

**«Принято»**

На заседании педагогического совета  
протокол № 1  
от 01. 09.2023 г.

**«Утверждено»**

Приказ № 115 пд. 31.08.2023 г  
Заведующий МКДОУ д/с № 461  
«Золотая рыбка»

\_\_\_\_\_ И.А.Южакова

**Программа оздоровительно - профилактической работы  
с часто болеющими детьми и  
детьми с ослабленным состоянием здоровья  
муниципального казенного дошкольного  
образовательного учреждения города Новосибирска  
детский сад № 461 «Золотая рыбка»**

**Новосибирск, 2023**

## Содержание

<b>I Целевой раздел</b>		
	Актуальность	3 стр.
1.1.	Пояснительная записка	4 стр.
1.2.	Цели и задачи программы	4 стр.
1.3.	Принципы и подходы к формированию программы	5 стр.
1.4.	Особенности физического развития детей	7 стр.
1.5.	Особенности развития детей с ЧБТ	10 стр.
1.6.	Планируемые результаты освоения Программы	11 стр.
<b>II Содержательный раздел</b>		
2.1	Особенности организации работы с детьми ДОУ.	12 стр.
2.1.1.	Особенности физкультурно-коррекционной и лечебно- оздоровительной работы	12 стр.
2.1.2.	Методики оздоровления	20 стр.
2.1.3.	Особенности психолого-педагогической работы в группе.	21 стр.
2.1.4.	Особенности проведения занятий.	26 стр.
2.1.5.	Система мониторинга	25 стр.
2.2.	Особенности организации работы педагогов ДОУ.	28 стр.
2.2.1.	Особенности организации работы педагога – психолога	29 стр.
2.2.2.	Содержание коррекционно-развивающей работы воспитателя с детьми в повседневной жизни	31 стр.
2.3.	Взаимодействие педагогов ДОУ при работе с детьми и родителями	32 стр.
2.4.	Взаимодействие с родителями	32 стр.
2.5.	Особенности организации работы с социальными партнерами	33 стр.
<b>III Организационный раздел</b>		
3.1	Организация жизни и воспитания детей	34 стр.
3.2.	Особенности организации предметной развивающей среды	35 стр.
3.3.	Режим дня	36 стр.
3.4.	Список литературы	37 стр.
3.5.	Приложение	39 стр.

## І. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

### Актуальность

Современная социально-экономическая ситуация в стране убедительно показала, что в последнее десятилетие отчетливо наблюдаются тенденции к ухудшению здоровья и физического развития детей. Формирование здорового поколения – одна из главных стратегических задач развития страны.

Согласно исследованиям специалистов 60% болезней взрослых заложены в детстве. Каждый четвертый ребенок дошкольного возраста болеет в течение года более четырех раз, 25-30% детей, приходящих в первый класс, имеют разные отклонения в состоянии здоровья (данные Т.Я. Чертюк, М.Н. Беловой, Б.Н. Капустян и др.).

Возможности ДОУ каким-то образом, повлиять на сложившуюся ситуацию и социальное положение родителей, минимальны.

Реально оказать влияние на здоровье в условиях ДОУ можно лишь через создание условий для сохранения, укрепления и развития здоровья детей, а также пропагандируя и внедряя здоровый образ жизни среди родителей воспитанников.

Комплексный подход в воспитании здорового ребенка – дошкольника, включающий различные компоненты его физического, психического и социально-нравственного здоровья – в совокупности объединен в понятие «полноценное здоровье».

Проблема работы с часто болеющими детьми и детьми с ослабленным состоянием здоровья выдвигает на первый план индивидуализацию воспитательно - образовательного процесса, понимаемую как организацию адаптации личности в процессе развития, воспитания и оздоровления. В силу сложности и многогранности проблемы ее необходимо рассматривать по принципу комплексности, как медицинскую, психологическую, социальную, педагогическую, и системности.

Единство физического, психологического здоровья и эмоционального благополучия ребенка, не сводится к узко педагогическим средствам физического воспитания и медицинским мероприятиям. Оно предусматривает создание оптимальных условий, обеспечивающих полноценную жизнедеятельность детей в дошкольном учреждении. К этим условиям можно отнести:

- профессионализм педагогических кадров;
- соответствующее материально-техническое оснащение ДОУ;
- организация деятельности ДОУ, основанная на эффективных результатах научно-методических исследований в области развития и оздоровления дошкольников;
- мотивация коллектива на внедрение инновационных процессов, способствующих развитию и укреплению здоровья воспитанников;
- целенаправленное финансово-экономическое обеспечение развития ДОУ.

Актуальность проблемы оздоровления дошкольников вызвана объективной необходимостью научно обоснованного подхода к разрешению противоречий, проявившихся в процессе организации профилактической помощи детям с ослабленным здоровьем в условиях ДОУ.

