МБДОУ детский сад №1 «Колосок» Комсомольского района

**Релаксационная техника**

**во время непосредственно образовательной деятельности.**

Подготовила воспитатель

МБДОУ детский сад №1«Колосок»

Григорьева Е.В.

**Релаксационная техника «напряжение-расслабление»**

      Наукой доказано, что разум и тело взаимосвязаны. Известно, что у человека в состоянии стресса тонус мышц повышается. Предполагается, что существует и обратная связь: при снижении тонуса мышц снижается и психическое напряжение. Следовательно, уменьшения психического напряжения можно добиться глубоким мышечным расслаблением.

       Релаксация (от лат. relaxation – ослабление, расслабление) – глубокое мышечное расслабление, сопровождающееся снятием психического напряжения.

       Релаксация может быть как непроизвольной, так и произвольной, достигнутой в результате применения специальных упражнений. Регулярное выполнение подобных упражнений делает ребёнка спокойным, уравновешенным, позволяет лучше понять свои чувства. В результате ребёнок владеет собой, контролирует свои эмоции и действия. Умение расслабиться помогает детям снять возбуждение, умственное и мышечное  напряжение, устранить беспокойство, скованность, сконцентрировать внимание. Полная мышечная релаксация (расслабление) оказывает положительное влияние на психику ребенка, на его душевное равновесие. Релаксационные упражнения полезны всем, но особенно - часто болеющим детям, гиперактивным, возбудимым, тревожным.

     Релаксация – специальный метод, появившийся за рубежом в 30-40-х гг. ХХ века, он направлен на снятие мышечного и нервного напряжения с помощью специально подобранных методик.Первыми специалистами, применившими метод релаксации в своей деятельности и разработавшими техники мышечной релаксации, были американский психолог Э.Джекобсон и немецкий врач-невропатолог И.Шульц.  Э.Джекобсон доказал, что расслабление мышц помогает снять состояние гипервозбуждения нервной системы, помогая ей отдохнуть и восстановить равновесие.Метод мышечной релаксации Э. Джекобсона основан на том принципе, что после сильного мышечного напряжения наступает их сильное расслабление. То есть, чтобы расслабить какую-то мышцу, нужно ее предварительно сильно напрячь. Напрягая попеременно разные группы мышц, можно добиться максимального расслабления всего тела.

Этот вид мышечной релаксации самый доступный, в игровой форме его применяют даже  с самыми маленькими детьми.

          Для воспитателей, начинающих использовать в своей работе с дошкольниками  релаксационные упражнения, хотелось бы дать несколько несложных советов:

1.   Прежде чем выполнять упражнение с детьми, попробуйте сделать это самостоятельно.

2. Не забывайте, что напряжение должно быть кратковременным, а расслабление — более длительным. Обратите внимание детей на то, как приятно состояние расслабленности, спокойствия.

3.    Перед каждым упражнением настройте детей, найдите способ заинтересовать их.

4.    Не повышайте голос при проведении релаксационного упражнения.

5.    Упражнения рекомендуется выполнять в сопровождении приятной, спокойной музыки.

6.  Повторяйте каждое упражнения не более 2 - 3 раз. Не используйте одновременно разные упражнения.

7.     Разучивать с детьми новые релаксационные упражнения следует планомерно.

      Планирование игровых релаксационных упражнений рекомендуется размещать в «Перспективном годовом планировании по образовательным областям» в разделе «Здоровье».

**Перспективное планирование релаксационных упражнений для старших дошкольников (5 – 6 лет)**

**Сентябрь**

**1 неделя. «Спящий котёнок».** Представьте себе, что вы весёлые, озорные котята. Котята ходят, выгибают спинку, машут   хвостиком (напряжение). Но вот котята устали…начали зевать, ложатся на коврик и засыпают. У котят   равномерно поднимаются и опускаются животики, они спокойно дышат (расслабление).

**2 неделя. «Прогулка».** Дети сидят на стульях. Мышечное напряжение = ходьба и бег приподнятыми ногами, не касаясь пола. Далее – ноги стоят, руки свисают, расслабление.

     Мы собрались погулять. Все быстрей, не отставать!

     Мы немножко побежали, наши ножки подустали.

     Мы тихонько посидим, ну а дальше поглядим.

**3 неделя.   «Улыбнись – рассердись».** Дети сидят. Улыбаются – все тело расслаблено, все вокруг хорошо. Но вдруг мы рассердились – брови нахмурились, руки упираются в бока кулачками, все тело напрягается. И снова все хорошо, мы улыбаемся.

**4 неделя. «Грибок».** Дети сидят на корточках, затем медленно поднимаются = «грибок растет». Выпрямились (напряжение). Вот какой красивый гриб! Затем гриб старится, медленно оседает = дети расслабленно опускаются на корточки, опускают руки, склоняют головы.

**Октябрь.**

**1 неделя.  «Холодно – жарко».** На улице холодно, мы съежились, замерзли (присели на пол, подтянули и обхватили колени, опустили голову, мышцы напряжены). Звенит  волшебный колокольчик, снова лето, жарко, мы на пляже (лежим на спине, все мышцы расслаблены).

**2 неделя. «Осенний лист».** (Крепкий лист = прямая спина, руки в стороны, мышечное напряжение). Лист на веточке такой красивый, ровный, крепкий. Но ведь это же осень, подул ветерок, и лист плавно оторвался от веточки и, медленно кружась, опустился на землю (расслабление). Но вот снова дунул ветер, уже с другой стороны – лист взлетел над землей, зацепился за веточку. Вот он какой красивый, развернулся, чтобы издалека его было видно. Но снова дует ветер, снова лист плавно опустился на землю. Но что это? Хлоп! Закончилось волшебство, мы снова в группе, а за окном осень.

**3 неделя.«Тропинка».** Мы идем большими шагами. Попадаем на кочки. Оступиться с кочек нельзя, промочим в лужах ноги. Дошли до солнечной полянки, легли, расслабились, загораем. Потом встали и идем обратно (вновь мышечное напряжение). Пришли домой, устали, сели на стульчики и расслабились. Хлоп! Вот мы и снова дети в группе, на стульчиках красиво сидим.

**4 неделя. «Пружинки».**Дети сидят на стульях, носки поднимаются, пятки упираются в пол, руки с силой давят на колени. Затем полное расслабление.

     Что за странные пружинки упираются в ботинки?

     Мы ногами их прижмем, крепче-крепче подожмем!

     Крепко-крепко прижимаем! Нет пружинок, отдыхаем.

**Ноябрь.**

**1 неделя.   «Цветок распустился».** Я – бутон (дети присели на пол, обхватили подтянутые к себе колени, опустили головы, мышцы напряжены). Светит теплое солнце, я расту (медленно поднимаются, улыбаются, расслабленно раскачивают руками). Солнце исчезло, темно, настала ночь, мои лепестки закрываются (исходное положение), и вновь всходит солнце…. и т.д.

**2 неделя. «Жарко-холодно».** Мы сидим в лесу холодным осенним вечером. Холодно! (Мышечное напряжение). Но вот наш костер разгорелся. Нам тепло, жарко… (Расслабление). Костер постепенно затухает. Вновь холодно. Подбросим веток, он вновь разгорелся и нам тепло и т.д.

**3 неделя. «Штанга».** Дети сидят на стульях.

     Мы – спортсмены хоть куда, штангу вверх держать, раз – два!

                                                           (напряжение)

     Ручки наши подустали, штангу вниз мы опускаем,

     Сядем тихо, посидим, на спортсменов поглядим.

                                                            (расслабление)

**4 неделя.   «Бабочка».** Бабочка летает медленно по группе, взмахивает руками-крыльями (напряжение). По сигналу колокольчика бабочки садятся на цветок (стульчик). Руки- крылья опущены, голова опущена, тело расслаблено. Вновь звенит колокольчик, бабочки полетели и т.д.

**Декабрь.**

**1 неделя**.   **«Вьюга и сугроб».** Мы -  снежинки. Заметает вьюга, мы летим в разные стороны (стоя на месте, с силой раскачиваемся из стороны в сторону с поднятыми руками – все мышцы напряжены). Ветер стих, а из снежинок получился большой сугроб. Замерли снежинки, расслабились (дети садятся на пол, как удобно, расслабляют мышцы).

**2 неделя. «Мячики».** Один ребенок – мяч, другой его надувает. «Мячик» - ноги полусогнуты, мышцы расслаблены, голова опущена, руки висят. Другой ребенок надувает мяч – «С-с-с…» Мяч постепенно выпрямляется, руки в стороны, щеки надуты, смотрит вверх, мышцы напряжены. Выдернем насос, мяч спущен, как раньше. Далее дети меняются местами.

**3 неделя. «Холодный – теплый».** Представьте себе, что вы играете на солнечной полянке. Вдруг подул холодный ветер. Вам стало холодно, вы замёрзли, обхватили себя руками, голову прижали к рукам – греетесь (напряжение). Согрелись, расслабились. Но вот снова подул холодный ветер…

**4 неделя. «Самолеты».** Во время чтения стихотворения дети раскидывают руки, мышцы напряжены, спина выпрямлена. Парашюты опустились, сели на стулья и расслабились, руки вниз, голова опущена.

     Руки в стороны, в полет отправляем самолет.

     Правое крыло вперед, левое крыло вперед,

     Улетает самолет. Впереди огни зажглись,

     К облакам мы поднялись.

     Вот лес, мы тут приготовим парашют.

     Парашюты все раскрылись,

     Мы легонько приземлились.

**Январь.**

**1  неделя.  «Шишки».**Представьте себе, что вы – медвежата и с вами играет мама – медведица. Она бросает вам шишки. Вы их ловите и с силой сжимаете в лапах(напряжение). Но вот медвежата устали и роняют свои лапки вдоль тела – лапки отдыхают. А мама – медведица снова кидает шишки медвежатам…

**2 неделя. «Одежда».** Мы – одежда в магазине на вешалках – плечиках. Висим красиво, ровно (Плечи развернуты, спина прямая, ноги вместе, руки в стороны, мышцы напряжены). Вот нас заметили и купили. Аккуратно сняли один рукав (расслабили, опустили одну руку), второй рукав, аккуратно сложили (Сгибаемся в поясе, руки свободно свисают). Нас принесли домой, повесили в шкаф (Вновь мышечное напряжение). Затем аккуратно сняли (расслабление). Надели на малыша. Хлоп! Мы – дети в нарядной одежде.

**3 неделя.«Воздушный шар».** Шарики сложены (расслабленный наклон). Надуем их медленно (дети распрямляются, руки вверх), они распрямились, полетели(раскачиваем поднятыми руками, мышцы напряжены), а затем сдулись через маленькую дырочку (медленно расслабляемся, опускаем руки, наклоняемся). Мы заклеили дырочку и опять надуваем шарики.

**4 неделя. «Клякса».**Я -  клякса, растекаюсь по полу, все мои мышцы расслабляются. Но вот я начинаю высыхать, медленно пятно краски уменьшается, я медленно подтягиваю руки, ноги, сажусь (на полу). И снова я – это я, стою рядом с друзьями.

**Февраль.**

**1 неделя.  «Кулачки».** Отдыхаем. Руки на коленях. Что это? Волшебная сила сжала руки в кулачки, сильно, еще сильнее…  Попробуем пересилить ее, пошевелим пальчиками, подуем. Вот какие стали легкие пальчики

**2 неделя. Сосулька».** На 1 строку – мышечное напряжение, руки над головой, тянемся вверх. На 2 строку – мышечное расслабление, руки расслаблены, висят, голова опущена.

     У нас под крышей сосулька висит,

     Солнце взойдет, сосулька растает и упадет.

**3 неделя.   «Ледяные фигуры».**(Мышечное напряжение - фигуры, расслабление – лужицы). Зима, ночь, во дворе ледяные фигуры. Какие красивые, будто хрустальные! Динь - дон! (дотрагиваемся до  детей). Утром солнце пригрело, фигуры медленно тают, растекаются лужицы… Снова вечер, снова ночь, снова встали сказочные ледяные фигуры. Динь - дон! Но настало утро, медленно тают фигуры. Снова лужицы во дворе. Хлоп! Все исчезло! Мы снова дети в группе.

**4 неделя. «Снеговик».** На первую часть стихотворения дети «скатывают» снежный ком, затем изображают снеговика: руки на поясе, спина прямая, мышцы напряжены, улыбка**.** Снеговик растаял, мышцы расслаблены, руки упали вниз, голова опущена.

     Давай, дружок, смелей, дружок, кати по снегу свой снежок.

     Он превратится в снежный ком и станет ком снеговиком.

     Его улыбка так светла! Два глаза, шляпа, нос, метла!

     Но солнце припечет слегка – увы! И нет снеговика!

**Март.**

**1 неделя.**  **«Пылесос».** Пылинки весело танцуют в луче солнца, по сигналу колокольчика кружатся все медленнее, садятся на пол. Спина и плечи расслаблены, руки опущены, голова наклонена вниз. Заработал пылесос, он собирает пылинки. Кого воспитатель коснулся, тот медленно уходит на стульчик.

**2 неделя. «Олени».** Руки -  рога очень твердые. Мы пробиваемся сквозь заросли. Пальцы сильно растопырены (рога ветвистые).

Посмотрите, мы олени! Рвется ветер нам навстречу!

Ветер стих, ослабли плечи, руки снова на коленях,

Руки не напряжены, расслаблены.

Посмотрите, девочки и мальчики, отдыхают наши пальчики.

**3 неделя. «Гуси».** Идем гуськом, растопырили крылья, шипим: «Ш-ш-ш-ш…», крылья раскинули, сердимся (мышцы напряжены). Но присмотритесь! Вокруг все знакомые, улыбнемся друг другу, расслабимся, опустим крылья – руки.

**4 неделя. «Резиновые игрушки».** Я – насос, а вы резиновые игрушки, сейчас вы спущены, мышцы расслаблены. С каждым качком насоса игрушки раздуваются все больше и больше, руки в стороны, щеки надуты, смотрим вверх, мышцы напряжены. Выдернем насос, игрушки спущены, как раньше, мышцы расслабились.

**Апрель.**

**1 неделя. «Мыльные пузыри».** Встряхнули бутылочку, открутили крышку (показ жестами), медленно и долго подули в колечко (вдох носом, выдох – ртом). Ах, какие красивые мыльные пузыри! Покажите, как они взлетают. ( Мышцы напрягаются, руки вверху сцеплены в круг и тянутся вверх, голова повернута вверх, смотрим на руки).Ой! Лопнули пузыри, только мыльная лужица осталась (расслабили мышцы).

**2 неделя. «Шарик».** Очень быстро напрягаем мышцы с первыми строками стихотворения:руки в стороны, щеки надуты, смотрим вверх, мышцы напряжены. Во время второй части стихотворения мышцы расслабляются, руки вниз, голова опущена.

     Надуваем быстро шарик, он становится большой.

     Вдруг шар лопнул, воздух вышел, стал он тонкий и худой.

**3 неделя. «Ныряльщики».** Мы купаемся в море, «ныряем» и плывем под водой. Наклон, смотрим вперед, руками делаем жесты пловца, мышцы напряжены. Выныриваем (выпрямляемся). Ложимся загорать, солнце припекает, тепло, мы расслабились. Жарко. Снова идем купаться и т.д.

**4 неделя. «Солнышко и тучка».** Представьте себе, что вы загораете на солнышке. Но вот солнце зашло за тучку, стало холодно – все сжались в комочек чтобы согреться (мышечное напряжение, задержать дыхание). Солнышко вышло  из-за тучки, стало жарко – все расслабились (на выдохе).

**Май.**

**1 неделя. «Цветы и дождь».** Какие красивые цветы! (дети стоят с поднятыми руками, кисти рук показывают «тюльпан» = мышечное напряжение). Давно не было дождя. Цветы завяли. Сначала опустились головки (дети опустили руки, склонили головы, плечи расслаблены), потом листья (расслаблены опущенные руки), затем весь стебелек согнулся до земли (наклон с расслабленными руками). Вдруг закапал дождик, цветы стали медленно оживать (повтор движений в обратном порядке).

**2 неделя. «Загораем».** Дети лежат на полу на спине.

     Мы прекрасно загораем, выше ноги поднимаем.

     Держим, держим, напрягаем,

     Загорели, опускаем, ноги не напряжены и расслаблены.

**3 неделя. «Спортсмены».** На первую часть стихотворения напрягаются все мышцы, дети стоят на одной ноге, раскинув руки в стороны, на вторую часть – мышечное расслабление.

     Спортом надо заниматься, каждый день тренироваться,

     Руки в стороны, не падай, очень трудно так стоять,

     Ногу на пол не спускать!

     Мы все мышцы напрягаем,

     А теперь их расслабляем.

     Опускаем руки вниз. Ну-ка, быстро улыбнись!

**4 неделя. « Облака».** Дети лежат на ковре.  Воспитатель говорит: «Представьте себе тёплый летний вечер. Вы лежите на траве и смотрите на проплывающие в небе облака – такие белые, большие, пушистые облака в голубом небе. Вокруг всё тихо и спокойно, вам тепло и уютно. Вы начинаете медленно и плавно подниматься в воздух, всё выше и выше, к самым облакам. Ваши ручки лёгкие, лёгкие, ваши ножки лёгкие, все ваше тело становится лёгким, как облачко. Вот вы подплываете к самому большому и пушистому, к самому красивому облаку на небе. Ближе и ближе. И вот вы уже лежите на этом облаке, чувствуете, как оно нежно обнимает вас, это пушистое и нежное облако… Вам хорошо и приятно. Вы расслаблены и спокойны. Но вот облачко опустило вас на полянку. Улыбнитесь своему облачку. Потянитесь и откройте глаза. Вы хорошо отдохнули на облачке.А сейчас  снова вернулись обратно в детский сад.

|  |
| --- |
|  |

МБДОУ детский сад №1 «Колосок» Комсомольского района

**Дисциплина - это обучение правильному поведению.**

Подготовила ст. воспитатель

МБДОУ детский сад №1«Колосок»

Каримуллина Т.Р.

**Дисциплина - это обучение правильному поведению.**

Дисциплина - более широкое понятие, чем просто наказание в ответ на проступок. Этот термин происходит от греческого слова , обозначающего "учить". Дисциплина предполагает обучение детей правильному поведению. Маленькие дети не могут управлять своим поведением и держать под контролем внутренние побуждения. Они нуждаются в руководстве взрослых.

Трёхлетние дети должны подчиняться установленным правилам. Они пугаются, если их предоставляют сами себе. Дети считают, что правила - это форма защиты, созданная заботливыми родителями. Даже если они и нарушают одни правила, они учатся уважать другие. Это часть цикла их развития.

Приёмами дисциплины являются объятия, поцелуи, похвалы, объяснения, установление правил и моделирование правильного поведения. Все эти приёмы должны использоваться в комплексе, чтобы добиться желаемого результата. Цель же наказания состоит в том, чтобы дети неукоснительно выполняли запреты родителей.

**Рассматривайте мотивы.**

В жизни часто возникают ситуации, когда родители сердятся на своих детей. Но ребёнок редко имеет намерение поступить плохо. Нежелательное поведение детей часто является побочным продуктом их любознательности.

Мышление трёхлетних детей ещё не настолько развито, чтобы они могли предвидеть последствия своих поступков. Главная забота родителей - принять меры предосторожности, чтобы избежать повторения необдуманных действий своих детей.

Обвинения и телесные наказания в конечном счёте не эффективны. Разумеется, родители, излив гнев, отведут душу, но не решат воспитательных проблем. Ребёнок огорчается, поскольку его родители расстроены, но он не знает, что сделал не так. Разве плохо быть любознательным? Ребёнок не знает ответа на этот вопрос, и нет уверенности в том, что он не совершит тех же ошибок в дальнейшем.

Есть и другие последствия такого подхода. Когда на ребёнка кричат, когда его стыдят, страдает его самолюбие. Родители не назвали плохим его поведение. Они сказали, что плохой он сам. А если так, то нет смысла пытаться вести себя лучше. Кроме того, ребёнок будет считать, что в случае разногласий с другими людьми он может применить физическую силу.

**Установление правил.**

Постоянная дисциплина не означает простого установления правил после того, как ребёнок сделал что-то недозволенное. Она предполагает воспитание у ребёнка чувства ответственности. Правила должны быть изложены чётко и определённо. Например: "Все должны мыть руки пред едой".

Правила надо последовательно проводить в жизнь. Если ребёнок знает, что ему положено руки мыть всегда, он безоговорочно подчиняется. Если он знает, что садиться за стол с чистыми руками можно не всегда, то будет стараться нарушить это правило каждый раз. Он пытается сам решить, в каком случае можно мыть руки, а в каком - необязательно.

Правила нужно объяснять: "Все моют руки перед едой, чтобы в организм не попали микробы". У родителей обычно есть веские причины для установления тех или иных правил. Трёхлетние дети уже начинают воспринимать разумные доводы. Это прекрасное время, когда родители могут что-то объяснить ребёнку. Он будет следовать правилам сознательно, а не по принуждению.

Правила должны соответствовать уровню развития ребёнка, например, за то, что он рассказывает выдуманную историю (немного воображения полезно) или плохо ведёт себя в магазине (ему трудно приспособиться к необычной обстановке).

Правила должны быть выполнимыми и разумными по количеству. Не все аспекты жизни трёхлетнего ребёнка требуют установления строгих правил. Главное - его безопасность и уважение им прав других людей. Можно спокойно игнорировать незначительные, неопасные отклонения в его поведении, например, нытьё и хвастовство. Как только ребёнок поймёт, что таким поведением он не привлечёт ничьего внимания, он прекратит это делать.

**Избегайте конфликтов.**

Разумеется, если ребёнок ведёт себя плохо, он нуждается в строгом воздействии. Однако родители могут предусмотреть возникновение многих конфликтов и избежать их.

Если убрать хрупкие и опасные предметы подальше от ребёнка, то не будет необходимости весь день твердить ему: "Нет, не трогай это, положи на место".

Родители должны признать, что иногда сами создают конфликтные ситуации. Это касается препирательств с ребёнком по поводу еды. Он уже достаточно созрел, чтобы иметь собственные желания. Если на него давить, это только усилит сопротивление. Лучше всего - похвалить ребёнка, когда он ест хорошо, и не сердиться на него, если он отказывается от какого-нибудь блюда.

Если ребёнок собирается сделать что-нибудь запрещённое, вовремя отвлеките его.

