</li> </ul>	<p>Продолжать развивать умения выражать свои эмоции и чувства с помощью изобразительных средств.</p> <p>Формировать умение с помощью изотерапии освобождаться от последствий травмирующих событий и негативного опыта.</p> <p>Развивать творческое воображение.</p>	<p>Рисование, аппликация, конструирование, лепка предметов старины, составление творческих рассказов, начала и конца сказки, рассказа.</p>

приобщение к изобразительному искусству.		
достижение цели развития музыкальности детей, способности эмоционально воспринимать музыку через решение следующих задач: <ul style="list-style-type: none"> <li>• развитие музыкально-художественной деятельности;</li> <li>• приобщение к музыкальному искусству.</li> </ul>	формирование танцевально-ритмических движений	Слушание русской народной музыки, музыкально-дидактические игры, беседы о значении музыки.

Наличие в детском саду групп комбинированной направленности обеспечивает раннюю социализацию детей с отклонениями в развитии, оказывает им коррекционную помощь и полном объеме.

Предпосылкой успешного включения детей с особыми возможностями здоровья в социум служит комплексная медико – психолого - педагогическая диагностика (если ребенок в ней нуждается), с последующей разработкой и осуществлением индивидуального образовательного маршрута.

Диагностика носит динамический характер, позволяющий корректировать образовательный маршрут, в ходе его осуществления своевременно выстраивать для ребенка адекватную его изменяющемуся состоянию и актуальным возможностям постепенно усложняющуюся терапевтическую среду.

В ходе этого процесса используются различные формы занятий (индивидуальные, подгрупповые, групповые).

Одно из важнейших педагогических средств - создание условий переживания успешности каждым ребенком в соответствии с его психофизическими возможностями и особенностями. Такое переживание успешности - сильнейший социализирующий и терапевтический фактор. При подборе средств и форм работы с детьми учитываются их коррекционно - терапевтическая функция и направленность занятий на постоянное творчество детей, пробуждение собственной активности ребенка, как с нормой, так и с особенностями развития. Эффективно использовать различные формы арт-терапии: музыкотерапия, терапия движением, художественным творчеством.

Гибко реализовать в течение дневного режима виды деятельности, а также сократить количество занятий в целом и их общую продолжительность помогут интегрированные и комплексные занятия.

### **2.3. Особенности проведения занятий**

Важный момент, влияющий на развитие познавательных способностей, - наличие у детей интереса к данному виду деятельности.

*Педагог на занятиях познавательного цикла*

- руководит познанием детей, создает соответствующую среду и условия;
- направляет познавательную активность детей на получение информации, выходящей за пределы непосредственно воспринимаемой деятельности;
- способствует развитию бережного отношения к здоровью, предметам окружающего мира;
- формирует у детей позиции созидателя, помощника, друга для представителей животного и растительного мира.

Варианты построения занятий, как правило, самые разнообразные и меняются в зависимости от программных задач. Это занятия–путешествия, занятия-панорамы, занятия по единому сюжету с использованием экспериментирования и моделирования.

Учитывая важность и значимость для общего здоровья состояния опорно-двигательного аппарата, в первую очередь, необходимо осуществлять надлежащий контроль, за осанкой детей, соблюдая санитарно-гигиенические требования, предусматривать смену динамических рабочих поз.

В занятия познавательного цикла можно включать коррекционные упражнения, способствующие формированию правильной осанки и правильного свода стоп.

Целесообразно включать упражнения в движении «След в след» (по следовой дорожке) и различные виды ходьбы с использованием предметов и пособий:

- по канату, по дорожкам - наполнителям;
- по дорожкам - массажерам, по обручу;
- по ребристой доске, по гимнастической палке;
- по обручу, с мешочком на голове («Пройди – не урони»).

В целях формирования положительных эмоций, влияющих на регуляцию деятельности внутренних органов, повышающих тонус коры головного мозга, активизирующих детей, предлагается включать в занятия игры малой и средней подвижности.

*Коррекционные упражнения должны быть*

- простыми по структуре, интересны и хорошо знакомы детям, эмоционально привлекательны;
- нести достаточную мышечную нагрузку;
- логично включаются в сюжет занятия.

Пример использования коррекционных упражнений на познавательном занятии «Путешествие на речку». Дети сначала выполняют упражнение «Велосипед»; затем переходят по мостику через речку по следовой дорожке «След в след» и гуляют по берегу по дорожкам - наполнителям. При этом, на одном занятии могут быть использованы до трёх видов коррекционных упражнений.

Коррекционные упражнения и игры могут включаться в любой части занятия, при этом они помимо коррекционных задач способствуют:

- снятию мышечного и умственного напряжения,
- предупреждению утомления и повышению работоспособности.