**Положительные эмоции.**

Дети испытывают потребность в объятиях, поцелуях, похвалах и положительном к себе отношении. Они изо всех стараются добиться этого. Малыши нуждаются в постоянном внимании. Они даже могут нарочно плохо себя вести, чтобы только привлечь внимание взрослых. Вывод для родителей ясен: уделяйте внимание хорошему поведению и игнорируйте нежелательное.

Детям нужны положительные эмоции. Они должны получать их гораздо больше, чем отрицательных. Родителям поучительно было бы задуматься о том, что они говорят своим детям.

По меньшей мере раз 20 в день родителям следует сказать ребёнку, как он хорошо себя ведёт. Подойдите к нему, когда он тихо играет с игрушкой или смотрит видеофильм. Положите руку на плечо или поцелуйте и скажите: "Мне нравится, как ты играешь с кубиками". Своё положительное отношение можно выразить быстро, чтобы не нарушать игры ребёнка. Просто дайте понять, что хорошее поведение не осталось незамеченным.

Очень важно часто хвалить ребёнка. Похвала - это способ передачи ему ваших ожиданий. Похвала развивает у ребёнка чувство уверенности в своих силах. Уверенный в себе ребёнок легче переносит замечания. Он понимает, что они касаются его поведения, а не его лично.

Уважаемые родители! Помните, что дисциплина - это не просто слепое послушание. Чтобы из маленьких детей получились дисциплинированные взрослые, им нужны терпеливые и любящие учителя.

МБДОУ детский сад №1 «Колосок» Комсомольского района

## Как играть с тревожными детьми

Подготовила ст. воспитатель

МБДОУ детский сад №1 «Колосок»

Каримуллина Т.Р.

На начальных этапах работы с тревожным ребенком следует руководствоваться следующими правилами:

1. Включение ребенка в любую новую игру должно проходить поэтапно. Пусть он сначала ознакомится с правилами игры, посмотрит, как в нее играют другие дети и лишь потом, когда сам захочет, станет ее участником.

2. Необходимо избегать соревновательных моментов и игр, в которых учитывается скорость выполнения задания, например, таких как "Кто быстрее?"

3. Если вы вводите новую игру, то для того чтобы тревожный ребенок не ощущал опасности от встречи с чем-то неизвестным, лучше проводить ее на материале, уже знакомом ему (картинки, карточки). Можно использовать часть инструкции или правил из игры, в которую ребенок уже играл неоднократно.

4. Игры с закрытыми глазами рекомендуется использовать только после длительной работы с ребенком, когда он сам решит, что может выполнить это условие.

Если ребенок высокотревожен, то начинать работу с ним лучше с релаксационных и дыхательных упражнений, например: "Воздушный шарик", "Корабль и ветер", "Дудочка", "Штанга", "Винт", "Водопад" и др.

Чуть позднее, когда дети начнут осваиваться, можно к этим упражнениям добавить следующие: "Подарок под елкой", "Драка", "Сосулька", "Шалтай-Болтай", "Танцующие руки".

В коллективные игры тревожного ребенка можно включать, если он чувствует себя достаточно комфортно, а общение с другими детьми не вызывает у него особых трудностей. На этом этапе работы будут полезны игры "Дракон", "Слепой танец", "Насос и мяч", "Головомяч", "Гусеница", "Бумажные мячики".

Игры "Зайки и слоны", "Волшебный стул" и др., способствующие повышению самооценки, можно проводить на любом этапе работы. Эффект от этих игр будет лишь в том случае, если они проводятся многократно и регулярно (каждый раз можно вносить элемент новизны).

Работая с тревожными детьми, следует помнить, что состояние тревоги, как правило, сопровождается сильным зажимом различных групп мышц. Поэтому релаксационные и дыхательные упражнения для данной категории детей просто необходимы. Инструктор по лечебной гимнастике Л. В. Агеева сделала подборку таких упражнений для дошкольников. Мы несколько модифицировали их, внесли игровые моменты, не меняя содержания.

## Подвижные игры

Упражнения на релаксацию и дыхание

**"Дрока"**

Цель: расслабить мышцы нижней части лица и кистей рук. "Вы с другом поссорились. Вот-вот начнется драка. Глубоко вдохните, крепко-накрепко сожмите челюсти. Пальцы рук зафиксируйте в кулаках, до боли вдавите пальцы в ладони. Затаите дыхание на несколько секунд. Задумайтесь : а может, не стоит драться? Выдохните и расслабьтесь. Ура! Неприятности позади!"

Это упражнение полезно проводить не только с тревожными, но и с агрессивными детьми.

**"Воздушный шарик"**

Цель: снять напряжение, успокоить детей. Все играющие стоят или сидят в кругу. Ведущий дает инструкцию: "Представьте себе, что сейчас мы с вами будем надувать шарики. Вдохните воздух, поднесите воображаемый шарик к губам и, раздувая щеки, медленно, через приоткрытые губы надувайте его. Следите глазами за тем, как ваш шарик становится все больше и больше, как увеличиваются, растут узоры на нем. Представили? Я тоже представила ваши огромные шары. Дуйте осторожно, чтобы шарик не лопнул. А теперь покажите их друг другу". Упражнение можно повторить 3 раза.

**"Корабль и ветер"**

Цель: настроить группу на рабочий лад, особенно, если дети устали.

•"Представьте себе, что наш парусник плывет по волнам, но вдруг он остановился. Давайте поможем ему и пригласим на помощь ветер. Вдохните в себя воздух, сильно втяните щеки... А теперь шумно выдохните через рот воздух, и пусть вырвавшийся на волю ветер подгоняет кораблик. Давайте попробуем еще раз. Я хочу услышать как шумит ветер!" Упражнение можно повторить 3 раза.

**"Подарок под елкой"**

Цель: расслабление мышц лица, особенно вокруг глаз.

"Представьте себе, что скоро Новогодний праздник. Вы целый год мечтали о замечательном подарке. Вот вы подходите к елке, крепко-крепко зажмуриваете глаза и делаете глубокий вдох. Затаите дыхание. Что же лежит под елкой? Теперь выдохните и откройте глаза. О, чудо! Долгожданная игрушка перед вами! Вы рады? Улыбнитесь".

После выполнения упражнения можно обсудить (если дети захотят), кто о чем мечтает.

**"Дудочка"**

Цель: расслабление мышц лица, особенно вокруг губ. "Давайте поиграем на дудочке. Неглубоко вдохните воздух, поднесите дудочку к губам. Начинайте медленно выдыхать, и на выдохе попытайтесь вытянуть губы. в трубочку. Затем начните сначала. Играйте! Какой замечательный оркестр!"

Все перечисленные упражнения можно выполнять в классе, сидя или стоя за партами.

Этюды на расслабление мышц Приведенные ниже этюды рекомендованы М.И. Чистяковой в книге "Психогимнастика" и наверняка знакомы многим из вас. Эти этюды полезны для разных категорий детей: тревожных, аутичных, агрессивных. Все упражнения даны в нашей модификации.

**"Штанга" Вариант 1**

Цель: расслабить мышцы спины. "Сейчас мы с вами будем спортсменами-тяжелоатлетами. Представьте, что на полу лежит тяжелая штанга. Сделайте вдох, оторвите штангу от пола на вытянутых руках, приподнимите ее. Очень тяжело. Выдохните, бросьте штангу на пол, отдохните. Попробуем еще раз".

**Вариант 2**

Цель: расслабить мышцы рук и спины, дать возможность ребенку почувствовать себя успешным. "А теперь возьмем штангу полегче и будем поднимать ее над головой. Сделали вдох, подняли штангу, зафиксировали это положение, чтобы судьи засчитали вам победу. Тяжело так стоять, бросьте штангу, выдохните. Расслабьтесь. Ура! Вы все чемпионы. Можете поклониться зрителям. Вам все хлопают, поклонитесь еще раз, как чемпионы". Упражнение можно выполнить несколько раз.

**"Сосулька"**

Цель: расслабить мышцы рук. "Ребята, я хочу загадать вам загадку:

У нас под крышей

Белый гвоздь висит,

Солнце взойдет,

Гвоздь упадет. (В. Селиверстов)

Правильно, это сосулька. Давайте представим, что мы с вами артисты и ставим спектакль для малышей. Диктор (это я) читает им эту загадку, а вы будете изображать сосульки. Когда я прочитаю первые две строчки, вы сделаете вдох и поднимете руки над головой, а на третью, четвертую — уроните расслабленные руки вниз. Итак, репетируем... А теперь выступаем. Здорово получилось!"

**"Шалтай-Болтай"**

Цель: расслабить мышцы рук, спины и груди. "Давайте поставим еще один маленький спектакль. Он называется "Шалтай-Болтай".

Шалтай-Болтай

Сидел на стене.

Шалтай-Болтай

Свалился во сне. (С. Маршак)

Сначала будем поворачивать туловище вправо-влево, руки при этом свободно болтаются, как у тряпичной куклы. На слова "свалился во сне" — резко наклоняем корпус тела вниз".

**"Винт"**

Цель: снять мышечные зажимы в области плечевого пояса. "Ребята, давайте попробуем превратиться в винт. Для этого поставьте пятки и носки вместе. По моей команде "Начали" будем поворачивать корпус то влево, то вправо. Одновременно с этим руки будут свободно следовать за корпусом в том же направлении. Начали! ...Стоп!"

Этюд может сопровождаться музыкой Н. Римского-Корсакова "Пляска скоморохов" из оперы "Снегурочка".

**"Косое и мяч"**

Цель: расслабить максимальное количество мышц тела. "Ребята, разбейтесь на пары. Один из вас — большой надувной мяч, другой насосом надувает этот мяч. Мяч стоит, обмякнув всем телом, на полусогнутых ногах, руки, шея расслаблены. Корпус наклонен несколько вперед, голова опущена (мяч не наполнен воздухом). Товарищ начинает надувать мяч, сопровождая движение рук (они качают воздух) звуком "с". С каждой подачей воздуха мяч надувается все больше. Услышав первый звук "с", он вдыхает порцию воздуха, одновременно выпрямляя ноги в коленях, после второго "с" выпрямилось туловище, после третьего — у мяча поднимается голова, после четвертого — надулись щеки и даже руки отошли от боков. Мяч надут. Насос перестал накачивать. Товарищ выдергивает из мяча шланг насоса... Из мяча с силой выходит воздух со звуком "ш". Тело вновь обмякло, вернулось в исходное положение. " Затем играющие меняются ролями.

## Игры, способствующие расслаблению

Следующие три игры позаимствованы из книги К.Фопеля "Как научить детей сотрудничать" (1998). Они помогут создать в группе детского сада дружескую атмосферу взаимопомощи, доверия, доброжелательного и открытого общения детей друг с другом.

**"Водопад"**

Цель: эта игра на воображение поможет детям расслабиться. "Сядьте поудобнее и закройте глаза. 2-3 раза глубоко вдохните и выдохните. Представьте себе, что вы стоите возле водопада. Но это не совсем обычный водопад. Вместо воды в нем падает вниз мягкий белый свет. Теперь представьте себя под этим водопадом и почувствуйте, как этот прекрасный белый свет струится по вашей голове,.. Вы чувствуете, как расслабляется ваш лоб, затем рот, как расслабляются мышцы шеи... Белый свет течет по вашим плечам, затылку и помогает им стать мягкими и расслабленными. Белый свет стекает с вашей спины, и вы замечаете, как и в спине исчезает напряжение, и она тоже становится мягкой и расслабленной.

А свет течет по вашей груди, по животу. Вы чувствуете, как они расслабляются и вы сами собой, без всякого усилия, можете глубже вдыхать и выдыхать. Это позволяет вам ощущать себя очень расслабленно и приятно.

Пусть свет течет также по вашим рукам, по ладоням, по пальцам. Вы замечаете, как руки и ладони становятся все мягче и расслабленнее. Свет течет и по ногам, спускается к вашим ступням. Вы чувствуете, что и они расслабляются и становятся мягкими. Этот удивительный водопад из белого света обтекает все ваше тело. Вы чувствуете себя совершенно спокойно и безмятежно, и с каждым вдохом и выдохом вы все глубже расслабляетесь и наполняетесь свежими силами... (30 секунд).

Теперь поблагодарите этот водопад света за то, что он вас так чудесно расслабил... Немного потянитесь, выпрямитесь и откройте глаза". После этой игры стоит заняться чем-нибудь спокойным.

**"Танцующие руки"**

Цель: если дети неспокойны или расстроены, эта игра даст детям (особенно огорченным, неспокойным) возможность прояснить свои чувства и внутренне расслабиться. "Разложите большие листы оберточной бумаги (или старые обои) на полу. Возьмите каждый по 2 мелка. Выберите для каждой руки мелок понравившегося вам цвета. Теперь ложитесь спиной на разложенную бумагу так, чтобы руки, от кисти до локтя, находились над бумагой. (Иными словами, так, чтобы у детей был простор для рисования). Закройте глаза, и, когда начнется музыка, вы можете обеими руками рисовать по бумаге. Двигайте руками в такт музыке. Потом вы можете посмотреть, что получилось" (2—3 минуты). Игра проводится под музыку.

**"Слепой танец"**

Цель: развитие доверия друг к другу, снятие излишнего мышечного напряжения.

"Разбейтесь на пары. Один из вас получает повязку на глаза, он будет "слепой". Другой останется "зрячим" и сможет водить "слепого". Теперь возьмитесь за руки и потанцуйте друг с другом под легкую музыку (1—2 минуты). Теперь поменяйтесь ролями. Помогите партнеру завязать повязку".

В качестве подготовительного этапа можно посадить детей попарно и попросить их взяться за руки. Тот, кто видит, двигает руками под музыку, а ребенок с завязанными глазами пытается повторить эти движения, не отпуская рук, 1-2 минуты. Потом дети меняются ролями. Если тревожный ребенок отказывается закрыть глаза, успокойте его и не настаивайте. Пусть танцует с открытыми глазами.

По мере избавления ребенка от тревожных состояний можно начинать проводить игру не сидя, а двигаясь по помещению.

## Игры, направленные на формирование у детей чувства доверия и уверенности в себе

**"Гусеница"**

Цель: игра учит доверию. Почти всегда партнеров не видно, хотя и слышно. Успех продвижения всех зависит от умения каждого скоординировать свои усилия с действиями остальных участников. "Ребята, сейчас мы с вами будем одной большой гусеницей и будем все вместе передвигаться по этой комнате. Постройтесь цепочкой, руки положите на плечи впередистоящего. Между животом одного играющего и спиной другого зажмите воздушный шар или мяч. Дотрагиваться руками до воздушного шара (мяча) строго воспрещается! Первый в цепочке участник держит свой шар на вытянутых руках.

Таким образом, в единой цепи, но без помощи рук, вы должны пройти по определенному маршруту". Для наблюдающих: обратите внимание, где располагаются лидеры, кто регулирует движение "живой гусеницы".

**"Смена ритмов"**

Цель: помочь тревожным детям включиться в общий ритм работы, снять излишнее мышечное напряжение. Если воспитатель хочет привлечь внимание детей, он начинает хлопать в ладоши и громко, в такт хлопкам, считать : раз, два, три, четыре,.. Дети присоединяются и тоже, все вместе хлопая в ладоши, хором считают : раз, два, три, четыре... Постепенно воспитатель, а вслед за ним и дети, хлопает все реже, считает все тише и медленнее.

**"Зайки и слоники"**

Цель: дать возможность детям почувствовать себя сильными и смелыми, способствовать повышению самооценки. "Ребята, я хочу вам предложить игру, которая называется "Зайки и слоники". Сначала мы с вами будем зайками-трусишками. Скажите, когда заяц чувствует опасность, что он делает? Правильно, дрожит. Покажите, как он дрожит. Поджимает уши, весь сжимается, старается стать маленьким и незаметным, хвостик и лапки его трясутся" и т.д. Дети показывают. "Покажите, что делают зайки, если слышат шаги человека?" Дети разбегаются по группе, классу, прячутся и т.д. "А что делают зайки, если видят волка?..." Педагог играет с детьми в течение нескольких минут. "А теперь мы с вами будет слонами, большими, сильными, смелыми. Покажите, как спокойно, размеренно, величаво и бесстрашно ходят слоны. А что делают слоны, когда видят человека? Они боятся его? Нет. Они дружат с ним и, когда его видят, спокойно продолжают свой путь. Покажите, как. Покажите, что делают слоны, когда видят тигра... " Дети в течение нескольких минут изображают бесстрашного слона.

После проведения упражнения ребята садятся в круг и обсуждают, кем им больше понравилось быть и почему.

**"Волшебный стул"** Цель: способствовать повышению самооценки ребенка, улучшению взаимоотношений между детьми. В эту игру можно играть с группой детей на протяжении длительного времени. Предварительно взрослый должен узнать "историю" имени каждого ребенка — его происхождение, что оно означает. Кроме этого надо изготовить корону и "Волшебный стул" — он должен быть обязательно высоким. Взрослый проводит небольшую вступительную беседу о происхождении имен, а затем говорит, что будет рассказывать об именах всех детей группы (группа не должна быть более 5—6 человек), причем имена тревожных детей лучше называть в середине игры. Тот, про чье имя рассказывают, становится королем. На протяжении всего рассказа об его имени он сидит на троне в короне.

В конце игры можно предложить детям придумать разные варианты его имени (нежные, ласкательные). Можно также по очереди рассказать что-то хорошее о короле.

## Игры за партами

Дыхательные упражнения ("Корабль и ветер", "Дудочка", "Воздушный шарик", "Подарок под елкой", "Драка") можно проводить на перемене, а также за партами во время урока или занятия в детском саду.

Для снятия нервного напряжения, которое может возникнуть у детей, например, после трудной контрольной работы, подойдет упражнение "Театр масок".

**"Театр масок"**

Цель: расслабить мышцы лица, снять мышечное напряжение, усталость.

"Ребята! Мы с вами посетим "Театр Масок". Вы все будете артистами, а я - фотографом. Я буду просить вас изобразить выражение лица различных героев. Например: покажите, как выглядит злая Баба Яга". Дети с помощью мимики и несложных жестов или только с помощью мимики изображают Бабу Ягу. "Хорошо! Здорово! А теперь замрите, фотографирую. Молодцы! Некоторым даже смешно стало. Смеяться можно, но только после того, как кадр отснят.

А теперь изобразите Ворону (из басни "Ворона и Лисица") в тот момент, когда она сжимает в клюве сыр". Дети плотно сжимают челюсти, одновременно вытягивая губы, изображают клюв. "Внимание! Замрите! Снимаю! Спасибо! Молодцы!

А теперь покажите, как испугалась бабушка из сказки "Красная шапочка", когда поняла, что разговаривает не с внучкой, а с Серым Волком". Дети могут широко раскрыть глаза, поднять брови, приоткрыть рот. "Замрите! Спасибо!

А как хитро улыбалась Лиса, когда хотела понравиться Колобку? Замрите! Снимаю! Молодцы! Замечательно! Хорошо потрудились!" Далее учитель или воспитатель, на свое усмотрение, могут похвалить особо тревожных детей, например так:

"Все работали хорошо, особенно страшной была маска Bumu, когда я посмотрела на Сашу, то сама испугалась, а Машенька была очень похожа на хитрую лисицу. Все постарались, молодцы!"

"Рабочий день актера закончен. Мы с вами устали. Давайте отдохнем. Положите руки на парту, а голову на руки, закройте глаза. Давайте посидим так молча, расслабимся и отдохнем. Всем спасибо!"

**РЕАЛИЗАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОГО НАПРАВЛЕНИЯ В ДОУ**

Содержание образовательного процесса выстроено в соответствии с примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой, 2012 г.

**Физическое развитие** детей дошкольного возраста. Это не только снижение заболеваемости, рациональное сбалансированное питание детей, но и здоровьесберегающие технологии, которые включают в себя не только комплекс мероприятий по сохранению и укреплению здоровья детей, их физическое воспитание, но и всю жизнь ребенка, его общение со взрослыми.

По состоянию здоровья детей  нашего детского сада можно распределить по нескольким группам здоровья:

—  1 группа здоровья .  
—  2 группа здоровья  
—  3 группа здоровья

Эта информация учитывается воспитателем по физкультуре при осуществлении индивидуального подхода и проведении всей работы по физическому воспитанию:

—  назначение двигательного режима;  
—  определение величины двигательной нагрузки;  
—  проведение закаливающих мероприятий.

В дошкольном учреждении созданы благоприятные условия для охраны и укрепления здоровья детей:  
—  оборудование в соответствии с современными требованиями;  
—  спортивный зал;

—  необходимые атрибуты для занятий с детьми.

На улице оборудована специальная площадка для занятий физкультурой и проведения спортивных мероприятий, как в теплое, так и в холодное время года.

Но основной составляющей профилактики  по сохранению и укреплению здоровья детей являются занятия по физической культуре, которые проводятся с детьми в каждой возрастной группе три раза в неделю.

Результатом всей нашей работы с детьми по физическому воспитанию является    ежегодное снижение  процента заболеваемости детей.

Показ презентации.

# 

**Анализ работы МБДОУ детский сад № 1 «Колосок»**

**за летний –оздоровительный период**

 2012г.

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад

общеразвивающего вида № 140 Советского района г.Волгограда

Анализ работы за летний оздоровительный период 2012г

Основной целью организации летнего оздоровительного периода  2012 год являлась:   сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей с учетом их индивидуальных особенностей.

Задачами на летний оздоровительный период 2012 года были следующие:

-создать условия, обеспечивающие охрану жизни и здоровья детей, предупреждение заболеваемости и травматизма.

-реализовать систему мероприятий, направленных на оздоровление и физическое развитие детей, их нравственное воспитание, развитие любознательности и познавательной активности, формирование культурно-гигиенических и трудовых навыков.

-осуществить педагогическое и санитарное просвещение родителей по вопросам безопасности, воспитания и оздоровления детей в летний период.

- обеспечить просвещение и выполнение сотрудниками детского сада инструкций:

«Организация жизни и здоровья детей в детском саду и на участке во время прогулки», «О предупреждении детского дорожно-транспортного травматизма», «О правилах пожарной безопасности», «О профилактике пищевых отравлений и кишечных инфекций», «Оказание доврачебной помощи детям в летний оздоровительный период».

Педагогам была оказана методическая поддержка по планированию летней работы с детьми по основным разделам. Разработан план мероприятий по физкультурно-оздоровительной работе в летний период, план мероприятий с детьми и родителями.

В течение летнего оздоровительного периода с детьми проводилась работа по оздоровлению, закаливанию и мероприятия познавательного характера.

    Музыкальные и физкультурные развлечения: «Конкурс панамок», «Весёлые старты», «Мяч и я – большие с ним друзья!», «День Нептуна».

    Прогулки, беседы, наблюдения, труд на участке.

    День пожарной безопасности ( 1раз в неделю) сопровождался беседами с детьми и родителями, чтением художественной литературы, рассматриванием плакатов, иллюстраций.

    День  друзей, День цветов. День здоровья, День животных, День подвижных игр.

    День юного следопыта сопровождался опытами с водой, с песком, с бумагой.

    Проводилась продуктивная деятельность по интересам детей.

    Утренняя гимнастика и НОД по физическому развитию проводилась на прогулке и под музыку.

    Осуществлялась работа по закаливанию: хождение босиком, обливание ног, воздушные ванны в облегченной одежде, обширное умывание, турник после сна, занятия на индивидуальных ковриках с пуговицами после сна, игры с водой, гимнастика после сна.

В связи жаркой погодой пребывание детей на свежем воздухе ограничивалось. Соблюдался питьевой режим. В меню вводились свежие соки, фрукты, овощи. Двигательная деятельность детей на свежем воздухе поддерживалась играми средней и малой подвижности, в связи с жаркой погодой и в часы наименьшей солнечной активности. Велась индивидуальная и подгрупповая работа с детьми по развитию движений, мелкой моторики. Педагогами был организован вынос зонтиков, игрушек, игрушек для игры с песком и водой, спортивный инвентарь: мячи, кегли, и т.д.

В течение летнего периода родителям были даны консультации:

    «Адаптация детей к условиям детского сада».

    «Как организовать безопасный отдых для детей летом».

    Информация для родителей по ПДД.

    Проводились беседы с родителями о безопасном поведении детей на воде, в лесу, и т.д.

    В связи пожароопасной ситуацией родителям даны советы о безопасном и правильном обращении с огнем и воздержании его разведения.

    Особенности питания детей в летний период.

    Оформлен уголок о правилах поведения в природе, с рекомендациями для родителей.

В рамках проведения Дня Защиты детей, который состоялся 1 июня 2012 года, были запланированы и проведены следующие мероприятия:

1.     День Защиты детей начался с утра радостных встреч. Детей встречали на участках педагоги с музыкальным сопровождением.

2.     Заведующий С.Ю.Токмакова зачитала приказ о проведении Дня защиты детей.

3.     Старший воспитатель Т.Р.Каримуллина ознакомила с планом мероприятий на День.

4.     В 8.15 была проведена зарядка с музыкальным сопровождением «Мы растём!».

5.     В течение дня с детьми проводились игры на создание бесконфликтной обстановки в группе.

6.     В каждой группе было оформлено поздравление для родителей и детей и приглашение на праздник.

7.     В 9.30 на площадке детского сада состоялся праздник «Юморина в День защиты детей», где приняли участие все дети и приглашены родители.

8.     В течение дня проводились конкурсы   «Самая смешная группа» и «Самый смешной костюм воспитателя». По итогам, которых дети и педагоги были награждены грамотами и сладкими призами.

9.     В течение дня с детьми старших и подготовительной групп проводились беседы на тему: « А как бы ты поступил….» - рассказы детей о том, как можно помочь другу в различных неблагоприятных ситуациях дома, в детском саду.

10.      Со всеми детьми было проведено интервьюирование «Расскажи – как ты думаешь, что такое детство?».

11. Во второй половине дня дети вместе с педагогами рисовали на асфальте мелками на тему «Детство – это маленькая жизнь».  Свои рисунки дети посвятили счастливому детству, ясному небу, в каждом рисунке было солнце.

Общий охват детей и сотрудников в проведении Дня защиты детей составил 100%.

По итогам Дня информация размещена на сайте детского сада в разделе "Новости", в разделе ["Фотогалерея"](http://bryzgalovo.ru/index.php?view=category&catid=34&option=com_joomgallery&Itemid=46) размещены фотографии с проведенного праздника.

 С педагогическим коллективом был проведен инструктаж по организации охраны жизни и здоровья детей в летний период.

Медицинской сестрой  Оленевой Т.М. были даны консультации:

    «Профилактика солнечного удара».

    «Кишечная инфекция».

    «Оказание доврачебной медицинской помощи».

    «Профилактика глазного травматизма».

    «Клещевой энцефалит».

Педагогами в течение летнего оздоровительного периода с детьми и родителями проводились следующие мероприятия:

    Беседы о предупреждении ДДТТ, о ПДД, о детском травматизме дома, на улице, в общественных местах.

    Работа с дидактическим материалом.

    Тематическая беседа «Огонь –друг и враг».

    Вечер вопросов и ответов: «Как избежать неприятностей дома, в лесу, на воде и на дороге».

 В течение летнего периода педагогам были даны консультации:

    Логопедические игры на прогулке.

    Цветные игры и сказки. Применение цвета в образовании детей дошкольного возраста в летний оздоровительный период.

    Играем с песком, водой и глиной.

    Игры с использованием нестандартного спортивного оборудования.

Старшим воспитателем Т.Р.Каримуллиной давались рекомендации по предупреждению ДДТТ, по пожарной безопасности, по предупреждению ядовитыми грибами и растениями, укусами насекомых, оказанию доврачебной медицинской помощи детям при солнечном и тепловом ударе.

В течение летнего периода с педагогами велась индивидуальная работа ( по запросам), давались консультации по созданию предметно-развивающей среды на новый учебный год с учетом новых стандартов, с учетом нового Сан ПиНа 2.4.1. 2660-10,  рекомендации по планированию образовательной деятельности в соответствии с ФГТ, с учетом возрастных особенностей.

 ФЕДЕРАЛЬНЫЕ ГОСУДАРСТВЕННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ  
К УСЛОВИЯМ РЕАЛИЗАЦИИ ОСНОВНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ  
ПРОГРАММЫ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

 Федеральные государственные требования к условиям реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования (далее - Требования) представляют собой совокупность требований, обеспечивающих реализацию основной общеобразовательной программы дошкольного образования, направленных на достижение планируемых результатов дошкольного образования.

Интегративным результатом реализации указанных требований является создание развивающей образовательной среды:

обеспечивающей духовно-нравственное развитие и воспитание детей;

высокое качество дошкольного образования, его доступность, открытость и привлекательность для детей и их родителей (законных представителей) и всего общества;

гарантирующей охрану и укрепление физического и психологического здоровья воспитанников;

комфортной по отношению к воспитанникам (в том числе с ограниченными возможностями здоровья) и педагогическим работникам.

Настоящие Требования включают семь групп требований:

1) требования к кадровому обеспечению;

2) требования к материально-техническому обеспечению;

3) требования к учебно-материальному обеспечению;

4) требования к медико-социальному обеспечению;

5) требования к информационно-методическому обеспечению;

6) требования к психолого-педагогическому обеспечению;

7) требования к финансовому обеспечению.

 1. Требования к кадровому обеспечению предусматривают:

1.1. Укомплектованность образовательного учреждения, реализующего основную общеобразовательную программу дошкольного образования (далее - образовательное учреждение), квалифицированными кадрами - педагогическими, руководящими и иными;

1.2. Уровень квалификаций педагогических и иных работников образовательного учреждения для каждой занимаемой должности должен соответствовать квалификационным характеристикам по соответствующей должности;

При этом педагогические работники должны обладать основными компетенциями в организации мероприятий, направленных на укрепление здоровья воспитанников и их физическое развитие; организации различных видов деятельности и общения воспитанников; организации образовательной деятельности по реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования; осуществлении взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников и работниками образовательного учреждения; методическом обеспечении воспитательно-образовательного процесса, владении информационно-коммуникационными технологиями и умением применять их в воспитательно-образовательном процессе;

1.3. Непрерывность профессионального развития педагогических работников образовательного учреждения обеспечивается освоением работниками образовательного учреждения дополнительных профессиональных образовательных программ профессиональной переподготовки или повышения квалификации (в объеме не менее 72 часов), не реже чем каждые пять лет в образовательных организациях, имеющих лицензию на осуществление образовательной деятельности по соответствующим дополнительным профессиональным образовательным программам;

Непрерывность профессионального развития педагогических работников обеспечивается также деятельностью методических служб разных уровней (регионального, муниципального уровня и уровня образовательного учреждения) и комплексным взаимодействием образовательных учреждений, обеспечивающим возможность восполнения недостающих кадровых ресурсов.

 2. Требования к материально-техническому обеспечению включают:

2.1. Требования к зданию (помещению) и участку образовательного учреждения (группы) в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами;

2.2. Требования к водоснабжению и канализации, отоплению и вентиляции здания (помещения) образовательного учреждения (группы) в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами;

2.3. Требования к набору и площадям образовательных помещений, их отделке и оборудованию в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами;

2.4. Требования к искусственному и естественному освещению помещений для образования детей в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами;

2.5. Требования к санитарному состоянию и содержанию помещений в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами;

2.6. Требования пожарной безопасности в соответствии с правилами пожарной безопасности;

2.7. Требования охраны жизни и здоровья воспитанников и работников образовательного учреждения, включающие:

соответствие состояния и содержания территории, здания и помещений образовательного учреждения санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной и электробезопасности, требованиям охраны труда воспитанников и работников;

наличие и необходимое оснащение помещений для питания воспитанников, а также для хранения и приготовления пищи; для организации качественного горячего питания воспитанников в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами;

оснащенность кабинетов, физкультурного зала, спортивных площадок, бассейна необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарем;

наличие необходимого оснащения помещений для работы медицинского персонала;

наличие в помещениях, в которых осуществляется образовательная деятельность в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения), здоровьесберегающего оборудования (зрительные тренажеры, приборы, улучшающие качество окружающей среды, аэроклиматические установки, оборудование, позволяющие удовлетворить потребность воспитанников в движении), используемого в профилактических целях;

наличие необходимого (в расчете на количество воспитанников) квалифицированного состава специалистов, обеспечивающих оздоровительную и коррекционную работу с детьми (учителя-логопеды, логопеды, воспитатели и инструкторы по физической культуре, педагоги-психологи, медицинские работники, педагоги дополнительного образования, учителя-дефектологи);

сформированность культуры здоровья педагогического коллектива образовательного учреждения (подготовленность педагогов по вопросам здоровьесберегающих методов и технологий; здоровьесберегающий стиль общения; образ жизни и наличие ответственного отношения к своему здоровью).

2.8. Требования архитектурной доступности, то есть возможности для беспрепятственного доступа детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов к объектам инфраструктуры образовательного учреждения.

3. Требования к учебно-материальному обеспечению содержат:

3.1. Требования к предметно-развивающей среде образовательного учреждения (группы), которые включают:

3.1.1. Соблюдение следующих принципов:

информативности, предусматривающего разнообразие тематики материалов и оборудования и активности воспитанников во взаимодействии с предметным окружением;

вариативности, определяющейся видом дошкольного образовательного учреждения, содержанием воспитания, культурными и художественными традициями, климатогеографическими особенностями;

полифункциональности, предусматривающего обеспечение всех составляющих воспитательно-образовательного процесса и возможность разнообразного использования различных составляющих предметно-развивающей среды;

педагогической целесообразности, позволяющей предусмотреть необходимость и достаточность наполнения предметно-развивающей среды, а также обеспечить возможность самовыражения воспитанников, индивидуальную комфортность и эмоциональное благополучие каждого ребенка;

трансформируемости, обеспечивающего возможность изменений предметно-развивающей среды, позволяющих, по ситуации, вынести на первый план ту или иную функцию пространства;

3.1.2. Комплексное оснащение воспитательно-образовательного процесса, обеспечивающее возможности:

осуществления не только образовательной деятельности, но и присмотра и ухода за детьми;

организации как совместной деятельности взрослого и воспитанников, так и самостоятельной деятельности воспитанников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности по освоению основной общеобразовательной программы дошкольного образования, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;

построения образовательного процесса с использованием адекватных возрасту форм работы с детьми. Основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра;

организации разнообразной игровой деятельности;

выявления и развития способностей воспитанников в любых формах организации образовательного процесса;

освоения детьми, в том числе детьми с ограниченными возможностями здоровья, основной общеобразовательной программы дошкольного образования и их интеграции в образовательном учреждении, включая оказание им индивидуально ориентированной психолого-медико-педагогической помощи, а также необходимой технической помощи с учетом особенностей их психофизического развития и индивидуальных возможностей;

учета национально-культурных, демографических, климатических условий, в которых осуществляется образовательный процесс;

использования образовательных технологий деятельностного типа;

эффективной и безопасной организации самостоятельной деятельности воспитанников;

физического развития воспитанников;

3.1.3. Учет полоролевой специфики и обеспечение предметно-развивающей среды как общим, так и специфичным материалом для девочек и мальчиков;

3.1.4. Создание предметно-развивающей среды с учетом принципа интеграции образовательных областей. Материалы и оборудование для одной образовательной области могут использоваться и в ходе реализации других областей;

3.2. Требования к играм, игрушкам, дидактическому материалу, издательской продукции, включающие:

3.2.1. В качестве ориентиров для подбора игр, игрушек, дидактического материала, издательской продукции (далее - игрушки и оборудование) выступают общие закономерности развития ребенка на каждом возрастном этапе;

3.2.2. Подбор оборудования осуществляется для тех видов деятельности ребенка, которые в наибольшей степени способствуют решению развивающих задач на уровне дошкольного образования (игровая, продуктивная, познавательно-исследовательская, коммуникативная, трудовая, музыкально-художественная деятельности, восприятие художественной литературы), а также с целью активизации двигательной активности ребенка;

3.2.3. Оборудование должно отвечать санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам, гигиеническим, педагогическим и эстетическим требованиям;

3.2.4. При подборе оборудования и определении его количества педагоги учитывают условия каждого образовательного учреждения: количество воспитанников в группах, площадь групповых и подсобных помещений;

3.2.5. Подбор оборудования осуществляется исходя из того, что при реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования основной формой работы с детьми и ведущей деятельностью для них является игра;

3.2.6. Оборудование для продуктивной деятельности представлено оборудованием для изобразительной деятельности и конструирования и оборудованием общего назначения:

набор оборудования для изобразительной деятельности включает материалы для рисования, лепки и аппликации;

оборудование для конструирования включает строительный материал, детали конструкторов разных видов, бумагу разных цветов и фактуры, а также природные и бросовые материалы;

3.2.7. Оборудование для познавательно-исследовательской деятельности включает объекты для исследования в реальном действии и образно-символический материал:

оборудование, относящееся к объектам для исследования в реальном времени, включает различные материалы для сенсорного развития. Данная группа материалов включает и природные объекты, в процессе действий с которыми дети знакомятся с их свойствами и учатся различным способам их упорядочивания;

группа образно-символического оборудования представлена специальными наглядными пособиями, репрезентирующими детям мир вещей и событий;

3.2.8. Материалы и оборудование для двигательной активности включают оборудование для ходьбы, бега и равновесия; для прыжков; для катания, бросания и ловли; для ползания и лазания; для общеразвивающих упражнений;

3.2.9. Требования к игрушкам для детей дошкольного возраста.

Игрушки для детей дошкольного возраста должны соответствовать техническому регламенту о безопасности продукции, предназначенной для детей и подростков.

Наиболее педагогически ценными являются игрушки, обладающие следующими качествами:

полифункциональностью. Игрушки могут быть гибко использованы в соответствии с замыслом ребенка, сюжетом игры в разных функциях, способствуя развитию творчества, воображения, знаковой символической функции мышления;

возможностью применения игрушки в совместной деятельности. Игрушка должна быть пригодна к использованию одновременно группой воспитанников (в том числе с участием взрослого как играющего партнера) и инициировать совместные действия - коллективные постройки, совместные игры;

дидактическими свойствами. Такого рода игрушки несут в себе способы обучения ребенка конструированию, ознакомлению с цветом и формой, могут содержать механизмы программированного контроля (некоторые электрифицированные и электронные игры и игрушки);

принадлежностью к изделиям художественных промыслов. Эти игрушки являются средством художественно-эстетического развития ребенка, приобщают его к миру искусства и знакомят его с народным художественным творчеством;

3.3. Требования к оснащению и оборудованию кабинетов (учителя-логопеда, учителя-дефектолога, педагога-психолога, медицинского, методического) и залов (музыкального, физкультурного) включают соответствие принципу необходимости и достаточности для организации коррекционной работы, медицинского обслуживания детей, методического оснащения воспитательно-образовательного процесса, а также обеспечение разнообразной двигательной активности и музыкальной деятельности детей дошкольного возраста;

3.4. Требования к техническим средствам обучения в сфере дошкольного образования включают общие требования безопасности, потенциал наглядного сопровождения воспитательно-образовательного процесса, возможность использования современных информационно-коммуникационных технологий в воспитательно-образовательном процессе.

 4. Требования к медико-социальному обеспечению включают:

4.1. Требования к медицинскому обслуживанию воспитанников в образовательном учреждении (группе).

Медицинское обслуживание воспитанников в образовательном учреждении обеспечивают органы здравоохранения. Медицинский персонал наряду с администрацией образовательного учреждения несет ответственность за здоровье и физическое развитие воспитанников, проведение лечебно-профилактических мероприятий, соблюдение санитарно-гигиенических норм, режима и обеспечение качества питания. Образовательное учреждение обязано предоставить помещение с соответствующими условиями для работы медицинских работников, осуществлять контроль их работы в целях охраны и укрепления здоровья воспитанников и работников образовательного учреждения <\*>;

<\*> [Пункт 25](http://www.consultant.ru/document/cons_s_9BDABCFC5A75829C05538A47C3F6BC5742CD4BCB37DDEE3E57AD85F4B1D2A8FF/) Типового положения о дошкольном образовательном учреждении, утвержденного Постановлением Правительства Российской Федерации от 12 сентября 2008 г. N 666 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2008, N 39, ст. 4432).

 4.2. Требования к формированию и наполняемости дошкольных групп.

Количество и соотношение возрастных групп детей в образовательном учреждении определяется учредителем исходя из их предельной наполняемости и гигиенического норматива площади на одного ребенка в соответствии с требованиями санитарно-эпидемиологических правил и нормативов;

4.3. Требования к прохождению профилактических осмотров персонала, работающего в образовательном учреждении (группе).

Педагогические работники образовательных учреждений обязаны проходить периодические бесплатные медицинские обследования, которые проводятся за счет средств учредителя <\*>;

<\*> [Пункт 3 статьи 51](http://www.consultant.ru/document/cons_s_3276BCC1414067771C4D6B316B9517ED02AEE9D0F5EF8586C0800AF3DCBED733/) Закона Российской Федерации от 10 июля 1992 г. N 3266-1 "Об образовании" (Ведомости Съезда народных депутатов Российской Федерации и Верховного Совета Российской Федерации, 1992, N 30, ст. 1797; Собрание законодательства Российской Федерации, 1996, N 3, ст. 150; 2004, N 35, ст. 3607; 2007, N 49, ст. 6070).

4.4. Требования к организации питания воспитанников в образовательном учреждении (группе) в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами;

4.5. Требования к организации оздоровления воспитанников в образовательном учреждении (группе) в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.

 5. Требования к информационно-методическому обеспечению включают:

5.1. Информационное обеспечение образовательного процесса, которое позволяет в электронной форме:

управлять образовательным процессом;

создавать и редактировать электронные таблицы, тексты и презентации;

формировать и отрабатывать навыки клавиатурного письма;

использовать интерактивные дидактические материалы, образовательные ресурсы;

проводить мониторинг и фиксировать ход воспитательно-образовательного процесса и результаты освоения основной общеобразовательной программы дошкольного образования;

осуществлять взаимодействие между участниками образовательного процесса, в том числе дистанционное (посредством локальных и глобальных сетей), использование данных, формируемых в ходе образовательного процесса для решения задач управления образовательной деятельностью;

осуществлять взаимодействие образовательного учреждения с органами, осуществляющими управление в сфере образования, с другими образовательными учреждениями и организациями.

Информационное обеспечение образовательного процесса предполагает наличие в образовательном учреждении квалифицированных кадров;

5.2. Методическое обеспечение образовательного процесса отвечает требованиям:

комплектности обеспечения образовательного процесса с учетом достижения целей и планируемых результатов освоения основной общеобразовательной программы дошкольного образования;

качества обеспечения образовательного процесса с учетом достижения целей и планируемых результатов освоения основной общеобразовательной программы дошкольного образования.

Методическое обеспечение образовательного процесса предусматривает создание методической службы (региональной, муниципальной, образовательного учреждения), основными задачами которой являются:

оказание помощи в развитии творческого потенциала педагогических работников образовательных учреждений;

удовлетворение информационных, учебно-методических, образовательных потребностей педагогических работников образовательных учреждений;

создание условий для организации и осуществления повышения квалификации педагогических и руководящих работников образовательных учреждений;

оказание учебно-методической и научной поддержки всем участникам образовательного процесса;

содействие выполнению целевых федеральных, региональных и муниципальных программ развития дошкольного образования.

 6. Требования к психолого-педагогическому обеспечению направлены на:

6.1. Формирование профессионального взаимодействия педагогов с детьми дошкольного возраста, которое основывается на:

субъектном отношении педагога к ребенку;

индивидуальном подходе, учете зоны ближайшего развития ребенка;

мотивационном подходе;

доброжелательном отношении к ребенку.

Образовательный процесс в образовательном учреждении должен включать как совместную деятельность взрослого с детьми, так и свободную самостоятельную деятельность воспитанников. Педагог должен уметь организовывать как ту, так и другую деятельность. В качестве ведущей деятельности детей дошкольного возраста признается игровая деятельность, что выдвигает определенные требования к педагогам по организации сюжетно-ролевой игры воспитанников в детском саду;

6.2. Сохранение психического здоровья воспитанников, мониторинг их развития, организацию развивающих занятий с детьми, направленных на коррекцию определенных недостатков в их психическом развитии. Психологическое сопровождение воспитательно-образовательного процесса осуществляется педагогом-психологом (либо состоящим в штате образовательного учреждения, либо являющимся сотрудником психолого-педагогических центров, медико-психолого-педагогических комиссий);

6.3. Обеспечение единства воспитательных, обучающих и развивающих целей и задач воспитательно-образовательного процесса;

6.4. Учет гендерной специфики развития детей дошкольного возраста;

6.5. Обеспечение преемственности с примерными основными общеобразовательными программами начального общего образования;

6.6. Построение взаимодействия с семьями воспитанников в целях осуществления полноценного развития каждого ребенка, создания равных условий образования детей дошкольного возраста независимо от материального достатка семьи, места проживания, языковой и культурной среды, этнической принадлежности;

6.7. Создание системы организационно-методического сопровождения основной образовательной программы дошкольного образования, которая обеспечивает:

6.7.1. Разделение воспитанников на возрастные группы в соответствии с закономерностями психического развития ребенка в онтогенезе: младенческий (от рождения до 1 года), ранний (от 1 года до 3 лет), младший (от 3 до 4 лет), средний (от 4 до 5 лет) и старший дошкольный (от 5 до 7 лет);

6.7.2. Направленность организационно-методического сопровождения основной общеобразовательной программы дошкольного образования на работу с детьми в зоне ближайшего развития и на организацию самостоятельной деятельности воспитанников.