#### **2.4. Эффективность оздоровительной работы в ДОУ с часто и длительно болеющими детьми**

Эффективность оздоровительной работы в ДОУ с часто и длительно болеющими детьми оценивается по следующим показателям:

1. положительная и соответствующая возрасту динамика антропометрических показателей;
2. устойчивая нормализация показателей, функционального состояния организма (гемоглобин, пульс, параметры поведения: нормализация сна, аппетита, улучшение эмоционального состояния, хорошее самочувствие, отсутствие жалоб);
3. отсутствие осложненного течения острых заболеваний;
4. уменьшение числа дней пропущенных по болезни одним ребенком за год. Этот показатель относителен и не всегда может иметь положительную динамику, особенно в сложных индивидуальных случаях. Следует рассматривать в сумме с другими показателями.

В ДОУ педагоги в системе используют в практической деятельности с часто болеющими детьми здоровьесберегающие технологии, что позволяет осуществить интеграцию образовательной области «Физическое развитие» со всеми образовательными областями (реализация принципа интеграции образовательных областей – интеграция посредством организации и оптимизации образовательного процесса). Разработана комплексная система оздоровления дошкольников в условия ДОУ.

#### **2.5. Система мониторинга**

Для правильной организации фронтальной, групповой и индивидуальной работы важно своевременно обследовать детей, чтобы иметь полное представление о группе и о каждом ребёнке.

Обследование ЧБД группы проводится в 2 периода октябрь, март. В ходе проведения обследования детей проводится осмотр врачом педиатром состояния здоровья детей и определяется группа двигательной активности детей. Оценка физического и функционального состояния организма ребёнка проводит медсестра. Оценка эффективности физического воспитания осуществляется на основе динамики состояния здоровья, функциональных возможностей развития физических качеств и навыков.

Уровень двигательной и физической подготовленности детей, развитие физических качеств определяет инструктор по физической культуре по специальным методикам.

При оценке двигательной подготовленности определяется техника ходьбы, бега, прыжка в длину с места, в высоту с прямого разбега, метание вдаль.

### **III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

#### **3.1 Организация жизни и воспитания детей**

В МБДОУ №53 «Светофорик», работающем в режиме пятидневной рабочей недели, объём учебной нагрузки соответствует санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений (СанПиН 2.4.1.3049-13).

Максимально допустимый объём недельной образовательной нагрузки, включая реализацию дополнительных образовательных программ, для детей дошкольного возраста составляет:

- в младшей группе (дети четвертого года жизни) – 2 часа 45 минут,
- в средней группе (дети пятого года жизни) – 4 часа,
- в старшей группе (дети шестого года жизни) – 6 часов 15 минут,
- в подготовительной группе (дети седьмого года жизни) – 8 часов 30 минут.

Для детей раннего возраста от 1,5 до 3-х лет организованная образовательная деятельность составляет не более 1,5 часа в неделю (игровая, музыкальная деятельность, общение, развитие движений)

Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей четвертого года жизни – не более 15 минут, для детей пятого года жизни - не более 20 минут, для детей шестого года жизни – не более 25 минут, а для детей седьмого года жизни – не более 30 минут.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной 45 минут и 1,5 часа. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводятся физкультминутки. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности – не более 10 минут. Непосредственно образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста осуществляется во второй половине дня после дневного сна, но не чаще 2 – 3 раза в неделю. Её продолжительность составляет не более 25 – 30 минут в день.

В середине организованной образовательной деятельности статического характера проводятся физкультминутки.

Учебный год состоит из 36 недели;

- учебный период с 01.09. – 31.05., летний оздоровительный период (работа творческих площадок по 5-ти ОО)
- диагностический период: 3-4 неделя сентября, 3-4 неделя апреля.

### **3.2. Интеграция образовательных областей и видов детской деятельности в режимных моментах**

#### **Образовательная область «Физическое развитие»**

- а) Проведение прогулок в соответствии с режимом дня.
- б) Одежда детей для прогулки по сезону. Разъяснение детям значения прогулок на свежем воздухе для здоровья человека; проведение со старшими дошкольниками бесед с целью расширения представлений о роли солнечного света, воздуха в жизни человека и их влиянии на здоровье.
- в) Создание условий для овладения детьми основными видами движений: ходьбы, бега, лазания, прыжков, бросания и ловли (мяча), метания (снежков, предметов), построения и перестроений.
- г) Организация разнообразной двигательной деятельности: подвижные и спортивные игры, соревнования-эстафеты, спортивные праздники и досуги, спортивные упражнения, (скольжение, катание с горки, на санках, самокате, велосипеде, игры с обручами и скакалками, игры в «классики»), оздоровительные пробежки со старшими детьми; использование тренирующей игровой дорожки.