Организационно-методическое сопровождение основной общеобразовательной программы дошкольного образования формируется таким образом, чтобы педагог мог пользоваться им для реализации ее содержания, и должно содержать подробные объяснения, как построить работу с воспитанниками при индивидуальной или групповой работе, а также как организовать самостоятельную деятельность воспитанников;

6.8. Соблюдение требований к взаимодействию образовательного учреждения (группы) с родителями (законными представителями) воспитанников.

Воспитатели и педагог-психолог находятся в постоянном контакте с родителями (законными представителями) воспитанников, объясняя им стратегию и тактику воспитательно-образовательного процесса.

Педагогические и медицинские работники консультируют родителей (законных представителей) по всем вопросам реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования.

Педагоги организуют помощь родителям (законным представителям) по вопросам развития ребенка (в том числе ребенка с ограниченными возможностями здоровья) и совместную деятельность детей и родителей (законных представителей) с целью успешного освоения воспитанниками основной общеобразовательной программы дошкольного образования.

 7. Требования к финансовому обеспечению позволяют:

обеспечивать государственные гарантии прав граждан на получение общедоступного и бесплатного дошкольного образования;

обеспечивать образовательному учреждению возможность выполнения федеральных государственных требований к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования и условиям ее реализации;

обеспечивать реализацию обязательной части основной общеобразовательной программы дошкольного образования и части, формируемой участниками образовательного процесса;

отражать структуру и объем расходов, необходимых для реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования, а также механизм их формирования.

Финансовое обеспечение реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования бюджетного и/или автономного учреждения осуществляется исходя из расходных обязательств на основе государственного (муниципального) задания учредителя по оказанию государственных (муниципальных) образовательных услуг в соответствии с федеральными государственными требованиями к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования и условиям ее реализации.

В случае реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования в казенном учреждении учредитель обеспечивает финансирование его деятельности на основе распределения бюджетных ассигнований по смете с учетом объемов доходов от приносящей доход деятельности.

Государственное (муниципальное) задание учредителя по оказанию государственных (муниципальных) образовательных услуг дошкольного образования должно содержать <\*>:

<\*> [Пункт 1 статьи 69.2](http://www.consultant.ru/document/cons_s_AAC63BC1E4F6C7C501F8E1EE774406CF3E5BEBE79545A59B304D3516548BFECE/) Бюджетного кодекса Российской Федерации (Собрание законодательства Российской Федерации, 1998, N 31, ст. 3823; 2007, N 18, ст. 2117; 2009, N 1, ст. 18).

 показатели, характеризующие качество и (или) объем (содержание) оказываемых государственных (муниципальных) услуг дошкольного образования, а также присмотра и ухода за детьми дошкольного возраста;

определение категорий физических и (или) юридических лиц, являющихся потребителями услуг дошкольного образования;

порядок оказания соответствующих услуг;

порядок контроля за исполнением государственного (муниципального) задания по оказанию услуг дошкольного образования, а также присмотра и ухода за детьми дошкольного возраста, в том числе условия и порядок его досрочного прекращения;

предельные цены (тарифы) на оплату услуг дошкольного образования, а также присмотра и ухода за детьми дошкольного возраста физическими или юридическими лицами в случаях, если законодательством Российской Федерации предусмотрено их оказание на платной основе, либо порядок установления указанных цен (тарифов) в случаях, установленных законодательством Российской Федерации;

требования к отчетности об исполнении государственного (муниципального) задания по оказанию услуг дошкольного образования, а также присмотра и ухода за детьми дошкольного возраста.

Государственное (муниципальное) задание учредителя по оказанию государственных (муниципальных) дошкольного образования, а также присмотра и ухода за детьми дошкольного возраста должно обеспечивать соответствие показателей объемов и качества предоставляемых образовательными учреждениями данных услуг размерам направляемых на эти цели средств соответствующих бюджетов бюджетной системы Российской Федерации. Показатели, характеризующие реализацию федеральных государственных требований к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования и условиям ее реализации при оказании образовательными учреждениями образовательных услуг, должны отражать их материально-техническое обеспечение, наличие и состояние имущества, квалификацию и опыт работников.

Государственное (муниципальное) задание на оказание образовательных услуг федеральными учреждениями, учреждениями субъекта Российской Федерации, муниципальными учреждениями формируется в порядке, установленном соответственно Правительством Российской Федерации, высшим исполнительным органом государственной власти субъекта Российской Федерации, местной администрацией муниципального образования, на срок до одного года в случае утверждения бюджета на очередной финансовый год и на срок до трех лет в случае утверждения бюджета на очередной финансовый год и плановый период (с возможным уточнением при составлении проекта бюджета) <\*>.

<\*> [Пункт 3 статьи 69.2](http://www.consultant.ru/document/cons_s_515EDDFAAD1DCB0237E69DDD914337DD0E350971EDD0C28CC5DD5891A2A2DC65/) Бюджетного кодекса Российской Федерации (Собрание законодательства Российской Федерации, 1998, N 31, ст. 3823; 2007, N 18, ст. 2117; 2009, N 1, ст. 18).

 Показатели государственного (муниципального) задания используются при составлении проектов бюджетов для планирования бюджетных ассигнований на оказание государственных (муниципальных) услуг (выполнение работ), составлении бюджетной сметы казенного учреждения, а также для определения объема субсидий на выполнение государственного (муниципального) задания бюджетным или автономным учреждением <\*>.

<\*> [Пункт 2 статьи 69.2](http://www.consultant.ru/document/cons_s_A156E2320EE61877A7767CD6200A1F6F50AA83D8D2153D8BEB29472FB1750305/) Бюджетного кодекса Российской Федерации (Собрание законодательства Российской Федерации, 1998, N 31, ст. 3823; 2007, N 18, ст. 2117; 2009, N 1, ст. 18).

 Финансовое обеспечение государственных гарантий на получение гражданами общедоступного и бесплатного дошкольного образования за счет средств соответствующих бюджетов бюджетной системы Российской Федерации осуществляется в государственных и муниципальных образовательных учреждениях на основе нормативов финансирования образовательных услуг, обеспечивающих реализацию для воспитанника основной общеобразовательной программы дошкольного образования в пределах федеральных государственных требований к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования и условиям ее реализации.

Финансовое обеспечение образовательной деятельности федеральных государственных казенных учреждений и финансовое обеспечение выполнения государственного задания государственными бюджетными и автономными образовательными учреждениями осуществляются на основе федеральных нормативов финансового обеспечения образовательной деятельности, образовательной деятельности государственных образовательных учреждений, находящихся в ведении субъектов Российской Федерации, и муниципальных образовательных учреждений - на основе региональных нормативов финансового обеспечения образовательной деятельности. Данные нормативы определяются по каждому типу, виду и категории образовательного учреждения, уровню образовательных программ в расчете на одного воспитанника, а также на иной основе <\*>.

<\*> [Пункт 2 статьи 41](http://www.consultant.ru/document/cons_s_0D8BC6E9033FEB507F08FFD319E7B1EF2340F45F0A0C1A8830416A067455CAE5/) Закона Российской Федерации от 10 июля 1992 г. N 3266-1 "Об образовании" (Ведомости Съезда народных депутатов Российской Федерации и Верховного Совета Российской Федерации, 1992, N 30, ст. 1797; Собрание законодательства Российской Федерации, 1996, N 3, ст. 150; 2007, N 49, ст. 6070).

 Осуществление бюджетным и/или автономным образовательным учреждением приносящей доход деятельности, а также привлечение средств за счет добровольных пожертвований и целевых взносов физических и (или) юридических лиц не влечет за собой снижение нормативов финансового обеспечения образовательных услуг за счет средств соответствующих бюджетов, бюджетной системы Российской Федерации <\*> .

<\*> [Пункт 9 статьи 41](http://www.consultant.ru/document/cons_s_58DC2B72C69B15F30ACD9C0960A4477EB46808B97382AB601A041E437348C8F8/) Закона Российской Федерации от 10 июля 1992 г. N 3266-1 "Об образовании" (Собрание законодательства Российской Федерации, 1996, N 3, ст. 150; 2002, N 26, ст. 2517; 2004, N 30, ст. 3086; N 35, ст. 3607; N 1, ст. 25; 2006, N 1, ст. 10; 2007, N 17, ст. 1932; N 44, ст. 5280; 2010, N 19, ст. 2291; N 50, ст. 6595).

 Органы местного самоуправления вправе осуществлять за счет средств местных бюджетов финансовое обеспечение предоставления дошкольного образования муниципальными образовательными учреждениями в части расходов на оплату труда работников образовательных организаций, расходов на учебники и учебные пособия, технические средства обучения, расходные материалы и хозяйственные нужды сверх норматива финансового обеспечения, установленного субъектом Российской Федерации <\*>.

<\*> [Пункт 4 статьи 41](http://www.consultant.ru/document/cons_s_5798048A74A27F7A7B14FBA863931EC8FF7B69621F16989D8346E7B8D0DDAB57/) Закона Российской Федерации от 10 июля 1992 г. N 3266-1 "Об образовании" (Собрание законодательства Российской Федерации, 1996, N 3, ст. 150; 2002, N 26, ст. 2517; 2004, N 30, ст. 3086; N 35, ст. 3607; N 1, ст. 25; 2006, N 1, ст. 10; 2007, N 17, ст. 1932; N 44, ст. 5280; 2010, N 19, ст. 2291; N 50, ст

**Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ**

В современных условиях все ускоряющегося темпа жизни и возрастания напряженности социальных отношений здоровье становится одним из основных условий успешности любого человека. Здоровье и развитие тесно взаимосвязаны, именно поэтому возрастает роль детского сада во всестороннем развитии детей. Физкультурно-оздоровительную работу коллектив начал с попытки определить понятие «здоровьесберегающие образовательные технологии». Если образовательные технологии отвечают на вопрос "как учить?", то логическим оказывается ответ: так, чтобы не наносить вред здоровью субъектов образовательного процесса.

Постановку задачи здоровье сбережения в образовательном процессе коллектив ДОУ рассматривал в двух вариантах – **задачи-минимум и задачи-оптимум**.

**Задача-минимум** отвечает фундаментальному принципу медицины и педагогики: "No nocere" ("не навреди") и заключается в обеспечении таких условий обучения, воспитания и развития, которые не оказывают негативного воздействия на здоровье субъектов образовательного процесса.

**Задача-оптимум**: обеспечить выпускнику ДОУ высокий уровень реального здоровья, сформировать культуру здоровья, тогда учеба в школе будет успешной и доставлять ребенку радость.

**Главные тезисы физического развития дошкольника:**

* Формирование представлений о здоровом образе жизни.
* Внедрение здоровьесберегающих технологий.
* Совершенствование двигательных навыков дошкольников.
* Воспитание потребности в физическом самосовершенствовании.
* Воспитание потребности в движении на основе «мышечной радости».
* Формирование представления о своем теле.
* Формирование умения адекватно реагировать на изменения окружающей среды, оберегать здоровье, избегать опасности.
* Использование разнообразных средств повышения двигательной активности детей на занятиях по физической культуре и самостоятельной деятельности.

В пособии собраны материалы практической работы в МБДОУ детский сад №1 «Колосок», помогающие осуществлять физкультурно-оздоровительную работу с детьми 3-7 лет.

**ЧАСТЬ 1**

**Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Блоки физкультурно-оздоровительной работы** | | **Содержание физкультурно-оздоровительной работы** |
| Создание условий для двигательной активности | | * Гибкий режим; * занятия по подгруппам; * оснащение (спортинвентарем, оборудованием, спортивных уголков в группах); * индивидуальный режим пробуждения после дневного сна; |
| Система двигательной активности | | * Утренняя гимнастика; * прием детей на улице в теплое время года; * физкультурные занятия; * двигательная активность на прогулке; * физкультура на улице; * подвижные игры; * физкультминутки на занятиях; * гимнастика после дневного сна; * физкультурные досуги, забавы, игры; * музыкально-ритмические движения; * игры, хороводы, игровые упражнения; * оценка эмоционального состояния детей с последующей коррекцией плана работы; * логоритмическая гимнастика |
| Система закаливания | В повседневной жизни | * утренний прием на свежем воздухе в теплое время года; * утренняя гимнастика (разные формы: оздоровительный бег, ритмика, ОРУ, игры); * облегченная форма одежды; * сон с доступом воздуха (+19 °С ... +17 °С); * солнечные ванны (в летнее время); * стопотерапия; * обширное умывание |
| Специально организованная | * (в теплое время года) обливание стоп * дорожка здоровья(в теплое время года) |
| Организация рационального питания | | * организация второго завтрака (соки, фрукты); * введение овощей и фруктов в обед и полдник; * питьевой режим |
| Диагностика уровня физического развития | | * диагностика уровня физического развития; * диспансеризация детей детской поликлиникой; * обследование логопедом |

**Комплекс мероприятий по физкультурно-оздоровительной работе**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Содержание** | **Группа** | **Периодичность** | **Ответствен.** | **Время** |
| **1** | ***Оптимизация режима*** | | | | |
| 1.1 | Организация жизни детей в адаптационный период и создание комфортного режима | 1-4 | Ежедневно | Ст.воспитатель, воспитатели | В течение года |
| 1.2 | Определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возрастных и индивидуальных особенностей  (Карты индивидуальных нагрузок по возрастам) | 1-4 | Однократно | медсестра,  воспитатели | В начале  года |
| **2** | ***Организация двигательного режима*** | | | | |
| 2.1 | Физкультурные занятия | 1-4 | 2 раза в неделю | Воспитатели | В течение года |
| 2.2 | Гимнастика пробуждения | 1-4 | Ежедневно | Воспитатели | В течение года |
| 2.3 | Спортпрогулки с включением подвижных игровых упражнений | 1-4 | 3 раза в неделю | Воспитатели | В течение года |
| 2.4 | Музыкально-ритмические занятия  (по плану муз.руководителя) | 1-4 | 2 раза в неделю | Муз.работник,  воспитатели | В течение года |
| 2.5 | Спортивный досуг | 1-4 | 1 раз в квартал | Воспитатели | В течение года |
| 2.6 | Оздоровительный бег | 3-4 | Ежедневно во время прогулок | Воспитатели,  медсестра | С апреля по ноябрь |
| 2.7 | Пальчиковая гимнастика | 1-4 | 3-4 раза в день | Воспитатели,  логопед | В течение года |
| 2.8 | Физкультминутки | 1-4 | Ежедневно во время  статичных занятий | Воспитатели | В течение года |
| **3** | ***Профилактика заболеваемости*** | | | | |
| 3.1 | Дыхательная гимнастика в игровой форме | 1-4 | 3 раза в день: на зарядке, на прогулке, после сна | Воспитатели | В течение года |
| 3.2 | Чесночно-луковые терапия | 1-4 | Ежедневно | медсестра,  воспитатели | Октябрь-апрель |
| **4** | ***Закаливание с учетом состояния здоровья ребенка*** | | | | |
| 4.1 | Воздушные ванны (облегченная одежда в группе, одежда соответствует сезону и погоде на прогулке) | 1-4 | Ежедневно | Воспитатели | В течение года |
| 4.2 | Прогулки на воздухе | 1-4 | Ежедневно | Воспитатели,  ст.медсестра,  ст.воспитатель | В течение года |
| 4.3 | Хождение босиком по «дорожке здоровья», игры с водой | 1-4 | Ежедневно | Воспитатели | Июнь-август |
| 4.4 | Умывание прохладной водой | 1-4 | Ежедневно | Воспитатели | В течение года |
| 4.5 | Водный душ | 1-4 | Ежедневно перед обедом | Воспитатели | Июнь-август |

**Система закаливающих мероприятий в ДОУ №1**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание** | **Возрастные группы** | | | | | | |
| **2-я младшая** | **средняя** | | **старшая** | | | **подготовительная** |
| **1.Элементы повседневного закаливания**  Воздушно – температурный режим: | В холодное время года допускаются колебания температуры воздуха в присутствии детей | | | | | | |
| От +210 до +19 0С | От +200 до +180С | | От +20 0 до +18 0С | | | От +20 0 до +18 0С |
| Обеспечивается рациональное сочетание температуры воздуха и одежды детей | | | | | | |
| Одностороннее проветривание  (в присутствии детей) | В холодное время года – кратковременно – 5-10мин  Допускается снижение температуры до 1-2 0С | | | | | | |
| Сквозное проветривание  (в отсутствии детей) | В холодное время года – кратковременно – 5-10мин  Критерием прекращения проветривания помещения является температура, сниженная на 2-30С | | | | | | |
| Утром перед приходом детей | К моменту прихода детей температура воздуха восстанавливается до нормальной. | | | | | | |
| Перед возвращением детей с дневной прогулки | В теплое время года проводится в течение всего периода отсутствия детей в помещении | | | | | | |
| +21 0С | +20 0С | | +20 0С | | | +20 0С |
| Во время дневного сна | +19 0С | +19 0С | | +19 0С | | | +19 0С |
| **2. Воздушные ванны**  Прием детей на воздухе | Не ниже 0оС | Не ниже 0оС | | Не ниже 0оС | | | Не ниже 0оС |
| Утренняя гимнастика | В холодное время года проводится ежедневно в группе, одежда облегченная - +18 0С  В теплое время года - на участке детского сада | | | | | | |
| Физкультурные занятия | +18 0С | | +18 0С | | +18 0С | +18 0С | |
| Два занятия в группе. Форма спортивная.  Одно занятие на воздухе. Одежда облегченная. | | | | | | |
| Прогулка | Одежда и обувь соответствует метеорологическим условиям в холодное время года | | | | | | |
| -5 0С | | -5 0С | | -10 0С | -10 0С | |
| Хождение босиком | Ежедневно в теплое время года при температуре воздуха от +20 0С и выше | | | | | | |
| Дневной сон | Обеспечивается состояние теплового комфорта, соответствие одежды;  Температура воздуха в помещении не менее +18 0 С | | | | | | |
| После дневного сна | В помещении группы температура на 1-2 0С ниже нормы | | | | | | |
| Гигиенические процедуры | Умывание, мытье рук до локтя водой комнатной температуры | | | | Умывание, обтирание шеи, мытье рук до локтя водой комнатной температуры | | |
| **3.Специальные закаливающие**  **воздействия** | Закаливание проводится на фоне теплового комфорта для организма ребенка, что достигается рациональным сочетанием метеорологических факторов среды, теплозащитных свойств одежды детей и уровня их двигательной активности. Учитываются индивидуальные особенности состояния ребенка и его эмоциональный настрой. | | | | | | |
| Игры с водой | Во время прогулки в летне-оздоровительный период | | | | Во время прогулки в летне-оздоровительный период | | |
| Дыхательная гимнастика в игровой форме | 3 раза в день: на зарядке, на прогулке, после сна | | | | 3 раза в день: на зарядке, на прогулке, после сна | | |  |

**Показатели физической подготовленности дошкольников**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Вид упражнения** | **Пол ребенка** | **3**  **года** | **4**  **года** | **5**  **лет** | **6**  **лет** | **7**  **лет** |
| Скорость бега на 10м с хода (сек) | мальчики | 3,5 – 2,8 | 3,3 – 2,4 | 2,5 – 2,1 | 2,4 – 1,9 | 2,2 – 1,8 |
| девочки | 3,8 – 2,7 | 3,4 – 2,6 | 2,7 – 2,2 | 2,5 – 2,0 | 2,4 – 1,8 |
| Скорость бега на 30м со старта (сек) | мальчики | 11,0 – 9,0 | 10,5 – 8,8 | 9,2 – 7,9 | 8,4 – 7,6 | 8,0 – 7,4 |
| девочки | 12,0 – 9,5 | 10,7 – 8,7 | 9,8 – 8,3 | 8,9 – 7,7 | 8,7 – 7,3 |
| Длина прыжка с места (см) | мальчики | 47 – 67,6 | 53,5 – 76,6 | 81,2 – 102,4 | 86,3 – 108,7 | 94 – 122,4 |
| девочки | 38,2 – 64 | 51,1 – 73,9 | 66 – 94 | 77,7 – 99,6 | 80 – 123 |
| Дальность броска правой рукой (м) | мальчики | 1,8 – 3,6 | 2,5 – 4,1 | 3,9 – 5,7 | 4,4 – 7,9 | 6,0 – 10,0 |
| девочки | 1,5 – 2,3 | 2,4 – 3,4 | 3,0 – 4,4 | 3,3 – 5,4 | 4,0 – 6,8 |
| Дальность броска левой рукой (м) | мальчики | 2,0 – 3,0 | 2,0 – 3,4 | 2,4 – 4,2 | 3,3 – 5,3 | 4,2 – 6,8 |
| девочки | 1,3 – 1,9 | 1,8 – 2,8 | 2,5 – 3,5 | 3,0 – 4,7 | 3,0 – 5,6 |
| Дальность броска набивного мяча весом 1кг из-за головы (см) | мальчики | 119 – 157 | 117 – 185 | 187 – 270 | 221 – 303 | 242 – 360 |
| девочки | 97 – 153 | 97 – 178 | 138 – 221 | 156 – 256 | 193 - 313 |
| Скорость бега (сек.) | 90м | - | - | 30,6 – 25,0 |  |  |
| 120м | - | - |  | 35,7 – 29,2 |  |
| 150м | - | - |  |  | 41,2 – 33,6 |

**Двигательный режим младшей группы**

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид деятельности** | **Продолжительность** |
| **Утренняя гимнастика** | Ежедневно в группе (в теплое время года – на участке), 5 мин |
| **Двигательные разминки** | Ежедневно во время 10 мин.перерыва между занятиями |
| **Физкультминутки** | Ежедневно во время статических занятий, 2-3 мин. |
| **Подвижные игры и физические упражнения на прогулке** | Ежедневно 15-20 мин. |
| **Индивидуальная работа по развитию движений** | 2 раза в неделю на прогулке 5-10 мин. |
| **Гимнастика после дневного сна** | Ежедневно 5-6 мин. |
| **Учебные занятия по физкультуре** | 2 раза в неделю по 15 мин. |
| **Спортпрогулка** | 3 раза в неделю по 10 -15 мин |
| **Физкультурный досуг** | 1 раз в квартал, 20-25 мин |
| **Самостоятельная двигательная активность** | Ежедневно под руководством воспитателя в помещении и на прогулке, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей |

**Двигательный режим средней группы**

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид деятельности** | **Продолжительность** |
| **Утренняя гимнастика** | Ежедневно в группе (в теплое время года – на участке), 5-6 мин |
| **Двигательные разминки** | Ежедневно во время 10 мин.перерыва между занятиями |
| **Физкультминутки** | Ежедневно во время статических занятий, 2-3 мин. |
| **Подвижные игры и физические упражнения на прогулке** | Ежедневно 15-20 мин. |
| **Индивидуальная работа по развитию движений** | 2 раза в неделю на прогулке 5-10 мин. |
| **Гимнастика после дневного сна** | Ежедневно 5-6 мин. |
| **Учебные занятия по физкультуре** | 2 раза в неделю по 20-25 мин. |
| **Спортпрогулка** | 3 раза в неделю по 15-20 мин |
| **Физкультурный досуг** | 1 раз в квартал, 20-25 мин |
| **Физкультурный праздник** | 2 раза в год, 45 мин. |
| **Самостоятельная двигательная активность** | Ежедневно под руководством воспитателя в помещении и на прогулке, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей |

**Двигательный режим старшей группы**

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид деятельности** | **Продолжительность** |
| **Утренняя гимнастика** | Ежедневно в группе (в теплое время года – на участке), 6-7 мин. |
| **Двигательные разминки** | Ежедневно во время 10 мин.перерыва между занятиями |
| **Физкультминутки** | Ежедневно во время статических занятий, 2-3 мин. |
| **Подвижные игры и физические упражнения на прогулке** | Ежедневно 20-25 мин. |
| **Индивидуальная работа по развитию движений** | 2 раза в неделю на прогулке 15 мин. |
| **Гимнастика после дневного сна** | Ежедневно 5-6 мин. |
| **Учебные занятия по физкультуре** | 2 раза в неделю по 30 мин. |
| **Спортпрогулка** | 3 раза в неделю по 15-20 мин. |
| **Физкультурный досуг** | 1 раз в месяц, 30 мин |
| **Физкультурный праздник** | 2 раза в год, 1 час |
| **Самостоятельная двигательная активность** | Ежедневно под руководством воспитателя в помещении и на прогулке, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей |

**Двигательный режим подготовительной группы**

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид деятельности** | **Продолжительность** |
| **Утренняя гимнастика** | Ежедневно в группе (в теплое время года – на участке), 6-7 мин |
| **Двигательные разминки** | Ежедневно во время 10 мин.перерыва между занятиями |
| **Физкультминутки** | Ежедневно во время статических занятий, 2-3 мин. |
| **Подвижные игры и физические упражнения на прогулке** | Ежедневно 20-25 мин. |
| **Индивидуальная работа по развитию движений** | 2 раза в неделю на прогулке 15 мин. |
| **Гимнастика после дневного сна** | Ежедневно 5-6 мин. |
| **Учебные занятия по физкультуре** | 2 раза в неделю по 35 мин. |
| **Спортпрогулка** | 3 раза в неделю по 20-25 мин |
| **Физкультурный досуг** | 1 раз в месяц, 35-40 мин. |
| **Физкультурный праздник** | 2 раза в год, 1 час |
| **Самостоятельная двигательная активность** | Ежедневно под руководством воспитателя в помещении и на прогулке, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей |

**Анкета для родителей**

**«Какое место занимает физкультура в Вашей семье»**

1. Ф.И.О., образование\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. Количество детей в семье\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
3. Кто из родителей занимается или занимался спортом? Каким?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
4. Есть ли в доме спортивный снаряд? Какой?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
5. Посещает ли Ваш ребенок спортивную секцию? Какую?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
6. Установлен ли для Вашего ребенка режим дня? (ДА, НЕТ)
7. Соблюдает ли ребенок этот режим? (ДА, НЕТ)
8. Делаете ли вы дома утреннюю гимнастику?(подчеркнуть)

Мама(да, нет) . Папа(да, нет) . Дети(да, нет).

Взрослый вместе с ребенком (да, нет). Регулярно, не регулярно.

1. Соблюдает ли Ваш ребенок дома правила личной гигиены?

(моет руки перед едой, после туалета, умывается, чистит зубы, моет ноги ).

1. Знаете ли Вы основные методы и принципы закаливания? Перечислите,пожалуйста\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. Проводите ли Вы дома с детьми закаливающие мероприятия?(ДА.НЕТ)
3. Кто из членов семьи чаще всего гуляет с ребенком\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
4. Гуляете ли Вы с ребенком после детского сада? (ДА, НЕТ, ИНОГДА)
5. Гуляет ли Ваш ребенок один, без взрослых? (ДА, НЕТ, ИНОГДА)
6. Виды деятельности ребенка после прихода из детского сада и в выходные дни:

- подвижные игры

- спортивные игры

- настольные игры

- чтение книг

- просмотр телепередач

- компьютерные игры

- рисование, конструирование

- занятия музыкой, танцами

-другое:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

СПАСИБО ЗА СОТРУДНИЧЕСТВО!

**Методические рекомендации для воспитателей**

**по формированию норм культурного поведения ребенка 5-6 лет**

**во время еды**

В подготовительной группе в процессе общений со взрослыми и сверстниками продолжается формирование навыков и привычек культурного и организованного поведения. Усложняются требования к поведению детей. Особое внимание воспитатель обращает на осознанность и обязательность выполнения правил детского сада, одним из которых является правило усвоения столового этикета.

В детском саду обучение правилам поведения за столом происходит как на специальных занятиях, так и ежедневно во время приема пищи. Дети знакомятся с разными видами посуды (кухонной, столовой, чайной) и столовых приборов, усваивают правила пользования ими. Чтобы полученные умения стали привычкой, потребностью ребенка, необходимо подкреплять их положительным примером взрослых – воспитателей и родителей. Чистота, порядок, красивая сервировка, неспешная совместная трапеза должны стать ежедневной нормой.

В настоящее время правила столового этикета стали общепринятыми формулами поведения во время приема пищи. Их можно условно разделить на несколько групп.

1. ***Как сидеть за столом*** (спину держать прямо, локти слегка прижать к туловищу, запястьями коснуться края стола, голову слегка наклонить, ноги поставить вместе, к столу вплотную не придвигаться; за стол нужно садиться в опрятном виде, с чисто вымытыми руками)

2. ***Как пользоваться столовыми приборами и принадлежностями*** (ложку держать в правой руке, подносят ко рту широкой стороной, ближе к зауженному краю, содержимое медленно выливают в рот; вилку можно держать и в правой, и в левой руке: в правой – когда стол сервирован только вилкой, в левой – когда вилкой и ножом; бумажной салфеткой пользуются один раз, при необходимости берут другую, а использованную, вытерев рот и пальцы и слегка скомкав, кладут по край тарелки)

3. ***Что, чем и как есть*** (суп едят ложкой, котлету – вилкой, макароны, омлет – только вилкой, ягоды – десертной ложкой и т.д.)

4. ***Как общаться за столом*** (говорить вполголоса, вежливо обращаться с просьбами – «Подайте, пожалуйста», «Будьте добры»; не говорить с полным ртом)

5***. Как правильно и красиво сервировать стол*** (учитывая законы сервировки и эстетики)

**Задачи обучения правилам столового этикета**

**в подготовительной к школе группе.**

1. Продолжать закреплять умение сохранять правильную позу во время еды
2. Совершенствовать умение сервировать стол в соответствии с ситуацией (завтрак, обед, чаепитие, ужин, день рождения, Новый год)
3. Совершенствовать теоретические знания о том, что, как и чем едят и соответствующие практические навыки.
4. Совершенствовать навыки общения за столом.
5. Продолжать формировать эстетический вкус, упражнять в умении сервировать стол, используя результаты своей творческой продуктивной деятельности

( вазочки, подставки, кольца для салфеток, именные таблички)

***Примерный перспективный план занятий***

***в подготовительной к школе группе***

***по столовому этикету***

|  |  |
| --- | --- |
| ***Месяц*** | ***Тема занятия*** |
| Сентябрь | «Что такое этикет?» |
| Октябрь | «Подружились нож и вилка» |
| Ноябрь | «Что чем и как едят? Накроем стол к завтраку, обеду, чаю (по меню)» |
| Декабрь | «Праздничный дизайн стола» |
| Январь | «Сервировка стола к чаю с бутербродами» |
| Февраль | «История возникновения скатерти и салфетки» |
| Март | Игра-викторина « «Что? Где? Когда?»( по теме) |
| Апрель | «Ждем гостей на сладкий стол» |

**Требования к занятиям по этикету:**

* ***Мотивационное обеспечение:*** привлекать тот или иной внешний мотив (подражание литературному персонажу, заслужить признание взрослого)
* ***Эстетическое обеспечение***: красота, гармоничность в подборе материалов.
* ***Форма организации:*** игры-занятия, занятия-практикумы.
* ***Особенности взаимодействия с детьми***: опора на их жизненный опыт, обеспечение понятного, интересного детям мотива деятельности на занятиях.

**Требования к воспитателю:**

* ***Компетентность (***знание правил столового этикета, грамотное планирование работы, ответственность за получение конкретных результатов)
* ***Грамотный показ образца*** применения привила(речевые формулы вежливости, пользование столовыми приборами, внешний вид, тактичность)
* ***Наличие общей культуры.***
* ***Доброжелательность*** в общении с детьми, способность вовремя оказать ребенку своевременную психологическую поддержку.
* ***Умение взаимодействовать с ребенком***.
* Способности в проведении ***просветительской работы среди родителей***.

**Ребенок 6-7 лет**

**Знает:**

\* наименование и назначение столовых приборов, блюд;

\* последовательность еды;

\* элементы сервировки стола ;

\* как подготовиться к еде (вымыть руки, привести себя в порядок);

\* что делать после еды (поблагодарить, прополоскать рот, помочь убрать со стола).

**Умеет:**

\* пользоваться ложками, вилками, ножами;

\* пользоваться салфетками;

\* быть аккуратным в еде ;

\* правильно сидеть за столом, тихо,

бесшумно есть;

\* спокойно ждать, когда подадут

следующее блюдо;

\* сервировать стол, используя скатерти,

салфетки, столовые приборы;

\* полностью самостоятельно готовиться

к еде и после нее выполнять все

необходимые гигиенические

процедуры.

**Организация дежурств.**

В подготовительной группе дети должны полностью овладеть навыками дежурства по столовой. Воспитатель показывает рациональные приемы работы, дает советы, приучает выполнять работу быстро, в определенный срок. Необходимо использовать и такой прием, как привлечение детей к анализу работы дежурных. Сначала педагог выслушивает суждения воспитанников и только затем высказывает свое мнение, обязательно отмечая причины успеха или неудачи.

Интерес к дежурству поддерживается у детей за счет расширения содержания труда дежурных ( например, красиво раскладывать салфетки в салфетницы, помогать няне принести из кухни хлеб, фрукты). Работу дежурных надо сочетать с организацией самообслуживания детей. Так, дежурные накрывают столы, а во время приема пищи дети самостоятельно складывают стопкой на середину стола освободившиеся тарелки и по окончании еды относят на хозяйственный стол чашки с блюдцами. При этом важно понаблюдать за тем, чтобы дети не задерживались возле раздаточного стола и не создавали там беспорядка. Этого не будет, если дети приучены с младшего возраста складывать посуду аккуратно.

Очень важен и дизайн одежды дежурных. Он должен соответствовать определенным требованиям:

- оригинальность,

- эстетичность,

- практичность,

- удобство,

- сочетание с оформлением группового помещения.

Дежурные назначаются воспитателем. Объединяя детей для дежурства, следует учитывать их навыки, особенности поведения и взаимоотношения. Списки дежурных хорошо составлять вместе с детьми. Очередность обговаривается заранее в начале года: дежурят «парами» или «тройками», дежурные меняются ежедневно или дежурят по 2 дня подряд. Логотипы «пары» или «тройки» дежурных выставляются в уголке дежурных.

Воспитатель должен продумать и оформление уголка дежурств: он должен быть лаконичным, ярким, понятный детям.

**Подготовка групповой комнаты к приему пищи.**

**Необходимо:**

* проветрить помещение и по возможности сохранить одностороннее проветривание в течение всего процесса еды;
* создать обстановку спокойного общения, настраивающего детей на еду;
* сервировка стола следующая: скатерть или салфетки под каждый прибор, гигиенические салфетки, тарелки для первого и второго блюда, столовые приборы (ложка, вилка, нож – по необходимости), хлебница;
* маркировка мебели в соответствии с ростовыми показателями:
* четырехместные столы установить не более чем в 2 ряда,

двухместные столы – не более чем в 3 ряда.

**Технология раздачи пищи:**

* сервировать столы младший воспитатель с помощью дежурных начинает после получения пищи, когда все дети занимаются гигиеническими процедурами, и заканчивает к моменту готовности первого ребенка приступить к еде;
* желательно использовать сервировочные тележки, на которых должна быть подготовлена столовая посуда и 1-е блюдо;
* когда воспитатель закончит работу с детьми в умывальной комнате, он подключается к организации приема пищи;
* надо знать объем порций для детей этого возраста (1-е блюдо – 200 г, 2-е блюдо – 200 г, напитки – 150-200 г, салат – 60 г), уметь порционировать пищу, красиво ее оформлять;
* желательно подачу каждого блюда сопровождать «сообщением» о том, как надо правильно его есть, в чем его основная польза;
* смену блюд производить после того, как ребенок съест предыдущее блюдо.
* после еды ребенок сразу же должен прополоскать рот и горло – через 4-5 мин. эта процедура не даст оздоровительного эффекта.

**Работа с родителями.**

***Анкета «Приятного аппетита!»***

*Нужные ответы подчеркнуть:*

**1.** Как Вы считаете, умеет ли Ваш ребенок правильно вести себя за столом?

Да - - - -Не всегда - - -Не умеет

**2.** Есть ли у вашего ребенка постоянное место за обеденным столом?

Да - - Нет

**3**. Существует ли в Вашем доме традиция семейных обедов?

Да - - Нет - - -Только по праздникам

**4.** Какой посудой и столовыми приборами пользуется Ваш ребенок во время еды (при необходимости дополнить):

Тарелка для первого блюда, тарелка для второго блюда, тарелка для хлеба, ложка, вилка, нож, чашка, блюдце, чайная ложка.

**5.** Пользуется ли Ваш ребенок салфеткой во время еды?

Часто - - -Иногда - - -Никогда **6**. Часто ли Ваш ребенок спрашивает, как правильно вести себя за столом?

Часто --- Иногда --- Никогда

**7.** Есть ли дома книги по вопросам этикета?

Да - - -Нет

Укажите, пожалуйста, какие.

*Благодарим Вас за сотрудничество!*

***Памятка для родителей***

**Ребенка следует:**

\* кормить в строго установленное время

\* не торопить во время еды, дать возможность тщательно пережевывать пищу

\* не кормить насильно

\* не отвлекать во время еды чтением или игрой

\* не поощрять за съеденное, не угрожать и не наказывать за несъеденное

**Надо приучать:**

* перед едой тщательно мыть руки
* есть только за столом
* правильно пользоваться столовыми приборами
* есть аккуратно, бесшумно, жевать с закрытым ртом
* после еды благодарить
* убирать за собой посуду и приборы или помогать взрослым.

**Требования СанПиН**

**к использованию посуды в группе и буфетной**

**(извлечения)**

**\* 2.10.8.** Столовая и чайная посуда выделяется для каждой группы. Она может быть изготовлена из фаянса, фарфора ( тарелки, блюдца, чашки), а столовые приборы (ложки, вилки, ножи) – из нержавеющей стали. Не допускается использовать посуду с отбитыми краями, трещинами, сколами, деформированную, с поврежденной эмалью, пластмассовую и приборы из алюминия.

Количество одновременно используемой столовой посуды и приборов должно соответствовать списочному составу детей в группе. Для персонала следует иметь отдельную столовую посуду.

Посуду хранят в буфете.

Посуду и столовые приборы моют в 2- или 3-гнездных ваннах, усыновленных в буфетных каждого группового помещения.

Столовая посуда после механического удаления остатков пищи моется с добавлением моющих средств (первая ванна ) с температурой воды не ниже 40о, ополаскивается горячей проточной водой с температурой не ниже 65о

( вторая ванна) с помощью гибкого шланга с душевой насадкой и просушивается на специальных решетках.

Чашки промывают горячей водой с применением моющих средств (первая ванна), ополаскивают горячей проточной водой (вторая ванна) и просушивают.

Столовые приборы после механической очистки и мытья с применением моющих средств (первая ванна) ополаскивают горячей проточной водой (вторя ванна). Чистые столовые приборы хранятся в предварительно промытых металлических кассетах в вертикальном положении ручками вверх.

При возникновении случаев инфекционных заболеваний проводится обеззараживание (дезинфекция).

Для обеззараживания посуды рекомендуется использование сухожарового шкафа, который устанавливают в каждой групповой ячейке. При его отсутствии для обеззараживания посуды в каждой группе следует иметь емкость с крышкой для замачивания посуды в дезинфицирующем растворе.

**\* 2.10.10.** Рабочие столы на пищеблоке и столы в групповых комнатах после каждого приема пищи моют горячей водой с моющими средствами специальной ветошью.   
Мочалки, щетки для мытья посуды, ветошь для протирания столов при осложненной эпидситуации кипятят в течение 15 мин. в воде с добавлением кальцинированной соды или замачивают в дизинфицирующем растворе, затем простирывают в конце дня с моющим средством, прополаскивают, сушат и хранят в специальной промаркированной таре.

**\* 2.10.11.** Пищевые отходы на пищеблоке и в группах собирают в промаркированные бачки с крышками, очистка которых проводится по мере заполнения их не более чем на 2/3 объема. Ежедневно в конце дня бачки независимо от наполнения очищают с помощью шлангов над канализационными трапами, промывают 2% раствором кальцинированной соды, а затем ополаскивают горячей водой и просушивают.

**\* 2.10.12.** В помещениях пищеблока ежедневно проводят уборку: мытье полов, удаление пыли и паутины, протирание радиаторов, подоконников, еженедельно с применением моющих средств проводят мытье стен, осветительной арматуры, очистку стекол от пыли и копоти и т.д. Один раз в месяц проводят генеральную уборку с последующей дезинфекцией всех помещений, оборудования и инвентаря.

**\* 2.10.13.** В помещениях пищеблока проводят санитарно-профилактические мероприятия по борьбе с мухами, тараканами и грызунами.

УПРОЩЕННАЯ МЕТОДИКА СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ

ПАЛЬЦЕВЫМИ УПРАЖНЕНИЯМИ

Это оригинальный способ сохранения и укрепления здоровья, основанный на трехтысячелетнем опыте китай­ской медицины. Проанализировав имеющуюся на русском языке литературу, составители сочли полезным включение следующих упражнений.

\* Ежедневные упражнения для активизации мыслительных процессов

Сгибание пальцев перед лицом

1. На уровне глаз складывают руки ладонями.
2. Схватывают кончики пальцев правой руки пальцами левой руки.

3. Схватывают кончики пальцев левой руки пальцами правой руки.

Прогибание пальцев

1. Перед грудью складывают руки ладонями.

2. Разом и быстро развертывают все пальцы друг от друга.

Сгибание и разгибание пальцев

1. Поднимают руки ладонями к себе.

2. Сгибают все пальцы один за другим, начиная от большого пальца правой руки.

\* Упражнения для снятия нервной усталости, раздражения и эмоционального напряжения

1. Катают орех круговыми движениями между ладонями, прижимая его с усилием.

2. Катают орех на тыльной стороне руки, прижимая его ладонью другой руки.\*

***\* Упражнение для усиления памяти***

Складывают большой и указательный пальцы кончика­ми вместе и с усилием прижимают их друг к другу. То же упражнение делают для большого и безымянного пальцев, большого и мизинца. Для каждой руки 20 раз.

#### *Пальчиковые игры.*

Очень важной частью работы по развитию мелкой моторики являются "пальчиковые игры". Игры эти очень эмоциональны, увлекательны. Они способствуют развитию речи, творческой деятельности. "Пальчиковые игры" как бы отображают реальность окружающего мира - предметы, животных, людей, их деятельность, явления природы. В ходе "пальчиковых игр" дети, повторяя движения взрослых, активизируют моторику рук. Тем самым вырабатывается ловкость, умение управлять своими движениями, концентрировать внимание на одном виде деятельности.

"Пальчиковые игры" - это инсценировка каких-либо рифмованных историй, сказок при помощи пальцев. Многие игры требуют участия обеих рук, что даёт возможность детям ориентироваться в понятиях "вправо", "влево", "вверх", "вниз" и т. д.

Дети от года до двух хорошо воспринимают "пальчиковые игры", выполняемые одной рукой.

Трехлетние малыши осваивают уже игры, которые проводятся двумя руками, например, одна рука изображает домик, а другая - кошку, вбегающую в этот домик.