#### **Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»**

Проведение разнообразных творческих игр: сюжетно-ролевых и игр с правилами: подвижных, речевых; игровых упражнений. В разнообразной совместной деятельности приобщение детей к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми, формирования у них навыков культуры общения и адекватного ситуации поведения (беседы о поведении и общении, о дружбе; пример взрослого; обсуждение поступков детей; практические ситуации; просьбы, напоминание).

- а) Формирование у детей гендерной принадлежности, осуществление полоролевого воспитания.
- б) Выполнение детьми различных поручений и просьб социального характера (пожалеть, помочь, утешить, поделиться игрушкой).
- в) Формирование у детей навыков безопасного поведения на участке группы и территории детского сада: проведение бесед о безопасном поведении (не выходить с участка, не толкаться, осторожно обращаться с предметами, не бегать и др.; правильно вести себя в природе), напоминания, показ воспитателя.
- г) Формирование предпосылок экологического сознания и безопасности в природе: проведение бесед о бережном отношении к природе (не ломать ветки, не рвать цветы, не губить насекомых и т.п.), о безопасности при контактах с объектами природы (не лизать лед, не есть снег, не обсыпаться песком, не наколоться веткой, не трогать бездомных кошек и собак и т.п.), о необходимости ношения головных уборов в летний период (во избежание получения солнечного удара).
- д) Игры и упражнения по правилам дорожного движения на площадке безопасности.
- е) Организация коллективного и индивидуального труда детей: уборка веточек, листьев; расчистка дорожек, скамеек, столов от первого снега (в холодное время года), полив и уход за цветами и огородными культурами (в теплое время года), помощь в уборке выносного материала.

- ж) Формирование у детей представления о труде взрослых (воспитатель, дворник, охранник, шофер; погрузка мусора погрузчиком в самосвал у соседнего дома): проведение наблюдений, бесед, образовательных проблемных и практических ситуаций.

#### **Образовательная область «Познавательное развитие»**

- а) *Осуществление сенсорного развития детей:* расширение, уточнение, закрепление и обобщение представления о цвете, форме, величине, размере различных предметов и объектов.
- б) Развитие у детей анализаторов и мелкой моторики: проведение игр и упражнений на различение запахов, определение звуков, тактильное восприятие, игры с пальчиками, рисование на песке и снеге, лепка из снега, игры с песком и т.д.
- в) *Организация с детьми разнообразной познавательно-исследовательской деятельности:* выявление свойств песка, камней, снега, льда; особенностей разных материалов (металла, дерева, стекла) и тканей одежды.
- г) *Организация продуктивной (конструктивной) деятельности* из песка, природного и бросового материалов; конкурс построек из песка.
- д) *Формирование у детей элементарных математических представлений:* проведение игр и игровых упражнений с математическим содержанием, в которых организуется счет и определяется количество различных предметов, определяется величина и форма предметов; проведение упражнений и игр на развитие ориентировки в пространстве и времени; выполнение заданий на ориентировку по схеме.
- е) Расширение кругозора детей и формирование целостной картины мира в области предметного и социального окружения (одежда, головные уборы, обувь, игрушки, спортивный инвентарь, ближайшее окружение детского сада, труд людей), ознакомление с природой (растительный и животный мир, природные явления, объекты неживой природы).

#### **Образовательная область «Речевое развитие»**

- а) Организация свободного общения (подгруппового и индивидуального) по поводу наблюдаемых объектов, увиденного, услышанного; поощрение высказываний детьми различных предположений, формулирование простейших выводов, обсуждение каких-либо ситуаций.
- б) Организация разновозрастного общения: общение с детьми, которые старше или младше по возрасту.
- в) Развитие всех компонентов устной речи детей:

- обогащение и активизация бытового, природоведческого и обществоведческого словаря (названия одежды, обуви, головных уборов, игрушек, игрового оборудования участка, природных явлений; названия различных действий, признаков и местоположения);

- проведение упражнений и речевых игр на словообразование, согласование слов в предложении, построение простых и сложных предложений;

- проведение работы по правильному произношению детьми звуков родного языка, отработка дикции, интонационной выразительности речи;

- развитие и совершенствование связной речи детей (диалогической и монологической): дети отвечают на вопросы воспитателя, составляют различные рассказы, сочиняют истории.

Комментирование (педагогом, детьми) различных действий (надевание перчаток, постройка из песка, лепка снеговика и др.); побуждение ребенка к самостоятельному рассказыванию.

Способствование практическому овладению детьми нормами речи и формами речевого этикета.

#### **Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие»**

- а) Сопровождение художественным словом совместных наблюдений, коммуникативной, познавательно-исследовательской, игровой, продуктивной и трудовой деятельности воспитателей с детьми (песенки, потешки, пословицы, поговорки, загадки, стихи о временах года, явлениях природы).
- б) Приобщение детей в процессе чтения и рассказывания к словесному искусству, развитие у них художественного восприятия и эстетического вкуса.
- в) Привлечение внимания детей к эстетической стороне окружающей действительности: привлекательность и красота деревьев; листопада, первого снежного покрова, снегопада, снежного наряда на елях, узора на варежках, украшения одежды и др.
- г) Развитие изобразительной деятельности: дети рисуют на песке, асфальте, снеге, украшают природным и бросовым материалом постройки из песка, выкладывают узоры из листьев, участвуют в оформлении снежных скульптур.
- д) Использование музыкальных инструментов (колокольчик, бубен) в игровой деятельности с детьми.
- е) Песенные импровизации детей во время прогулок, повторение песен, разучиваемых на музыкальных занятиях, отстукивание ритма палочками; проведение концертов-импровизаций.

- ж) В теплое время года использование музыки для музыкально-ритмической деятельности детей, сопровождения подвижных игр, соревнований.

### **3.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик**

Основной единицей образовательного процесса выступает образовательная ситуация - такая форма совместной деятельности педагога и детей, которая планируется и целенаправленно организуется педагогом с целью решения задач развития, воспитания и обучения.

Образовательная ситуация протекает в конкретный временной период образовательной деятельности. Особенность образовательной ситуации – появление образовательного результата (продукта) в ходе специально организованного взаимодействия педагога и ребенка: материальный (рассказ, рисунок, поделка, коллаж); нематериальный (новое знание, образ, идея, отношение). Ориентация на конечный продукт определяет технологию создания образовательных ситуаций.

Преимущественно образовательные ситуации носят комплексный характер и включают задачи, реализуемые в разных видах деятельности на одном тематическом содержании.

Образовательные ситуации используются в процессе ООД, с целью формирования у детей новых умений в разных видах деятельности и представлений, обобщение знаний по теме, развитие способности рассуждать и делать выводы. Образовательные ситуации могут включаться в образовательную деятельность в режимных моментах с целью закрепления имеющихся у детей знаний и умений, их применения в новых условиях, проявления ребенком активности, самостоятельности и творчества.

Ситуационный подход дополняет принцип продуктивности образовательной деятельности, который связан с получением продукта, который в материальной форме отражает социальный опыт приобретаемый детьми (панно, газета, атрибуты для с/р игры). Принцип продуктивности ориентирован на развитие субъектности ребенка в образовательной деятельности разнообразного содержания. Этому способствуют современные способы организации образовательного процесса с использованием детских проектов, игр-путешествий, экспериментирования.

**Организованная образовательная деятельность (ООД)** - основана на организации педагогом видов деятельности, заданных ФГОС ДО.

**Игровая деятельность** - ведущая деятельность ребёнка, в организованной образовательной деятельности выступает в качестве основы для интеграции других видов деятельности дошкольника. В младшей и средней группах д/с игровая деятельность - основа решения образовательных задач. В сетке НОД игровая деятельность не выделяется в качестве отдельного вида деятельности, т.к. является основой для организации других видов.

Игровая деятельность представлена в формах: д/игры и сюжетно-дидактические, развивающие, с/р игры; п/игры, игры-путешествия, игровые проблемные ситуации, игры-инсценировки, игры-этюды и пр. Обогащение игрового опыта творческих игр детей тесно связано с содержанием НОД. Организация с/р, режиссерских, театрализованных игр и игр-драматизаций осуществляется в режимных моментах (утром и во 2-ой половине дня).

**Коммуникативная деятельность** - направлена на решение задач, связанных с развитием свободного общения детей и освоением всех компонентов устной речи, освоение культуры общения и этикета, воспитание толерантности, подготовки к обучению грамоте (в старшем дошкольном возрасте). В сетке НОД она занимает отдельное место, но при этом коммуникативная деятельность включается во все виды детской деятельности, в ней находит отражение опыт, приобретаемый детьми в других видах деятельности.

**Познавательно-исследовательская деятельность** - включает широкое познание детьми объектов живой и неживой природы, предметного и социального мира (мира взрослых и детей, деятельности людей, знакомство с семьей и взаимоотношениями людей, городом, страной и др. странами), ОБЖ, освоение средств и способов познания (моделирования, экспериментирования), сенсорное и математическое развитие детей.