Четырехлетние дошкольники могут играть в эти игры, используя несколько событий, сменяющих друг друга. Более старшим детям можно предложить оформить игры разнообразным реквизитом - мелкими предметами, домиками, шариками, кубиками и т.д.

|  |  |
| --- | --- |
| **МОЯ СЕМЬЯ**  Этот пальчик - дедушка,  Этот пальчик - бабушка,  Этот пальчик - папочка,  Этот пальчик - мамочка,  Этот пальчик - я,  Вот и вся моя семья!  **ПРЯТКИ**  В прятки пальчики играли  И головки убирали.  Вот так, вот так,  И головки убирали.  **ПАЛЬЧИК-МАЛЬЧИК**  - Пальчик-мальчик, где ты был?  - С этим братцем в лес ходил,  С этим братцем щи варил,  С этим братцем кашу ел,  С этим братцем песни пел.  **УЛЕЙ**  Вот маленький улей, где пчелы спрятались,  Никто их не увидит.  Вот они показались из улья.  Одна, две, три, четыре, пять! Ззззз!  **ЧЕРЕПАХА**  Вот моя черепаха, она живет в панцире.  Она очень любит свой дом.  Когда она хочет есть, то высовывает голову.  Когда хочет спать, то прячет её обратно.  **КАПУСТКА**  Мы капустку рубим, рубим,  Мы капустку солим, солим,  Мы капустку трем, трем,  Мы капустку жмём, жмём.  **ПЯТЬ ПАЛЬЦЕВ**  На моей руке пять пальцев,  Пять хватальцев, пять держальцев.  Чтоб строгать и чтоб пилить,  Чтобы брать и чтоб дарить.  Их не трудно сосчитать:  Раз, два, три, четыре, пять!  **МЫ РИСОВАЛИ**  Мы сегодня рисовали,  Наши пальчики устали.  Наши пальчики встряхнем,  Рисовать опять начнем.  **ПОВСТРЕЧАЛИСЬ**  Повстречались два котенка: "Мяу-мяу!",  Два щенка: "Ав-ав!",  Два жеребенка: Иго-го!",  Два тигренка: "Ррр!"  Два быка: "Муу!".  Смотри, какие рога.  **ЛОДОЧКА**  Две ладошки прижму  И по морю поплыву.  Две ладошки, друзья, -  Это лодочка моя.  Паруса подниму,  Синим морем поплыву.  А по бурным волнам  Плывут рыбки тут и там.  **РЫБКИ**  Рыбки весело резвятся  В чистой тепленькой воде.  То сожмутся, разожмутся,  То зароются в песке. | Поочередное сгибание пальцев,  начиная с большого.  По окончании покрутить кулачком.  Ритмично сгибать и разгибать пальцы. Усложнение: поочередное сгибание пальчика на обеих руках.  На первую строчку показать большие пальцы на обеих руках. Затем поочередно соединять их с остальными пальцами.  Пальцы сжать в кулак, затем отгибать их по одному.  На последнюю строчку резко поднять руки вверх с растопыренными пальчиками - пчелы улетели.  Движения прямыми ладонями вверх-вниз, поочередное поглаживание подушечек пальцев, потирать кулачок о кулачек. Сжимать и разжимать кулачки.  Имитация всех движений двумя руками  Ритмично сжимать и разжимать кулачки. На счет - поочередно загибать пальчики на обеих руках  Плавно поднять руки перед собой,  встряхивать кистями.  На каждую строчку соединять поочередно пальцы правой и левой рук, начиная с мизинца.  На последнюю строчку показать рога, вытянув указательные пальцы и мизинцы.  На первые строчки две ладони соединить лодочкой и выполнять волнообразные движения руками.  На слова "паруса подниму" - поднять выпрямленные ладони вверх.  Затем имитировать движения волн и рыбок.  Имитировать руками движения рыбок в соответствии с текстом. |

**ДРУЖБА**

|  |  |
| --- | --- |
| Дружат в нашей группе Девочки и мальчики. | Обхватить правой ладонью левую и, покачивать в ритме стихотворения, |
| Мы с тобой подружим Маленькие пальчики. | Обхватить левую ладонь правой и покачивать в ритме стихотворения |
| Один, два, три, четыре, пять. Пять, четыре, три, два, один. | Соединить пальчики обеих рук, начиная с большого. Затем соединять, начиная с мизинца. |

**МЫ ПИСАЛИ**

|  |  |
| --- | --- |
| Мы писали, мы писали, Наши пальчики устали. | ритмично сжимать и разжимать кулаки. |
| Вы скачите, пальчики, | пальчики " скачут" по столу |
| Как солнечные зайчики. | указательный и средний пальцы вытянуть вверх, остальные выпрямить и соединить. |
| Прыг скок, прыг скок, Прискакали на лужок. | пальчики "скачут" по столу. |
| Ветер травушку качает, Влево-вправо наклоняет. | - легкие движения кистями рук вправо влево |
| Вы не бойтесь ветра, зайки, | погрозить пальчиком. |
| Веселитесь на лужайке. | На последнюю помахать пальцами обеих рук |

**ЗАМОК**

|  |  |
| --- | --- |
| На дверях висит замок. | Пальцы в замочек, слегка покачивать |
| Кто его открыть бы смог? | "замочком" вперед-назад |
| Мы замочком повертели, | Повертеть "замочком" |
| Мы замочком покрутили | Пальцы остаются сомкнуты, а ладошки трутся друг о друга. |
| Мы замочком постучали, | Пальцы сомкнуты, а ладошки стучат друг о друга. |
| Постучали, и открыли! | Показать ладошки. |

**ЗАЙЦЫ**

Скачет зайка косой

Под высокой сосной.

Под другою сосной

Скачет зайка другой.

Указательный и средний пальцы правой руки вытянуть, остальные выпрямить и соединить. На вторую строчку - ладонь левой руки поднять вертикально вверх, пальцы широко расставить, на третью строчку - ладонь правой руки поднять вертикально вверх, пальцы широко расставлены. На последнюю строчку - указательный и средний пальцы левой руки вытянуть, остальные выпрямить и соединить.

**НА ПОСТОЙ**

Русская игра

Руки перед грудью, ладони сомкнуты. Мизинцы - дети *(говорят тоненьким голосом)*. Безымянные пальцы - мама *(говорит обычным голосом)*. Средние пальцы - папа *(говорит низким голосом)*. Указательные пальцы - солдаты *(говорят басом)*. Скрещенные большие пальцы - порог избы.

*Ночь, в избе все спят.*

*Раздается стук.*

Солдаты: Тук-тук! Указательные пальцы постукивают друг о друга.

Дети: Кто там? Постукивают друг о друга мизинцы

Солдаты: Два солдата пришли переночевать! Постукивают указательные пальцы

Дети: Спросим у мамы. Мама! Постукивают мизинцы

Мама: Что дети? Постукивают безымянные

Дети: Два солдата пришли переночевать! Постукивают мизинцы

Мама: Спросите у папы. Постукивают безымянные

Дети: Папа! Постукивают мизинцы

Папа: Что, дети? Постукивают средние пальцы

Дети: Два солдата пришли переночевать! Постукивают мизинцы

Папа: Впустите! Постукивают средние пальцы

Дети: Входите! Постукивают мизинцы

Солдаты: Ах, какая благодать, что пустили переночевать! Указательные пальцы "пляшут" совершая перекрестные движения

Солдаты: Войдем! Сомкнутые ладони поворачиваются пальцами к груди. Затем следует быстрый полуоборот рук так, чтобы соприкоснулись тыльные стороны ладоней.

*Руки вытягиваются вперед.*

**С ДОБРЫМ УТРОМ!**

|  |  |
| --- | --- |
| С добрым утром, глазки! Вы проснулись? | Указательными пальцами поглаживать глаза  Сделать из пальцев "бинокль" посмотреть в него |
| С добрым утром, ушки! Вы проснулись? | Ладонями поглаживать уши  Приложить ладони к ушам "Чебурашка" |
| С добрым утром, ручки!  Вы проснулись? | Поглаживать то одну, то другую ручки  Хлопки в ладоши |
| С добрым утром, ножки!  Вы проснулись? | Поглаживание коленок  Потопать ногами |
| С добрым утром, солнце!  Я - проснулся!  *(проснулась)* | Поднять руки вверх, посмотреть на солнце  *(посмотреть вверх)* |

**МАЛАНЬЯ**

|  |  |
| --- | --- |
| У Маланьи у старушки | Хлопки в ладоши, то правая, то левая рука сверху. |
| Жили в маленькой Избушке | Сложить руки углом, показать избушку. |
| Семь сыновей, | Показать семь пальцев. |
| Все без бровей, | Очертить брови пальцами. |
| Вот с такими ушами, | Растопыренные ладони поднести к ушам. |
| Вот с такими носами | Показать длинный нос двумя растопыренными пальцами. |
| Вот с такими усами, | Очертить пальцами длинные "гусарские" усы. |
| Вот с такой головой, | Очертить большой круг вокруг головы. |
| Вот с такой бородой! | Показать руками большую окладистую бороду |
| Они не пили, не ели, | Одной рукой поднести ко рту "чашку", другой - "ложку". |
| На Маланью все глядели, | Держа руки у глаз похлопать пальцами, как ресницами. |
| И все делали вот так. .. | Дети показывают загаданные действия |

**ГОСТИ** - Русская игра

Ладони сомкнуты перед грудью, пальцы левой руки плотно прижаты к пальцам правой руки.

- Мама, мама! Мизинцы четыре раза постукивают друг о друга.

- Что, что, что? Три раза постукивают друг о друга указательные пальцы.

- Гости едут! Постукивают мизинцы.

- Ну и что? Постукивают указательные пальцы.

- Здрасьте, здрастье! Средний и безымянный пальцы дважды перекрещиваются с теми же пальцами другой руки, обходя их то справа, то слева.

- Чмок, чмок, чмок! *(Гости целуются)* Средний и безымянный пальцы постукивают по тем же пальцам другой руки.

**БРАТЦЫ**

|  |  |
| --- | --- |
| Засиделись в избушке братцы. | Поднять руку, ладонь выпрямлена, пальцы сомкнуты. |
| Захотел меньшой прогуляться | Отвести вбок мизинец *(строго в плоскости ладони)* и задержать его в этой позиции на 2-3 секунды. |
| Да скучно ему гулять одному. | Мизинец чуть покачивается, затем возвращается на исходную позицию. |
| Зовет он братца вдвоем прогуляться. | Вбок отвести два прижатых друг к другу пальца: мизинец и безымянный; задержать их в этой позиции на 2-3 секунды. |
| Да скучно им гулять двоим. | Мизинец и безымянный чуть покачиваются, затем возвращаются в исходную позицию. |
| Зовут братца втроем прогуляться. | Отвести вбок три прижатых друг к другу пальца: мизинец, безымянный и средний. Задержать их в этой позиции на 2-3 секунды. |
| Грустно старшим сидеть в избе. | Большой и указательный пальцы четыре раза соединяются кончиками. |
| Зовут они братцев домой к себе. | Все пальцы соединяются в щепоть, рука расслабляется. |

При повторении игры работает другая рука. Когда движения станут привычными, можно попробовать играть двумя руками одновременно.

ГИМНАСТИКА ДЛЯ ГЛАЗ

**Проводится два раза в день для улучшения работы головного мозга**.

* Наложить ладони на закрытые глаза, не касаясь их. Согревать глаза центром ладони 30 секунд.
* Под закрытыми веками рисовать глазами круги — влево, вверх, вправо, вниз; затем круг в обратную сторону. Повторить 5 раз.
* Погладить пальцами веки, открыть глаза и быстро поморгать.
* И. п. — вытянуть правую руку прямо перед собой, кисть на себя. Смотреть на ноготь среднего пальца. Не поворачивая головы, следить за этим ногтем — рука пере­мещается вправо в сторону затем — влево. Сменить руку, все повторить по 5 раз каждой рукой медленно.
* И. п. см. упражнение 4. Медленно приблизить правую руку к носу, затем удалить. Повторить 10 раз.

**«Пчела - оса»**

Воспитатель и музыкальный руководитель встают в разных концах зала. У воспитателя в руках изображение пчелы на палочке, у второго педагога — осы. По звуковому сигналу «Пчела!» воспитатель поднимает пчелу, дети переводят на нее взгляд. На сигнал «Оса!» дети смотрят на осу голова должна находиться в фиксированном положении, двигаются только глаза.

«Солнышко и тучки»

Солнышко с тучками в прятки играло.

Посмотреть вправо-влево, вверх-вниз.

Солнышко тучки-летучки считало:

Серые тучки, черные тучки.

Легких — две штучки,

Тяжелых — три штучки.

Закрыть глаза ладонями.

Солнце на небе вовсю засияло.

Поморгать.

**«Елочка»**

*Дети берут в руку маленькую елочку*

*на палочке, четко проговаривая чистоговорку.*

*При выполнении гимнастики голова все время находится в одном положении, двигаются только глаза. Хором.*

**Ашу-ашу-ашу — Нарядим елку нашу.**

Передвигают елочку вправо-влево, прослеживая

дви­жение взглядом.

**Ишки-ишки-ишки - Вот золотые шишки.**

Поднимают елочку вверх и опускают вниз, следя за ней взглядом.

**Ош-ош-ош - Шар большой хорош**.

Рисуют глазами в воздухе круг.

**Ша-ша-ша - Елка тоже хороша.**

Рисуют глазами в воздухе елочку.

**«Белка»**

**Белка дятла поджидала,**

Дети резко перемещают взгляд вправо-влево.

**Гостя вкусно угощала:**

**— Ну-ка, дятел, посмотри —**

Перемещают взгляд вверх-вниз.

**Вот орехи: раз, два, три!**

**Пообедал дятел с белкой**

Помигивают.

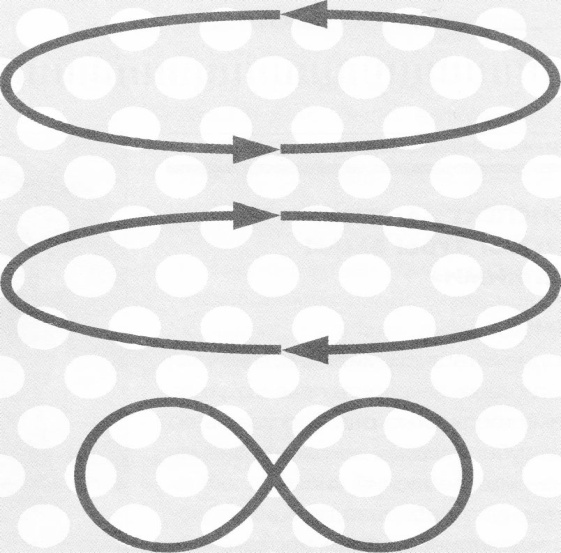
**И пошел играть в горелки.**

Закрывают глаза и поглаживают веки указательными пальцами.

**Упражнение для снятия усталости глаз**

Выпрямляют вверх большой палец правой руки, вытя­гивают руку вперед на уровне глаз и пристально смотрят на него в течение 10 секунд. Затем, оставляя большой палец в этом же положении, отводят правую руку впра­во, следя за кончиком большого пальца, не поворачивая головы, до тех пор, пока он не исчезнет из виду. Каждой рукой 2 раза.

**Комплекс упражнений для профилактики зрительного утомления**

В основу данного комплекса положены многолетние ис­следования и опыт внедрения в школы Красноярского края, Канады, Финляндии. Автор методик — доктор медицинских наук В. П. Базарный.

1. Развитие глазодвигательных мышц

Для проведения нужен рисунок размером 50x60 см, который может быть сделан на стене над доской,

на любой другой стене, на потолке. Схема выполнения упражнений видна по рисункам (см. справа). Каждое упражнение выполняется по 10-15 раз.

2. Сигнальные метки

В различных участках групповой комнаты, на полках фиксируются (подвешиваются) привлекающие внимание сигнальные метки. Это могут быть игрушки или красочные картинки.

Упражнение следует выполнять только в положении стоя. Педагог периодически дает соответствующие команды и под счет «один, два, три, четыре» дети быстро поочередно фиксируют взгляд на указанных зрительных точках, сочетая при этом движение головой, глазами, туловищем. Продол­жительность выполнения 1-2 минуты.

1. Бумажные офтальмотренажеры

* Пирамидки Задание: найди глазами две одинаковые пирамидки; со­считай, сколько во всех пирамидках колец красных, зеленых и т. д.; сколько всего колец.
* Тарелки Задание: найди две одинаковые тарелки; найди такую тарелку, где есть цвет, который в других не повторяется, и т. п.

**Гимнастика пробуждения - 1**

**(гимнастика после сна)**

****

****

****

**ГИМНАСТИКА ПРОБУЖДЕНИЯ - 2**

1. Потягивание рук и ног.
2. Подтягивание к груди согнутых колен с обхватом их руками и последующим выпрямлением.
3. Перекрестное движение рук и ног, поднятых перпендикулярно относительно туловища.
4. Покачивание согнутых колен в правую и левую стороны с противоположным движением рук.
5. «Воздушный велосипед».
6. Лежа на животе, руки вытянуты вдоль туловища, поднимать и опускать голову с прогибом спины.
7. Лежа на боку, упор на локти, делаем «ножницы» ногами.
8. Поглаживание рук и ног поочередно.

**Комплексы дыхательной гимнастики**

**для детей 3-4 лет**

1. **«Каша кипит»**

Исходное положение: сидя на скамейке

Упражнение: поднять прямые руки вверх – вдох;

медленно опускать руки вниз – выдох ( с произношением

звука **«ш- ш-ш»** до полного выдоха).

Руки опускать прямые. Повтор 4-5 раз

1. **«Комарик»**

Исходное положение: сидя верхом на скамейке, руки на талии.

Упражнение: Сделать вдох, затем повернуть туловище вправо (выдох)

На выдохе протяжно произнести звук **«з-з-з»(**подражая комару)до полного выдоха.

После этого вернуться в исходное положение(вдох) и то же движение повторить в другую сторону. Повтор 4-5 раз в каждую сторону.

1. **«Трубач»**

Исходное положение: сидя на скамейке, кисти рук сложить в трубочку, поднести ко рту

Упражнение: Вдохнуть и медленно, удлиненно выдохнуть воздух с

громким подражанием звуку трубы **«п-ф-ф-у»** (до конца

выдоха).

Повтор 4-5 раз.

1. **«Катание мяча»**

Исходное положение: стоя, ноги широко расставлены.

Упражнение: взять в обе руки большой резиновый мяч, поднять его вверх,

затем опустить на пол и толчком покатать по полу (выдох).

На выдохе громко произнести звук **«б-а-а-х».**

Повтор 7-8 раз.

**5. «Рубка дров»**

Исходное положение: стоя, ноги расставлены в стороны.

Упражнение: поднять руки вверх(пальцы переплетены вместе) – вдох

Нагнуться вперед – «удар топором»(руки вниз) – выдох

На выдохе произносить протяжно звук **«у-ух»**

Повтор 4-5 раз с небольшими интервалами

**Для детей 5-6 лет**

1. **«Ворона»**

Исходное положение: сидя на скамейке.

Упражнение: поднять руки через стороны вверх – вдох

Медленно опускать руки вниз – выдох

На выдохе громко произнести – **«к-а-а-р»**

Повтор 3-4 раза.

1. **«Гуси»**

Исходное положение: сидя на скамейке, руки к плечам

Упражнение: Сделать вдох, затем наклонить туловище вперед,

сделать длинный выдох, с произношением

звука **«г-а-а»** или **«г-о-о»**

Повтор 4-5 раз.

1. **«Аист»**

Исходное положение: стоя, ноги вместе.

Упражнение: поднять руки в стороны, одну ногу приподнять

и согнуть – вдох.

Медленно опустить руки и ногу – выдох.

На выдохе протяжно произнести звук **«ш-ш-ш».**

Повтор 3-4 раза.

**4. «Коршун»**

Исходное положение: стоя, ноги вместе, руки на голове – вдох

Упражнение: быстро присесть, руки опустить вниз, обхватить руками

колени – выдох. Сложиться в комочек. Длительно выдохнуть

с произношением **«ф-ф-ф».**

Повтор 3-4 раза.

**5.«Журавли»**

Исходное положение: ноги вместе, руки вниз.

Упражнение: поднять руки в стороны - (вдох),

опустить медленно вниз - (выдох) .

На выдохе громко произносить звук **«у-у-у-р-р».**

Повтор 3-4 раза.

**Для детей 6-7 лет**

1. **«Вырастем большими».**

Исходное положение: стоя, ноги вместе.

Упражнение: поднять руки вверх, хорошо потянуться,

подняться на носки(вдох), опустить руки вниз,

опуститься на всю ступню(выдох).

На выдохе произнести звук **«у-х-х-х».**

Повтор 4-5 раз.

1. **«Регулировщик».**

Исходное положение: стоя, ноги вместе.

Упражнение: одна рука поднята вверх, другая отведена в сторону.

Сделать вдох, затем поменять положение рук с удлиненным выдохом и произнести звук **«р-р-р»**

(подражая свистку милиционера).

Повтор 4-5 раз.

1. **«Пилим бревно».**

Исходное положение : стоя, ноги расставлены в стороны. Одна

рука согнута в локтевом суставе, пальцы собраны в кулак.

Упражнение: Движение рукой вперед-назад (подражание движению

пильщика дров): движение назад – вдох, движение вперед

– выдох. На выдохе громко и протяжно произносить

звук **«с-с-с-с».**

Повтор 5-6 движений попеременно каждой рукой.

1. **«Лягушки прыгают».**

Исходное положение: ноги вместе, руки на талии.

Упражнение: вдохнуть, после чего сделать прыжок двумя ногами вперед с одновременным выдохом и произношением звука **«КВАК».**

Сделать 10-15 прыжков



**Методика проведения прогулок в ДОУ**

Методические рекомендации по организации прогулки

Методика организации детей на прогулке

1. Значение прогулки как средства воспитания.

2. Участок детского сада и его оборудование.

3. Подготовка детей к прогулке.

4. Содержание деятельности детей на прогулке.

5. Целевые прогулки и их значение.

6. Анализ опыта работы лучших воспитателей по организации прогулки.

Литература.

1. Значение прогулки как средства воспитания

Пребывание детей на свежем воздухе имеет большое значение для физического развития дошкольника. Прогулка является первым и наиболее доступным средством закаливания детского организма. Она способствует повышению его выносливости и устойчивости к неблагоприятным воздействиям внешней среды, особенно к простудным заболеваниям.

На прогулке дети играют, много двигаются. Движения усиливают обмен веществ, кровообращение, газообмен, улучшают аппетит. Дети учатся преодолевать различные препятствия, становятся более подвижными, ловкими, смелыми, выносливыми. У них вырабатываются двигательные умения и навыки, укрепляется мышечная система, повышается жизненный тонус.

Прогулка способствует умственному воспитанию. Во время пребывания на участке или на улице дети получают много новых впечатлений и знаний об окружающем: о труде взрослых, о транспорте, о правилах уличного движения и т. д. Из наблюдений они узнают об особенностях сезонных изменений в природе, подмечают связи между различными явлениями, устанавливают элементарную зависимость. Наблюдения вызывают у них интерес, ряд вопросов, на которые они стремятся найти ответ. Все это развивает наблюдательность, расширяет представления об окружающем, будит мысль и воображение детей.