**Восприятие художественной литературы и фольклора** - процесс слушания детьми произведений художественной и познавательной литературы, направленный на развитие читательских интересов детей, развитие способности восприятия литературного текста и общения по поводу прочитанного. Чтение организуется, как непосредственно чтение (рассказывание сказки) педагогом вслух, и как прослушивание аудиозаписи.

Конструирование и изобразительная деятельность детей - представлена разными видами художественно-творческой (рисование, лепка, аппликация) деятельности и связана со знакомством с ИЗО-искусством, развитием способности художественного восприятия, что обогащает личный опыт, обеспечивает интеграцию м/у познавательно-исследовательской, коммуникативной и продуктивной видами деятельности. Музыкальная деятельность - организуется в процессе музыкальных занятий, которые проводятся музыкальным руководителем ДОУ.

Двигательная деятельность организуется в процессе занятий физической культурой, в соответствии с правилами действующего СанПиН.

#### **Культурные практики.**

Во 2-ой половине дня организуются разнообразные культурные практики с целью проявления детьми самостоятельности и творчества в разных видах деятельности; педагогом создается атмосфера свободы выбора, творческого обмена и самовыражения, сотрудничества. Организация культурных практик носит подгрупповой характер.

- **Совместная игра педагога и детей** (с/р, режиссерская, игра-драматизация, строительно-конструктивные игры) направлена на обогащение содержания творческих игр, освоение детьми игровых умений, необходимых для организации самостоятельной игры.

- **Ситуации общения и накопления положительного социально-эмоционального опыта** носят проблемный характер и включают в себя жизненную проблему близкую детям, в разрешении которой они принимают непосредственное участие. Ситуации реально-практического характера: педагог обогащает представления детей об опыте разрешения проблем, вызывает детей на душевный разговор, связывает содержание разговора с личным опытом детей (оказание помощи малышам, старшим).

- **Ситуации условно-вербального характера** (на основе жизненных сюжетов или сюжетов литературных произведений): дети приобретают опыт проявления заботливого, участливого отношения к людям, принимают участие в важных делах («Мы сажаем рассаду для цветов»).

- **Имитационно-игровые ситуации.** Ситуации могут планироваться заранее, а могут возникать в ответ на события, которые происходят в группе, способствовать разрешению проблем.

- **Детский досуг** - вид деятельности, целенаправленно организуемый для отдыха и развлечения (досуг «Здоровья и подвижных игр», музыкальные и литературные досуги).

- **Коллективная и индивидуальная трудовая деятельность** носит общественно полезный характер и организуется как хозяйственно-бытовой труд и труд в природе.

### **3.4. Режим дня и распорядок**

Правильно построенный режим дня предполагает оптимальное соотношение периодов бодрствования и сна в течение суток, целесообразно чередование различных видов деятельности и отдыха в процессе бодрствования: определенную продолжительность занятий, труда и рациональное сочетание с отдыхом; регулярное питание; полноценный сон; достаточное пребывание на воздухе.

Режим способствует нормальному функционированию внутренних органов и физиологических систем организма, обеспечивает уравновешенное, бодрое состояние ребенка, предохраняет нервную систему от переутомления, создает благоприятные условия для своевременного развития, формирует способность к адаптации к новым условиям. Организация режима дня проводится с учетом двух периодов года:

- 1 периода (сентябрь - май)
- 2 период (июнь - август) Для воспитанников, вновь поступающих в детский сад, предполагаются индивидуальные адаптационные режимы.

В период летней оздоровительной кампании в МБДОУ № 53 «Светофорик» действует оздоровительный режим, предполагающий увеличение дневного сна в связи с климатическими условиями юга (высокой дневной температурой).

В летне-оздоровительный период образовательная деятельность проводится в режимных моментах через индивидуальную работу, самостоятельную деятельность, экскурсии, беседы, увеличивается режим прогулки.

Контроль выполнения режимов дня в МБДОУ № 53 «Светофорик» осуществляют: заведующий МБДОУ, старший воспитатель, врач-педиатр, ст. медицинская сестра. Режим дня является примерным, его можно корректировать с учетом особенностей работы дошкольного учреждения, контингента детей, климата региона, времени года, длительности светового дня. На период карантинных мероприятий предполагаются карантинные режимы по показаниям.

#### **Особенности организации режима дня в адаптационный период**

- Создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе: тепла, доброты, внимания;
- Формирование чувства уверенности в окружающем:
  1. Знакомство с окружающей средой (группой, персоналом, детьми)
  2. Установление доверительных отношений между воспитателями и детьми.
- Обучение навыкам общения со сверстниками;
- Постепенное привлечение ребёнка ко всем мероприятиям в совместной и самостоятельной деятельности.

*Скорректированный (ущадящий) режим дня для детей поступивших после болезни:*

1. Уменьшение длительности дневного пребывания на 1 – 1,5 часа



2. Уменьшение индивидуальной длительности непосредственной образовательной деятельности интеллектуального блока.
3. Удлинение дневного сна на 20 – 30 минут (поздний подъём)
4. Ограничение физических упражнений в зависимости от перенесённого заболевания.
5. Индивидуальные сборы на прогулку под контролем взрослых (ребёнок одевается последним на прогулку и первым раздевается после прогулки)

**Гибкий режим дня** (для использования в случае неустойчивой и неблагоприятной погоды.)

Гибкий режим дня разработан на основе общего режима дня. Время пребывания на прогулке меняется на совместную и самостоятельную деятельность, индивидуальную работу с детьми в групповой комнате с соблюдением режима проветривания, а также в музыкальном или физкультурном зале (залы оснащены графиками пребывания групп в ненастную погоду для организации двигательной активности)

#### **Оздоровительный режим для групп ЧБД**

Утро	Прием детей, чайный столик, индивидуальная «минутка общения», организация самостоятельной двигательной активности, труд, игры, прогулка
	Утренняя гимнастика с включением дыхательных упражнений, гигиенические процедуры
	Подготовка к завтраку, завтрак с включением овощных салатов
	Полоскание полости рта отварами трав. Игры на развитие мелкой моторики. Подготовка к занятиям
День	Познавательный час (ООД)
	Оздоровительный час. Реализация схемы оздоровления
	Подготовка к прогулке, прогулка с двигательной активностью. Игры, наблюдения, самостоятельная двигательная активность, труд
	Возращение с прогулки, игры, артикуляционная гимнастика, подготовка к обеду, обед
	полоскание рта отварами трав, подготовка ко сну, «ласковая минута»
	Дневной сон в трусах при температуре 16-18С
	Постепенный подъем, зарядка с упражнениями на дыхание, корректирующие упражнения, ходьба по «дорожкам здоровья»
	Полдник
	Игры, самостоятельная и организованная деятельность детей
	Познавательный час (кружковая работа)
	Оздоровительный час. Реализация схемы оздоровления
Вечер	Подготовка к ужину, ужин
	Индивидуальная работа, самостоятельная художественная деятельность
	Подготовка к вечерней прогулке, прогулка, игры с двигательной активностью, труд
	Свободная игровая деятельность, уход детей домой

#### **3.5. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды**

Развивающая предметно - пространственная среда – это система материальных объектов деятельности ребёнка, функционально моделирующая содержание его духовного и физического развития.

Исходное требование к предметной среде – её развивающий характер. Она объективно, через своё содержание и свойства создаёт условия для творческой деятельности каждого ребёнка, служит целям физического и психического развития и совершенствования, обеспечивает зону ближайшего развития и его перспективу.

Предметно-игровая среда в группах ориентирована на свободу достижения ребёнком своего права на игру, которая реализуется как право выбора ребёнком темы, сюжета игры, тех или иных игрушек, места и времени игры. Для игр детям выделены подходящие места, оборудованные универсальной предметно-игровой средой, пригодной для организации различных видов игр.

Размещение оборудования по секторам позволяет детям объединяться подгруппами по общим интересам (рисование, ручной труд, театрализованная деятельность, физкультурная зона и т.д.) Специально предусмотрены места, где дети могут на время уединиться, отойти от общения.

Разделение в игровых зонах идёт и по гендерному признаку. Самостоятельная двигательная активность составляет большое время в режиме дня детей. В самостоятельной

активности детей основное место занимают различные игры с использованием различных физкультурных пособий и оборудования.

В каждой группе имеется оборудованный физкультурный уголок, наполненный малогабаритными, легкими предметами, с ярко выраженной развлекательной направленностью.

В группах комбинированной направленности для здоровых детей и детей с НОДА оформлены «стенки осанки».

Прогулочные участки оснащены необходимым спортивным инвентарем.

Спортивный зал оснащен необходимым оборудованием и инвентарём для проведения физкультурных занятий, мероприятий, занятий корригирующей гимнастикой, закаливанием: мячи, фитболы, простейшие тренажёры, массажёры, различные шаробросы, кольцебросы, кегли, обручи, скакалки, массажные дорожки; ребристые доски; мешочки с песком и др.

В полном объеме используются возможности спортивного зала и спортивной площадки.