Прогулки дают возможность решать задачи нравственного воспитания. Воспитатель знакомит детей с родным городом, его достопримечательностями, с трудом взрослых, которые озеленяют его улицы, строят красивые дома, асфальтируют дороги. При этом подчеркивается коллективный характер труда и его значение: все делается для того, чтобы нашим людям жилось удобно, красиво и радостно. Ознакомление с окружающим способствует воспитанию у детей любви к родному городу. Малыши трудятся в цветнике - сажают цветы, поливают их, рыхлят землю. У них воспитывается трудолюбие, любовь и бережное отношение к природе. Они учатся замечать ее красоту. Обилие в природе красок, форм, звуков, их сочетание, повторяемость и изменчивость, ритм и динамика -- все это вызывает даже у самых маленьких радостные переживания.

Таким образом, правильно организованные и продуманные прогулки помогают осуществлять задачи всестороннего развития детей Для пребывания детей на свежем воздухе отводится примерно до четырех часов в день. Летом это время значительно увеличивается. Режим дня детского сада предусматривает проведение дневной прогулки после занятий и вечерней .

2. Участок детского сада и его оборудование.

Для осуществления задач всестороннего развития создаётся участок на территории детского сада для организации разнообразной деятельности детей. Большое значение имеет озелененный, в соответствии с педагогическими и гигиеническими требованиями спланированный и оборудованный участок. Желательно, чтобы каждая возрастная группа располагала отдельным участком, отгороженным от других групп кустарником. На этом участке выделяются места для проведения подвижных игр и развития движений детей (ровная площадка, для игр с песком, водой, строительным материалом, для творческих игр и игр с различными игрушками.

На участке должно быть оборудование для развития движений: заборчики для лазанья (трехгранные, четырехгранные и шестигранные, бревно для упражнения в равновесии, горка, инвентарь для упражнений в прыжках, метании. Все это должно иметь привлекательный вид, быть прочным, хорошо обработанным, закрепленным и соответствовать возрасту и силам детей. Кроме постоянного оборудования, на площадку выносятся игрушки, пособия в соответствии с намеченным планом работы. Игровые площадки заканчиваются дорожками, по которым дети могут кататься на велосипедах, автомобилях.

Помимо игровых площадок на участке необходимо иметь закрытые беседки для защиты от дождя и солнца.

В зимнее время на участке следует устроить горку, ледяные дорожки и снежные сооружения, каток (если позволяют условия) .

3. Подготовка детей к прогулке

Чтобы дети охотно собирались на прогулку, детей к прогулке воспитатель заранее продумывает ее содержание, вызывает у малышей интерес к ней с помощью игрушек или рассказа о том, чем они будут заниматься. Если прогулки содержательны и интересны, дети, как правило, идут гулять с большой охотой.

Одевание детей нужно организовать так, чтобы не тратить много времени и чтобы им не приходилось долго ждать друг друга. Для этого необходимо продумать и создать соответствующие условия. Для каждой группы нужна просторная раздевальная комната с индивидуальными шкафчиками и достаточным числом банкеток и стульчиков, чтобы ребенку было удобно сесть, одеть рейтузы или обувь и не мешать при этом другим детям.

Воспитатель должен научить детей одеваться и раздеваться самостоятельно и в определенной последовательности. Сначала все они одевают рейтузы, обувь, затем платок, пальто, шапку, шарф и варежки. При возвращении с прогулки раздеваются в обратном порядке. Малышей помогает одевать няня, давая, однако, им возможность самим сделать то, что они могут. Когда у детей выработаются навыки одевания и. раздевания и они будут делать это быстро и аккуратно, воспитатель только помогает им в отдельных случаях (застегнуть пуговицу, завязать шарф и т. п.) . Нужно приучать малышей к тому, чтобы они оказывали помощь друг другу, не забывали поблагодарить за оказанную услугу. Чтобы навыки одевания и раздевания формировались быстрее, родители должны дома предоставлять детям больше самостоятельности.

Когда большинство детей оденется, воспитатель выходит с ними на участок. За остальными детьми следит няня, затем провожает их к воспитателю. Выходя на прогулку, дети сами выносят игрушки и материал для игр и занятий на воздухе.

4. Содержание деятельности детей на прогулке

Содержание детей на прогулке зависит от времени года, погоды, предшествующих занятий, интересов и возраста.

Ведущее место на прогулке отводится играм, преимущественно подвижным. В них развиваются основные движения, снимается умственное напряжение от занятий, воспитываются моральные качества. Подвижная игра может быть проведена в начале прогулки, если занятия были связаны с долгим сидением детей. Если же они идут гулять после музыкального или физкультурного занятия, то игру можно провести в середине прогулки или за полчаса до ее окончания.

Выбор игры зависит от времени года, погоды, температуры воздуха. В холодные дни целесообразно начинать прогулку с игр большей подвижности, связанных с бегом, метанием, прыжками. Веселые и увлекательные игры помогают детям лучше переносить холодную погоду. В сырую, дождливую погоду (особенно весной и осенью) следует организовать малоподвижные игры, которые не требуют большого пространства.

Игры с прыжками, бегом, метанием, упражнениями в равновесии следует проводить также в теплые весенние, летние дни и ранней осенью.

Во время прогулок могут быть широко использованы бессюжетные народные игры с предметами, такие, как бабки, кольцеброс, кегли, а в старших группах -- элементы спортивных игр: волейбол, баскетбол, городки, бадминтон, настольный теннис, футбол, хоккей. В жаркую погоду проводятся игры с водой.

Полезны игры, при помощи которых расширяются знания и представления детей об окружающем. Воспитатель дает детям кубики, лото, поощряет игры в семью, космонавтов, пароход, больницу и др. Он помогает развить сюжет игры, подобрать или создать необходимый для нее материал.

Помимо подвижных игр и отдельных упражнений в основных движениях, на прогулке организуются и спортивные развлечения -(упражнения). Летом -- это езда на велосипеде, плавание (при наличии бассейна или водоема, зимой -- катание на санках, коньках, скольжение на ногах по ледяным дорожкам, ходьба на лыжах.

Во время прогулки необходимо уделять внимание трудовой деятельности детей. Содержание и формы ее организации зависят от погоды и времени года. Так, осенью дети собирают семена цветов, урожай на огороде, зимой могут сгребать снег, делать из него разные сооружения. Необходимо стремиться сделать детский труд радостным, помогающим малышам овладеть полезными навыками и умениями.

Трудовые задания должны быть посильны детям и вместе с тем требовать от них определенных усилий. Воспитатель следит, чтобы они выполняли свою работу хорошо, доводили начатое дело до конца.

Большое место на прогулках отводится наблюдениям (заранее планируемым) за природными явлениями и общественной жизнью. Наблюдения можно проводить с целой группой детей, с подгруппами, а также с отдельными малышами. Одних воспитатель привлекает к наблюдениям, чтобы развить внимание, у других вызывает интерес к природе или общественным явлениям и т. д.

Окружающая жизнь и природа дают возможность для организации интересных и разнообразных наблюдений. Например, можно обратить внимание на облака, их форму, цвет, сравнить их с известными детям образами. Следует организовать и наблюдения за трудом взрослых, которые работают вблизи детского сада, например за строителями.

Во время прогулки воспитатель следит за тем, чтобы все дети были заняты, не скучали, чтобы никто не озяб или не перегрелся. Тех детей, кто много бегает, он привлекает к участию в более спокойных играх.

Примерно за полчаса до окончания прогулки воспитатель организует спокойные игры. Затем дети собирают игрушки, оборудование. Перед входом в помещение они вытирают ноги. Раздеваются дети тихо, без шума, аккуратно складывают и убирают вещи в шкафчики. Надевают тапочки, приводят костюм и прическу в порядок и идут в группу.

5. Целевые прогулки и их значение

Воспитатель организует наблюдения детей за и их значение общественной жизнью и явлениями природы и за пределами участка. С этой целью организуются целевые прогулки.

В младшей группе целевые прогулки проводятся раз в неделю на небольшое расстояние, по улице, где находится детский сад. Со старшими детьми такие прогулки проводятся два раза е неделю и на более далекие расстояния.

Детям младшей группы воспитатель показывает дома, транспорт, пешеходов, средней -- здания общественного назначения (школа, Дом культуры, театр и т. п.) . Со старшими детьми проводятся целевые прогулки на другие улицы, в ближайший парк или лес. Дети знакомятся с правилами поведения в общественных местах и правилами уличного движения.

На целевых прогулках дети получают много непосредственных впечатлений об окружающем, расширяется их кругозор, углубляются знания и представления, развивается наблюдательность и любознательность. Движения на воздухе оказывают положительное влияние на физическое развитие. Длительная ходьба во время прогулки требует от детей определенной выдержки, организованности и выносливости.

Во время прогулок воспитатель проводит индивидуальную работу с детьми: для одних организует игру с мячом, метание в цель, для других -- упражнение в равновесии, для третьих -- спрыгивание с пеньков, перешагивание через деревья, сбегание с пригорков.

На прогулках осуществляется работа и по развитию речи ребенка: разучивание потешки или небольшого стихотворения, закрепление трудного для произношения звука и т. п. Воспитатель может вспомнить с детьми слова и мелодию песни, которую разучивали на музыкальном занятии.

В круглосуточных дошкольных учреждениях с детьми проводится и вечерняя прогулка. Участок при этом должен быть хорошо освещен. Основное место во время прогулки отводится самостоятельным играм детей.

6. Анализ опыта работы лучших воспитателей по организации прогулки

Часто понятие прогулка смешивают с такими понятиями, как экскурсия, игра, занятия спортом и трудом. Это происходит потому, что в обычной жизни прогулка часто сочетается с различными видами занятий на воздухе.

При работе в группе продленного дня предлагаем использовать виды прогулок, которые можно подразделить следующим образом:

ПРОГУЛКА НАБЛЮДЕНИЕ за

сезонными изменениями в природе;

особенностями растительного мира;

жизнью домашних и диких животных;

трудом и отдыхом людей.

ПРОГУЛКА- ЗАДАНИЕ, имеющая цель

поздравить товарищей или взрослых с праздником;

пригласить гостей на классное или школьное мероприятие;

известить население, родителей, товарищей о каком-нибудь событии или мероприятии;

оказать шефскую помощь.

ПРОГУЛКА-ЗАДАЧА, направленная на решение какой-нибудь практической задачи. Например, предлагается определить:

расстояние;

величину предмета;

высоту предмета;

его цвет;

крутизну склона;

направление и скорость ветра.

ПРОГУЛКА-ПОИСК. Во время этой прогулки учащиеся получают задание отыскать:

лекарственные травы;

сеянцы;

семена деревьев;

природный материал для гербария, коллекции и т. д.

ПРОГУЛКА-ПОХОД на:

скорость;

выносливость;

дисциплину;

внимание;

ориентирование на местности.

ПРОГУЛКА-ФАНТАЗИЯ должна представить возможность:

сделать зарисовку;

изготовить поделку из природного материала;

сплести венок, корзину;

составить букет из листьев, цветов, веток;

придумать сказку, стихотворение, рассказ.

ПРОГУЛКА-ПОКАЗ, ставит перед воспитателем самые разнообразные задачи. Познакомить и показать:

местные достопримечательности;

различные предметы и объекты;

редкие цветы, деревья, кустарники;

разнообразные свойства, признаки предмета.

ПРОГУЛКА-ПРАКТИКУМ, предусматривает закрепление знаний и умений учащихся:

по правилам дорожного движения;

по технике безопасности;

по трудовым навыкам;

по ориентированию;

по культуре поведения.

КОМБИНИРОВАННАЯ ПРОГУЛКА проводится в сочетании с:

играми;

спортивными занятиями;

трудом;

экскурсионной работой.

Прогулка проводится один раз в неделю до самоподготовки.

Ее продолжительность - 1, 5 часа. Воспитатель определяет три цели прогулки: познавательную, воспитательную, развивающую.

ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ

Определить вид прогулки.

Установить цель.

Разработать маршрут, ознакомиться с ним.

Выбрать место проведения.

Определить затраты времени на прогулку.

Разработать задание.

Наметить виды деятельности учащихся.

Составить конспект прогулки.

ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ПРОГУЛКИ

Предупредить о прогулке заранее, чтобы одежда и обувь соответствовали погоде.

Сообщить цель прогулки.

Рассказать о маршруте и заданиях.

Указать порядок следования по маршруту.

Назначить ответственных.

Провести инструктаж по ТБ.

### Организация физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.

Уважаемые коллеги, нам приходится регулярно участвовать в различных конкурсах и всегда возникает вопрос, как оформить материал, как составить доклад и т. д. В этом году у нас в городе Новый Уренгой стартовал Муниципальный смотр-конкурс на лучшую организацию физкультурно-оздоровительной работы среди дошкольных учреждений в 2011-2012 учебном году.

Предлагаю наш опыт работы, в результате которого работа нашего учреждения признана лучшей в городе на период 2011-2012 учебного года. Мы награждены переходящим кубком и дипломом. Это наша общая победа!

Надеюсь, что предложенный мною материал будет вам интересен и полезен для использования в работе.

1. Организация образовательного процесса

Особенностью организации образовательного процесса в МАДОУ ЦРР ДС «Загадка» в различных возрастных группах является учет климатогеографических факторов региона Крайнего Севера (региональная программа по теме «Комплексное формирование личности детей дошкольного возраста средствами физического воспитания, проживающих в климатогеографических условиях Крайнего Севера», разработанная авторской группой МАДОУ ЦРР ДС «Загадка» в рамках работы окружной экспериментальной площадки. Особое внимание уделяется проблемам физического воспитания детей дошкольного возраста, проживающих в условиях Крайнего Севера.

Физкультурно-оздоровительная работа выстроена в соответствии с содержанием программы и основывается на одном из самых главных принципов - учета климатических условий Крайнего Севера.

Учет сезонной периодизации дает нам возможность варьировать, т. е. снижать и повышать нагрузку в образовательных областях и вносить изменения в режимы дня пребывания дошкольников в ДОУ. Снижение нагрузки осуществляется за счет сокращения непосредственно образовательной деятельности в каждой возрастной группе на 5 мин в период «Входа в полярную ночь», на 10 мин - в период «Полярной ночи», и увеличения непосредственно образовательной деятельности соответственно в «Весенний» и «Летний» периоды.

Содержание психолого-педагогической деятельности по освоению детьми дошкольного возраста образовательных областей подробно раскрывается и представлено в комплексно-тематическом планировании «Погружение в образ».

Физическое направление включает в себя такие образовательные области, как «Физическая культура» и «Здоровье».

Физкультурные образовательные курсы для дошкольников 2-6 лет, проводятся 2 раза в неделю в спортивном зале. Третий физкультурный образовательный курс проводится педагогами групп в совместной не регламентированной деятельности с детьми на воздухе. Если погодные условия не позволяют проводить образовательный курс на воздухе, данный вид деятельности проводится в зале двигательной активности.

Нагрузка варьируется в соответствии с возрастом детей: в 1 мл. гр. – 10-15 мин. ; во 2-ой мл. гр. – 15-20 мин. ; в среднем возрасте – 20-25 мин. ; в старшем возрасте 25-30 мин. и в подготовительном возрасте – 30-35 мин.

В программе определено влияние сезонной периодизации региона Крайнего Севера на физический и психологический потенциал детей дошкольного возраста. Планируя двигательную активность по физвоспитанию, мы отмечаем отрицательное воздействие на организм, характеризующееся для определенного периода, учитываем положительное влияние и учитываем рекомендации, способствующие качественному и успешному проведению спортивно-игровой деятельности. Например, в «Осенний» период наблюдается снижение координационных и скоростных способностей, но при этом наблюдается высокая физическая и умственная работоспособность и высокий уровень общей выносливости. Поэтому мы постепенно увеличиваем количество движений аэробной направленности, работаем над развитием выносливости, предлагая детям игры с высокой двигательной активностью.

Особого внимания требует период «Полярной ночи», когда отмечается резкое снижение физической и умственной работоспособности и практически всех физических качеств, снижается объем двигательной активности и наблюдается естественная гиподинамия. Поэтому мы целенаправленно повышаем двигательную активность дошкольников, а также предлагаем упражнения, не требующие напряжения зрения, включаем комплексы упражнений для профилактики нарушения зрения и т. д.

Цель системы работы, предложенной в планировании, заключается в приобщении детей к здоровому образу жизни путем получения знаний, умений и навыков в области физической культуры, подкрепляя это движениями. Развивая физические качества и основные движения в спортивно-игровой деятельности, у детей формируются стойкие стимулы к занятиям физическими упражнениями.

**Общая структура спортивно-игровой деятельности включает в себя следующие элементы:**

• приветствие-формирование позитивного интереса и сплочение группы;

• разминка-средство воздействия на эмоциональное состояние участников, уровень их активности, поднятие настроения, либо снятие чрезмерного возбуждения;

• основная часть-комплекс спортивных игр и упражнений, направленных на решение задач занятия, свободная игровая деятельность;

• рефлексия занятия-оценка занятия в эмоциональном аспекте (как чувствует ребенок здесь и сейчас) ;

• прощание – эмоциональное сплочение группы.

Основными направлениями работы в младшем и среднем дошкольном возрасте является развитие эмоционально-волевой сферы в двигательно-игровой деятельности. У старших дошкольников идет работа над формированием морально-нравственных качеств личности в процессе организации спортивно-игровой деятельности. Активно используются игры, направленные на развитие психических процессов, с целью подготовки к обучению в школе. Чтобы сформировать интерес к занятиям физической культурой, мы используем в своей работе технологию, направленную на формирование мотивационно-потребностной сферы у детей дошкольного возраста посредством развития двигательного творчества.

Таким образом, инструктор по физической культуре использует специальные игры и спортивные упражнения, оказывающие всестороннее, комплексное воздействие на организм ребенка, способствуют не только физическому, но и нравственному, умственному, трудовому воспитанию дошкольников.

Образовательная область «Здоровье» включает в себя образовательный курс по обучению плаванию, который проводится инструктором по плаванию на основе совместной регламентированной деятельности 1 раз в неделю во вторую половину дня по медицинским показаниям.

Организация режима пребывания детей в дошкольном учреждении детально разработана и представлена в образовательных паспортах каждой возрастной группы.

Формирование потребности к здоровому образу жизни проходит во время совместной не регламентированной деятельности педагогами с детьми в утренние часы и во вторую половину дня. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей обеспечивается воспитателями и специалистами, как на основе совместной регламентированной деятельности, так и в совместной не регламентированной и самостоятельной деятельности детей в течение дня.

Педагоги в своей работе используют нетрадиционные формы физкультурно-оздоровительной работы с детьми: проводят утреннюю гимнастику на основе сюжетных и сюжетно-ролевых игр, ритмическую гимнастику, предлагают танцевальные упражнения, театрализованные игры с «погружением в образ», игровые занятия по формированию интеллектуальных ценностей физической культуры, самомассаж с использованием групповых форм работы, игровое экспериментирование с возможностями собственного тела на основе методов проблемного обучения, двигательные игротренинги.

В нашем учреждении уделяется особое внимание закаливающим процедурам. В период адаптации детей начинается применение сна без маек, воздушных ванн. После адаптационного периода проводятся сухое и влажное растирание, использование дорожек «Здоровья», ходьба босиком, обмывание рук до плеча, обмывание туловища до пояса после физкультурных занятий, контрастный душ во время занятий в бассейне и т. д. Закаливание проводится с учётом принципа постепенности и индивидуальности.

Регулярно в группах проходят игровые паузы, минутки здоровья, дни здоровья, спортивные путешествия по вестибюлям детского сада, игровая деятельность в спортивных уголках групп. Эффективно проходит организация третьего физкультурного занятия в форме спортивно-игровой деятельности на прогулке. Также педагоги предлагают дошкольникам подвижные игры с национальными особенностями народов Крайнего Севера, что позволяет приблизить детей к жизни коренного населения Ямала.

В соответствии с рабочим планом в этом учебном году была проведена неделя здоровья. Каждый день недели был обозначен спортивной тематикой: день бегуна, день прыгуна и т. д. Закончилась неделя здоровья спортивным досугом.

Для успешной реализации задач общеобразовательной программы необходимо изменение позиции педагогов по отношению к своему здоровью. Важными условиями для этого являются объединение формирующих воздействий извне и саморегулируемого здорового стиля поведения субъектов образовательного процесса, включенность педагогов в разнообразные формы здоровьесберегающей деятельности, формирование навыков самооценки физического, психического и социального здоровья, овладение индивидуальными технологиями самооздоровления, повышения эмоциональной устойчивости педагогов. С этой целью в нашем учреждении разработана программа психологической направленности, основной целью которой является предупреждение развития переутомления педагогов, снятие повышенного эмоционального состояния, умение правильно реагировать на стрессовые ситуации.

Программа лечебно-профилактической направленности реализуется с помощью проведения лечебно-профилактических процедур: фитотерапия, физиотерапевтические процедуры, массаж, самомассаж, кислородный коктейль и т. д.

Программа физкультурно-оздоровительной направленности представляет собой выполнение оздоровительных упражнений, которые можно выполнять в любое время, не прерывая воспитательный процесс, а также вместе с детьми. Так, в период «Недели Здоровья», в рамках программы «Здоровый сотрудник», для работников нашего учреждения было организовано спортивно-игровое шоу на тему «Бумажный бум».

В ДОУ организована факультативная работа:

- факультатив «Будь здоров», где работа направлена на повышение уровня физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста, принимающих активное участие в спортивных соревнованиях между детскими дошкольными учреждениями.

- факультатив «Потеха» по ритмической гимнастике способствует развитию музыкально-ритмических способностей, эмоционально-волевой сферы дошкольников.

Физическая подготовленность дошкольников прослеживается путем проведения мониторинга. В этом году уже на начало года показатели стартовой диагностики показывают положительную динамику развития основных видов движений и развития физических качеств детей 3-6 лет.

#### 2. ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА

В разделе организация режима пребывания детей в образовательном учреждении с учетом климатогеографических факторов региона Крайнего Севера, особое внимание уделяется лечебно-профилактической работе в ДОУ, которая строится на основе анализа заболеваемости, диагностических данных состояния здоровья детей, уровня их физического развития.

Разработана система физкультурно-оздоровительных мероприятий для детей с учетом возраста в режиме дня. Проводя оздоровительно-профилактические мероприятия, специалисты ДОУ поддерживают организм детей, снижают метеочувствительность на неблагоприятные факторы.

В период 2011-2012 учебного года в нашем учреждении реализуется план оздоровительно-профилактических мероприятий, с учетом сезонной периодизации.