### **Функции развивающей предметно-пространственной среды**

#### *Группы раннего возраста*

- Познавательная – вводит ребёнка в мир знакомых предметов и малознакомых предметов, звуков, явлений, действий и отношений;
- Оздоровительная – обуславливает развитие двигательной активности малыша, соответствует оздоровлению
- Творческая – приобщает детей к творческой деятельности, способствует саморазвитию

#### *Группы младшего возраста*

- Познавательная – удовлетворяет потребность ребёнка в освоении окружающего мира, стимулирует познавательную активность.
- Коммуникативная – стимулирует речевое развитие, позволяет ребёнку познать азы взаимодействия и общения
- Оздоровительная – стимулирует развитие двигательной активности, обогащает двигательный опыт, приобщает к культуре здоровья.
- Творческая – приобщает детей к творческой деятельности, способствует саморазвитию и самореализации.

#### *Группы старшего возраста*

- Культурно-коммуникативная – обеспечивает освоение средств и знаков речевой коммуникации, формирует социальный опыт.
- Духовно-эмоциональная – подводит к пониманию и усвоению общечеловеческих ценностей.
- Спортивно-оздоровительная – приобщает к физической культуре, помогает осваивать способы сохранения своего здоровья
- Практически-действенная – обогащает практический опыт, дает возможность действовать.
- Опытно-экспериментальная – стимулирует исследовательскую деятельность
- Художественно преобразующая – способствует художественно-творческому процессу, формирует готовность и способность к самовыражению
- Интеллектуально-познавательная – создаёт условия для продвижения по пути познания, реализации опыта учения.

### **Описание материально – технического обеспечения Программы: обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания.**

Развивающая среда в ДОУ - комплекс психолого-педагогических условий развития интеллектуальных и творческих способностей в организованном пространстве.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства и материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учёта особенностей и коррекции недостатков их развития.

Все эксплуатируемые помещения соответствуют требованиям СанПиН, охраны труда, пожарной безопасности, защиты от чрезвычайных ситуаций, антитеррористической безопасности учреждения дошкольного образования.

Основой реализации основной общеобразовательной программы является предметно – развивающая среда детства, необходимая для развития всех специфических детских видов деятельности. В детском саду она построена так, чтобы обеспечить полноценное физическое, художественно - эстетическое, познавательное, речевое и социально – коммуникативное развитие ребенка.

**Цель создания развивающей среды в ДОУ - обеспечить систему условий, необходимых для развития разнообразных видов детской деятельности**

Согласно п.3.1.1. Требований при создании предметно-развивающей среды педагоги ДОУ руководствуются следующими принципами:

- Вариативность
- Полифункциональность
- Трансформируемость
- Насыщенность
- Доступность
- Безопасность

#### **Спокойная зона**

- центр познавательно-речевого развития
- дидактические игры по развитию речи
- Уголок уединения

#### **Учебная зона**

- центр исследовательской деятельности «Мини-лаборатория»
- центр математического развития
- центр сенсорного развития

#### **Двигательная зона**

- центр сюжетно-ролевой игры
- центр театрализации
- центр изодейтельности

## **IV. ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОЛЛЕКТИВА С СЕМЬЯМИ ВОСПИТАННИКОВ**

Признание приоритета семейного воспитания (Семейный кодекс, статья 63, пункт 1; Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ, статья 44, пункт 1) потребует совершенно иных отношений семьи и дошкольного учреждения. Эти отношения определяются понятиями «сотрудничество» и «взаимодействие».

Взаимодействие педагогического коллектива с семьями воспитанников строится на основе сотрудничества и направлено на педагогическое сопровождение родителей (законных представителей) в воспитании детей, охране и укреплении физического и психического здоровья дошкольников, в развитии индивидуальных способностей, а также на создание условий для участия родителей (законных представителей) в образовательной деятельности детского сада.

**Цель:** Сделать родителей активными участниками педагогического процесса, оказав им помощь в реализации ответственности за воспитание и обучение детей.

В основе системы взаимодействия нашего дошкольного учреждения с семьями воспитанников лежит принцип сотрудничества и взаимодействия, позволяющий решать следующие **задачи:**

1. Изучение семьи и установление контактов с ее членами для согласования воспитательных воздействий на ребенка.
2. Приобщение родителей (законных представителей) к участию в жизни детского сада.
3. Повышение педагогической культуры родителей (законных представителей).

**Эта работа состоит из нескольких направлений:**

- Нормативно-правовая база – изучение документов, документов, определяющих особенности взаимоотношений ДООУ и семьи, документов о правах ребенка.
- Содержание и особенности семейного воспитания – материалы о значении семьи в развитии ребенка, о воспитании детей в различных типах семей.
- Изучение семей и семейного воспитания – анкеты, тесты, опросные листы, беседы и др.
- Повышение педагогической культуры родителей – материалы помогающие подготовиться к общению с родителями.
- Повышение педагогической компетентности воспитателей – методическая работа с кадрами по вопросам общения с семьей.
- Наглядные материалы – иллюстративный, подборка литературы.

**Основные принципы в работе с семьями воспитанников:**

- открытость детского сада для семьи;
- сотрудничество педагогов и родителей в воспитании детей;
- создание единой развивающей среды, обеспечивающей
- единые подходы к развитию личности в семье и детском коллективе.

**Функции работы образовательного учреждения с семьей:**

- ознакомление родителей с содержанием и методикой учебно-воспитательного процесса;
- психолого-педагогическое просвещение;
- вовлечение родителей в совместную с детьми и педагогами деятельность;

- помощь семьям, испытывающим какие-либо трудности;
- взаимодействие педагогов с общественными организациями родителей – родительский комитет, педсовет ДОУ.



#### 4.1. Система работы ДОУ с семьей

Семья является важнейшим общественным институтом, имеющим решающее значение, как для индивидуальной жизни человека, так и для социального, экономического культурологического развития общества.

Общими требованиями к подготовке родителей к сопровождению ребёнка-дошкольника в рамках его траектории развития при реализации примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования являются:

1. Наличие у родителей основной общеобразовательной программы;
2. Информирование родителей о соответствии развития ребенка задачам, поставленным в основной общеобразовательной программе по следующим линиям развития:
  - здоровье и физическое развитие;
  - познавательно-речевое развитие;
  - социально-личностное развитие;
  - художественно – эстетическое;
3. Информирование родителей о результатах освоения примерной основной образовательной программы, полученных при проведении психолого-педагогической диагностики, которые сообщаются родителям в процессе индивидуального общения (в сентябре, мае).
4. Проведение коллективами ДО систематической работы, направленной на информирование родителей о результатах освоения детьми примерной основной общеобразовательной программы на основе следующих системообразующих принципов.

Передача информации реализуется при непосредственном контакте педагога с родителем или использовании дополнительных средств коммуникации (телефон, Интернет и др.).

Перспективным направлением в области расширения коммуникативных возможностей является Интернет, индивидуальное консультирование родителей на сайте ДОУ, по электронной почте.

Взаимодействие детского сада с семьей		
Взаимопонимание и взаимоинформирование	Непрерывное образование воспитывающих родителей	Совместная деятельность педагогов, родителей, детей
Формы работы: стенды; сайт ДОУ; беседы; анкетирование; день открытых дверей; посещение семей воспитателями; общие родительские собрания	Формы работы: лекции; семинары; мастер-классы; тренинги; проекты; игры; круглые столы	Формы работы: акции; фестивали; праздники; прогулки; экскурсии; проектная деятельность

## **V. ПРОГРАММНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **5.1. Методическое обеспечение**

#### **образовательной области «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»**

1. Альбицкий В.Ю., Баранов А.А. Часто болеющие дети. Клинико- социальные аспекты. Пути оздоровления.- Саратов,1986.
2. Богина Т.Л. Некоторые аспекты воспитательно-образовательной работы с часто болеющими и ослабленными детьми в дошкольном учреждении. / в Сб.Здоровье и физическое развитие детей в дошкольных образовательных учреждениях. Проблемы и пути оптимизации.- М., 2002.
3. Быкова А.И. Принципы всестороннего развития и методы его осуществления в системе физического воспитания в детском саду./в Сб. Труды Всероссийской научной конференции по дошкольному воспитанию.-М., 1994.
4. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: Методическое пособие. - М., 2008.
5. . Диагностические методики оценки физического и двигательного развития ребёнка в норме и с проблемами в развитии. Автор-составитель Семёнова -М., 2002.
6. Доскин В.А. Растем здоровыми: Пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физкультуры / В.А. Доскин, Л.Г. Голубева.- М., 2002.
7. . Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду / Под ред.Т.С. Яковлевой. – М., 2007.
8. Кузнецова М.Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в дошкольных образовательных учреждениях. - М., 2002.
9. Макарова З.С. Немедикаментозные методы реабилитации часто болеющих детей // Российский педиатрический журнал. – 1999, № 5.
10. Найн А.А., Сериков С.Т. Проблема здоровья участников образовательного процесса // Педагогика.- 1989,№ 6.
11. О здоровье дошкольников. Родителям и педагогам / Сост. Н.В. Нищева. –СПб., 2006.
12. Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях: Учебное пособие / Под ред. В.И. Орла, М., 2000.
13. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду. – М., 2000.
14. Ходарев С.В., Поддубная Т.М., Яновская Т.Ю. Часто болеющие дети. – М– Ростов-на-Дону, 2004.