Физкультурно-оздоровительные мероприятия проводятся, как для метеочувствительных детей, так и для детей, не относящихся к категории метеозависимых.

Вся оздоровительно-профилактическая работа разбита по месяцам и сезонным периодам, которые характеризуются продолжительностью около полутора-двух месяцев, стабилизацией показателей двигательной активности в «осеннем», «полярной ночи» и «весеннем» периодах, снижением в периоде «входа в полярную ночь» и повышением в периоде «выхода из полярной ночи».

Лечебно-профилактическая работа (составляющая вариативной части программы) строится на основе анализа заболеваемости, диагностических данных состояния здоровья детей, уровня их физического развития. Каждый период делим на три этапа:

А - подготовительный, Б - интенсивной профилактики, Г - реабилитационный.

С целью повышения неспецифической резистентности организма разработан комплексный план оздоровительно – профилактических мероприятий для метеозависимых детей с учетом сезонной периодизации. А также для предупреждения развития метеозависимости всем детям рекомендовано в течение всего года проводить следующие мероприятия: витаминотерапия; фитотерапия; ультрафиолетовое облучение; бифилайф; ежедневная ионизация воздуха; кабинка инфракрасного излучения и т. д.

Для осуществления медицинских и оздоровительных услуг в ДОУ применяются: диагностический аппаратный комплекс (АКДО, солярий, инфрадок (кабина инфакрасного излучения, массаж (оздоровительный, баночный, медовый, соединительный, локально – тепловые процедуры «Теплон», кислородный коктейль и мн. др.

В ДОУ проводятся лечебно - профилактические процедуры: полоскание горла, фитотерапия (сироп шиповника, настойка «Элеутерококка», аэрофитотерапия чайный напиток «Поливитамин» и мн. др., физиотерапевтические процедуры, массаж, самомассаж, ЛФК, витаминотерапия, кислородный кок-тель и т. д.

Врачебный контроль осуществляет врач-педиатр, старшая медицинская сестра, медсестра бассейна, медсестра физиокабинета, медсестра ДОУ осуществляют медицинскую и оздоровительно-профилактическую работу на основании лицензии на проведение медицинской деятельности.

Проводимые мероприятия способствуют снижению заболеваемости детей, а также эффективности проведения физкультурно-оздоровительной деятельности в ДОУ, что способствует формированию здорового образа жизни участников процесса.

#### 3. РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ

Одним из разделов обязательной части ООП является деятельность ДОУ по взаимодействию с семьями воспитанников, где на каждом возрастном этапе раскрываются задачи, цели и основные направления работы.

Мы сотрудничаем с родителями и по необходимости, оказываем им помощь в решении интересующих вопросов по оздоровлению детей, привлекаем их к участию в совместных физкультурно-оздоровительных мероприятиях, проводим физкультурные досуги и праздники, консультации, индивидуальные беседы, приглашаем родителей для участия в выступлениях на родительских собраниях с докладами о физических умениях и навыках детей, о значимости совместной двигательной деятельности с дошкольниками и т. д. В детском саду продолжает свою работу детско-родительский клуб «Здоровейка», где два раза в неделю, в вечернее время дети вместе с родителями приходят в спортивный зал, чтобы вместе поиграть. Цель клубной работы заключается в том, чтобы способствовать гармонизации детско-родительских отношений в процессе совместной двигательно-игровой деятельности.

Результат проводимой работы в нашем учреждении очевиден-в этом учебном году наши воспитанники и их родители являются активными участниками массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий, организованных образовательным учреждением, это:

Участие в городском Личном Первенстве по легкоатлетическому кроссу 17.09.2011г. – участников -7; 1 место – Паламарчук Саша.

Участие во Всероссийском дне бега «Кросс нации - 2011» на территории Ямало-Ненецкого автономного округа в городе Новый Уренгой 25.09.2011г. (распоряжение Администрации г. Новый Уренгой от 21.09.2011г. № 1665 - р.) – Барт София – бронзовый призер. Участников: детей 11; педагогов-12; родителей – 2.

Участие в IV Спартакиаде среди детских дошкольных учреждений муниципального образования город Новый Уренгой «Старты надежд» 2011-2012г. : легкоатлетическая эстафета; комбинированная эстафета; прыжки в длину с места; метание мяча; соревнования по мини-футболу.

Являемся победителями в соревнованиях по плаванию в IV Спартакиаде среди детских дошкольных учреждений муниципального образования город Новый Уренгой «Старты надежд» 2011-2012г.

Участие в городских Личных спортивных соревнованиях по общей физической подготовке среди учащихся 2002-2005г. р. 21.01.12г. – участие – 4 чел.

Всего приняли участие в соревнованиях более 20 воспитанников.

Как выпускники, так и дети, посещающие детский сад являются активными участниками городских спортивных клубов и секций, таких как спортивно-оздоровительный клуб «Контакт», «Сибирские медведи», школа дополнительного образования «Истоки» и др. В этом году это более 25 воспитанников.

В соответствии с годовым планом работы в дошкольном учреждении для детей и их родителей были организованы и проведены спортивно-массовые праздники и развлечения:

- СП «Военно-воздушный парад для родителей и ребят» - 14 родителей;

- Спортивный конкурс «Папа, мама, я – спортивная семья» с участием д. с. «Огонек» - 4 семейные команды;

- СП «Военно-спортивные учения с Незнайкой и Карлсоном»-11 родителей;

- Спортивный досуг «На Севере у медвежонка Умки» -2 мл. гр. -подгот. гр.

- Спортивные игры «Приключения со сказочными героями» и мн. др.

Пропаганда и освещение физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в дошкольном учреждении начинается с центрального входа, где периодически мы представляем детские рисунки на спортивную тематику. Вестибюли детского сада оформлены фотоколлажами, фотогазетами, изготовленными детьми вместе с родителями и педагогами. В детском саду имеется стенд на тему «Наши достижения», где помещены грамоты и дипломы, подтверждающие участие воспитанников в различных спортивных мероприятиях. Рекламная информация оформлена на стенде «В кругу семьи», а также в рекреации спортивного зала.

В группах можно увидеть различные наглядные агитационные материалы в виде фотогазет, папок-передвижек, коллажей, рисунков на спортивную тематику. По итогам проведения спортивных мероприятий, мы регулярно выпускаем фотогазеты, проводим конкурсы рисунков.

Анализ результатов анкетирования родителей показывает высокий уровень их удовлетворенности организацией образовательного процесса по физической культуре.

4. Трансляция опыта работы.

Являясь окружной экспериментальной площадкой, педагоги ДОУ показывают открытые занятия.

В этом учебном году наши педагоги являются авторами публикаций, включенных в материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». (ФГОУ ВПО КГУФКСТ, 2011. Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста» (30 марта 2011 года, г. Краснодар) [Текст]/ред. колл. С. М. Ахметов, Г. Д. Алексанянс, Ю. К. Чернышенко, Б. Ф. Курдюков, В. А. Баландин. – Краснодар: КГУФКСТ, 2011. – 235с.

История возникновения метода проектов.

2        Значение проектной деятельности, ее особенности.

3     Классификация проектов, используемых в работе дошкольных учреждений.

4     Уровни развития проектной деятельности дошкольников.

1 История возникновения метода проектов

С самого рождения ребенок является первооткрывателем, исследователем того мира, который его окружает. Всем хорошо известно, что дошколят называют «почемучками». Но самостоятельно ребенок еще не может найти ответы на все интересующие его вопросы – ему помогают педагоги и родители. Во всех дошкольных учреждениях, наряду с объяснительно-иллюстративным методом обучения, воспитатели и педагоги дополнительного образования используют методы проблемного обучения: вопросы, развивающие логическое мышление, моделирование проблемных ситуаций, экспериментирование, опытно-исследовательскую деятельность, решение кроссвордов, шарад, головоломок и так далее. Однако такой подход носит фрагментарный, эпизодический характер: логические задания практикуются лишь на отдельных занятиях по математике, ознакомлению с окружающим, развитию речи или конструированию.

Дошкольное учреждение, являясь важным компонентом системы образования, не может быть вне процессов обновления. Интенсивное изменение окружающей жизни, активное проникновение научно- технического прогресса во все ее сферы диктуют педагогу необходимость выбирать более эффективные средства обучения и воспитания на основе современных методов и новых интегрированных технологий. Одним из перспективных методов, способствующих решению этой  проблемы,  является метод проектной  деятельности.

Метод проектной деятельности не является принципиально новым, он был разработан в начале ХХ столетия американским философом, психологом и педагогом Джоном Дьюи (1859-1952). По мнению Д. Дьюи, обучение должно строиться « на активной основе через целесообразную деятельность в соответствии с их личными интересами и личными ценностями. Чтобы ребенок воспринимал действительно нужные ему знания, изучаемая проблема должна быть взята из реальной жизни и  быть значимой,  прежде всего для ребенка, а ее решение должно требовать от него познавательной активности и умения использовать имеющиеся знания для получения новых. Американский педагог У.Х.Кильпатрик считал, что использование проектов подготавливает ребенка к жизни, помогает организовать жизнь в настоящем. Проектное обучение рассматривалось с различных позиций: как средство формирования творческих способностей (П.П.Блонский), развития мышления(П.Ф.Каптерев),самостоятельности и активности, связи образования с практикой, как средство подготовки к  профессиональной деятельности(А.С.Макаренко). Детская субкультура - огромный мир, живущий по своим законам, не всегда понятным взрослым. Для ребенка характерна колоссальная жажда жизни, что ярко проявляется в его потребности в активных действиях, в общении, самовыражении, разнообразных впечатлениях. На основе анализа работ  отечественных ученых (Запорожец,Д.Эльконин,М. Лисина, Г.и Е. Кравцовы и др) Н.Подъяков(1996) выделил 2 типа детской активности:

1. собственную активность ребенка, полностью определяемую им самим, его внутренним содержанием;
2. активность ребенка, стимулируемую взрослым.

А.Эйнштейн в начале 30-х годов ХХвека заметил: «….дети любят искать, сами находить. В этом их сила. Они всегда чувствуют себя Колумбами, не устают удивляться многочисленным чудесам живой жизни. Может быть самое трудное – научить их понимать других людей, не всегда похожих на тебя, познавать глубину каждого. Мы часто перегружаем детей книгами, впечатлениями, не помогаем им отбирать то главное, что ведет в глубину своих собственных мыслей и творчества. Детям нужно гораздо больше свободы, возможности познать себя». Наш современник психолог Д. И. Фельдштейн, исследуя особенности взаимоотношений мира взрослых и мира детей, пришел к выводу: новые формы их со- деятельности, со- творчества позволяет найти источник не только эмоционально насыщенных переживаний, но и развития. таким источником может стать проект, суть которого- свобода участников в выражении субъективного мнения, в выборе как содержания деятельности, так и средств решения проблемы.

2 Значение проектной деятельности, ее особенности

 Проектная  деятельность- это самостоятельная и совместная деятельность взрослых и детей по планированию и организации педагогического процесса в рамках определенной темы, имеющая социально значимый результат. Это метод педагогически организованного освоения ребенком окружающей среды, - это звено в системе воспитания, в цепи развивающей личность  программы.

Почему именно это направление инновационной деятельности                                                   привлекло внимание и воспитателей?

1. Технология « метода проектов», где отношения  «ребенок-взрослый» уникальны, строятся  на соучастии в деятельности,- это общение на равных. В проектной деятельности ребенок сталкивается с необходимостью проявлять свою   «самостоятельность», когда, отстаивая свою точку зрения перед другими дошкольниками, взрослыми; ищет компромисс, согласовывая свою цель, установки  с другими. Педагог ведет ребенка к соучастию постепенно: от наблюдений за его деятельностью к эпизодическому участию в ней. Затем к партнерству, и, наконец, к сотрудничеству.
2. В процессе проектирования ребенок может выступать не только как заказчик и исполнитель, но и как эксперт. Педагог ведет детей, опираясь на возрастные и типологические особенности развития, осуществляя личностно ориентированное взаимодействие и индивидуально- дифференцированный подход. Так, в младшем возрасте ребенок преимущественно наблюдает за деятельностью взрослых, в  среднем - эпизодически участвует и вступает в партнерские отношения, в старшем - сотрудничает с детьми и взрослыми.
3. В совместной деятельности коллективные переживания сближают детей друг с другом и со взрослыми, способствуют улучшению микроклимата в группе. Образец креативного  поведения взрослого в  нерегламентированной ситуации способствует формированию и проявлению творчества ребенка. Воспитатели, активно использующие проектную технологию, отмечают, что в этих условиях можно лучше узнать воспитанников, проникнуть в их внутренний мир, выстроить наиболее тесное сотрудничество с родителями детей.
4. В результате общения со взрослыми ребенок удовлетворяет свои потребности в  новых впечатлениях, информации, проявляя поисковое поведение в разных ситуациях.

В последнее время отмечается тенденция увеличения числа детей, которые не хотят идти в школу; успеваемость падает, отсутствует положительная мотивация к занятиям; в школе все больше интеллектуально пассивных детей, которые избегают мыслительной деятельности. Одна из причин - отсутствие познавательного интереса, который должен быть сформирован в дошкольные годы. Развитие познавательного интереса отвечает собственным запросам ребенка. Подавление детской активности блокирует поисковое поведение, из-за чего и развивается пассивная позиция в будущем, в школе и жизни. Т.о., технология проектов развивает творческие способности ребенка, дает выход его внутренним возможностям, способствует развитию познавательного интереса.

Проектная деятельность выступает именно как проектная в том случае, если прямое, натуральное действие оказывается невозможным. Н-р, если ребенок захотел что-то нарисовать, потом взял карандаш, лист бумаги и осуществил свой замысел, то это не будет являться проектной деятельностью – все действия ребенка выполнены в рамках традиционной продуктивной деятельности.

Отличие проектной деятельности от продуктивной состоит в том, что дошкольник исследует различные варианты выполнения поставленной задачи, выбирает оптимальный способ по определенным критериям, т.е. отчетливо определяет, что ему нужно сделать.

 Спецификой проекта является его комплексный интегрированный характер (н-р: взаимосвязь экологического воспитания с эстетическим, экономическим воспитанием; практическая направленность, включение ребенка в творческую деятельность, организация взаимодействия ребенка социальной городской средой). Реализация проекта осуществляется в игровой форме, включением детей в различные виды творческой и практически значимой деятельности, в  непосредственном  контакте с различными объектами социальной среды( экскурсии, встречи с людьми разных профессий, игры на объектах социальной среды, практически полезные дела). Основной целью проектного метода в дошкольных учреждениях является развитие свободной творческой личности ребенка, которое определяется задачами развития и задачами исследовательской деятельности детей.

Задачи развития:

1. обеспечение психологического благополучия и здоровья детей;
2. развитие познавательных способностей;
3. развитие творческого воображения;
4. развитие творческого мышления;
5. развитие коммуникативных навыков.

Задачи исследовательской деятельности специфичны для каждого возраста.

В младшем дошкольном возрасте это:

вхождение детей в проблемную игровую ситуацию (ведущая роль педагога);

активизация желания искать пути разрешения проблемной ситуации (вместе с педагогом);

формирование начальных предпосылок исследовательской деятельности (практические опыты).

В старшем дошкольном возрасте это:

формирование предпосылок поисковой деятельности, интеллектуальной инициативы;

развитие умения определять возможные методы решения проблемы с помощью взрослого, а затем и самостоятельно;

формирование умения применять данные методы, способствующие решению поставленной задачи, с использованием различных вариантов;

развитие желания пользоваться специальной терминологией, ведение конструктивной беседы в процессе совместной исследовательской деятельности.

3     Классификация проектов, используемых в работе дошкольных учреждений

В практике современных дошкольных учреждений используются следующие типы проектов:

1. Исследовательско- творческие: дети экспериментируют, а затем результаты оформляют в виде газет, драматизации, детского дизайна;

«Дерево», «По следам елочных игрушек»

1. Ролево-игровые: (с элементами творческих игр, когда дети входят в образ персонажей сказки и решают по- своему поставленные проблемы);

С. р игра «Морской круиз», « В гости к бабушке».

1. Информационно- практико- ориентированные: дети собирают информацию и реализуют ее, ориентируясь на социальные интересы( оформление и дизайн группы, витражи и др.);

«Украсим группу к празднику», «Книжкина больница»

1. Творческие: (оформление результата в виде детского праздника. Детского дизайна, н-р «театральная неделя»

«Подарок маме к Дню 8 марта», «Новое окончание сказок»

Смешанные типы проектов по предметно-содержательной области являются межпредметными (несколько разделов программы, областей знания), и  монопроектами( в рамках одной области знания, одного раздела программы). Учитывая возрастные психологические особенности дошкольников, координация проектов должна быть гибкой, т.е. воспитатель ненавязчиво направляет работу детей, организуя отдельные этапы проекта. Проекты  по продолжительности бывают краткосрочными(одно или несколько занятий -1-2 недели), средней продолжительности, долгосрочные (н-р, «Творчество А,С Пушкина»- на учебный год). Проект может быть реализован в любом объединении дошкольников ( в группе, подгруппе, одновременно в нескольких группах, по всему учреждению, между несколькими учреждениями, с привлечением родителей дошкольников, посещающих ДОУ, в социуме микрорайона, может быть разделен на несколько возрастных уровней их реализации.

4 Уровни развития проектной деятельности дошкольников

Работа над проектом включает совместную деятельность педагога и детей. Она распределяется следующим образом по этапам проекта:

 Этапы проекта        Деятельность педагога        Деятельность детей

I этап        Формулирует проблему (цель)

(При постановке цели определяется и продукт проекта)

Вводит в игровую (сюжетную) ситуацию

Формулирует задачу (не жестко)        Вхождение в проблему.

Вживание в игровую ситуацию

Принятие задачи

Дополнение задач проекта

II этап        Помогает в решении задачи

Помогает спланировать деятельность

Организует деятельность         Объединение детей в рабочие группы

Распределение амплуа

III этап        Оказывает практическую помощь (по необходимости)

Направляет и контролирует осуществление проекта         Формирование специфических знаний, умений, навыков

IV этап        Подготавливает презентацию. Проводит презентацию         Продукт деятельности готовят к презентации

Представляют зрителям или экспертам продукт деятельности

Завершается проект подведением итогов.

 Е.Евдокимова выделяет 3 уровня развития проектной деятельности.

1. Подражательно- исполнительский.(3,5 – 5 лет)

Отсутствие у ребенка жизненно опыта, недостаточный уровень

Развития интеллектуально - творческих способностей – не позволяет в полной мере проявлять самостоятельность в выборе проблемы и решении. Активная роль взрослого, ребенок – заказчик проекта. ( через свои интересы и потребности).Ребенка увлекает процесс совместной деятельности со взрослым. Малыша привлекают к участию в планировании деятельности, реализации намеченного плана. Затем идет совместный анализ выполнения проекта, переживания результата. Первые попытки самостоятельно решить проблему нужно поощрять : « ты быстро придумал, вовремя  пришел на помощь».

1. Развивающий (5 – 6 лет)

Накоплен некий социальный опыт: опыт общения со сверстниками, разнообразной совместной деятельности; развивается самостоятельность, произвольность, самоконтроль, самооценка, способны адекватно оценивать свои поступки и поступки сверстников.

Принимают проблему, уточняют цель. Способны выбрать необходимые средства для достижения результата деятельности, самостоятельно находят проблему, которая может стать отправной точкой проекта. Помощь  взрослого незначительна, дифференцирована.

1. Творческий (6 – 7 лет)

Интенсивно формируются все стороны личности ребенка: нравственная, интеллектуальная, эмоционально – волевая, действенно – практическая. Роль взрослого – развитие и поддержка творческой активности детей, создание условий, позволяющих самостоятельно определить цели и содержание предстоящей деятельности. Выбрать способы работы над проектом и организовать ее, определить перспективы развития.

Проектная деятельность с дошкольниками предусматривает соблюдение определенной последовательности этапов:

1. Выбор темы проекта, его типа, количества участников
2. Постановка проблемы.
3. Постановка цели.
4. Обдумывание шагов по достижению цели, форм, методов работы, распределение ролей.
5. Самостоятельная работа участников проекта по своим задачам.
6. Промежуточное обсуждение полученных данных.
7. Защита проектов.
8. Коллективное обсуждение. Результаты внешней оценки, выводы.

Тему и проблему формулирует либо педагог, опираясь на интересы детей, а дети принимают ее; либо дети при помощи наводящих вопросов взрослого. В детском саду темы проектов должны основываться навоспроизведении домашней жизни: жилище, оборудование, отношения в семье, обязанности членов семьи, работа взрослых. Затем тематика расширяется до воспроизведения общественной жизни. ГЛАВНОЕ УСЛОВИЕ – ПРОЕКТИРОВАНИЕ должно быть нацелено на применение имеющихся знаний и приобретение новых. (н –р, когда дети построят для своих кукол домики, воспит-ль выдвигает идею расположить их рядом – появляется улица. Улица должна иметь название, домики – номера. Педагог показывает детям буквы и цифры – приобретаются новые знания.

Педагог помогает детям спланировать деятельность, организует деятельность по решению задачи путем экспериментирования, моделирования. Организует работу над проектом поэтапно: направляет на поиск решений, экспериментирование, предметно – речевую деятельность, продуктивную, исследовательскую. Оказывает практическую помощь (по необходимости). К реализации проекта можно привлекать родителей дошкольников. Они помогут детям собрать и оформить материалы. Среди дошкольников  не следует проводить конкурсы по защите проектов. Хорошая форма – фестивали проектов, потому что погоня за количеством, призами плохо влияет на саму идею проекта. В каждом проекте нужно увидеть и отметить что- то хорошее, создать каждому ребенку ситуацию успеха.

  5       План работы воспитателя по подготовке к проекту

Постановка цели проекта.

Разработка плана движения к цели (воспитатель, методист обсуждают план с родителями).

Привлечение специалистов к осуществлению соответствующих разделов проекта.

Составление плана-схемы проекта.

Сбор, накопление материала.

Включение в план-схему проекта занятий, игр и других видов детской деятельности.

Домашние задания и задания для самостоятельного выполнения.

Презентация проекта, открытое занятие.

Т.о, метод проектов актуален и очень эффективен. Он дает ребенку возможность экспериментировать, синтезировать полученные знания, развивать творческие способности и коммуникативные навыки, что позволяет ему успешно адаптироваться к изменившейся ситуации школьного обучения