## **1.1. Пояснительная записка**

Оздоровительная программа профилактической работы с часто болеющими детьми и детьми с ослабленным состоянием здоровья (далее – ЧБТ) муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения города Новосибирска «Детский сад № 461 «Золотая рыбка» (далее - Программа) разработана в соответствии со следующими нормативами:

- **Федеральный закон от 24 июля 1998 г. N 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»** (с изменениями и дополнениями);
- **Федеральный закон от 21.11.2011 N 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»**;
- **Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»** (далее — Закон № 273-ФЗ);
- **Федеральный закон от 31.07.2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»**;
- **Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р «О стратегии развития воспитания до 2025 года»**;
- **СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»**, утв. постановлением Главного государственного санитарного врача России от 28.01.2021 № 2;
- **СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»**, утв. постановлением Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 № 28.
- **Устав ДОУ.**

Предлагаемая программа представляет собой систему оздоровительно-профилактической работы с часто болеющими детьми и детьми с ослабленным состоянием здоровья.

В программе представлены рациональные подходы к организации и проведению оздоровительных и закаляющих мероприятий в группах оздоровительной направленности.

## **1.2. Цели и задачи программы**

**Цель:** осуществление ранней полноценной социальной и образовательной интеграции воспитанников с ослабленным физическим здоровьем в среду нормально развивающихся сверстников.

**Задачи программы:**

- Создать оптимальные условия для сохранения и укрепления здоровья, физического и психического развития детей с учетом их индивидуальных особенностей.
- Усилить воспитательные функции образования по приобщению детей к нравственным ценностям, формированию здорового образа жизни и профилактике асоциальных явлений.

- Совершенствовать формы и методы рациональной организации двигательной активности детей в организованной и самостоятельной деятельности.
- Разнообразить формы работы ДОУ.
- Внедрять в учебно-воспитательный процесс совершенные оздоровительные здоровьесберегающие технологии, методики, приобщающие детей к нравственно - экологическим ценностям и формированию здорового образа жизни.
- Обеспечить тесное взаимодействие родителей, педагогического и медицинского персонала (по согласованию) для решения лечебных, профилактических, коррекционных и физкультурно - оздоровительных задач укрепления и сохранения здоровья детей, приобщения их к нравственным ценностям.
- Способствовать качественной подготовке, повышению уровня профессиональной компетентности педагогических работников, в использовании здоровьесберегающих технологий.

Задачи, поставленные перед коллективом, выполняются в двух направлениях:

- *педагогический блок;*
- *коррекционно-профилактический блок.*

*Педагогический блок* задач решается на занятиях по физической культуре разного вида, хореографии, утренней гимнастике, корригирующей гимнастике после дневного сна, динамической паузе между занятиями и закаливании и направлен на:

- обучение двигательным умениям и навыкам детей, развитие их базовых физических качеств;
- коррекцию двигательных нарушений у детей;
- формирование танцевально-ритмических движений;
- воспитание привычки здорового образа жизни.

*Коррекционно-профилактический блок* направлен на общее оздоровление часто болеющих детей.

Реализация задач этого блока предусматривает улучшение физического развития детей, их анатомо - физиологического статуса:

- общее оздоровление организма и сопротивляемость простудным заболеваниям;
- нормализация мышечного тонуса (его увеличение в случае гипотонии, снижение в случае гипертонии, стабилизация в случае дистонии);
- преодоление слабости (гипертрофии) отдельных мышечных групп;
- сенсорное обогащение: улучшение мышечно-суставного чувства (кинестезии и тактильных (кожных) ощущений);
- формирование вестибулярных реакций.

Воспитание, обучение и развитие часто болеющих детей осуществляется одновременно совместными усилиями воспитателей, инструктора по физической культуре, педагога-психолога, персонала поликлиники (по согласованию).

### **1.3. Принципы и подходы к формированию программы**

Программа сформирована на основе требований ФГОС, предъявляемых к структуре образовательной программы дошкольного образования и ее объему.

Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования.

Программа обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

Программа сформирована как программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (объем, содержание и планируемые результаты в виде целевых ориентиров дошкольного образования).

***Программа направлена на:***

- создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности;

- на создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей.

***В программе учитываются:***

- индивидуальные потребности ребенка, связанные с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья;

- возможности освоения ребенком Программы на разных этапах ее реализации.

***Принципы формирования образовательной программы:***

- *развивающего образования*, в соответствии с которым целью дошкольного образования является развитие ребёнка;

- *научной обоснованности и практической применимости* (содержание программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики);

- *интеграции содержания дошкольного образования* в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;

- *комплексно – тематического построения* образовательного процесса;

- *соответствия критериям полноты, необходимости и достаточности;*

- *обеспечения единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач* процесса образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие качества, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста;

- *построения всего образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми*. Основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра;

- *решения программных образовательных задач* в совместной деятельности взрослого и детей, самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно – образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов;

- *построения образовательного процесса с учётом соблюдения преемственности* между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой;

- *развития ребенка с учетом возрастных закономерностей* его психического развития на каждом возрастном этапе;

- реализации качественного, возрастного, культурно-исторического, личностного и деятельностного подходов.

При выборе образовательных методик предпочтение отдается развивающим методикам, способствующим формированию познавательной, художественно – эстетической, социальной сферы развития. Образовательная деятельность с детьми, в основе которых доминирует игровая деятельность, в зависимости от программного содержания, проводятся фронтально, подгруппами, индивидуально. Выполнение программных задач происходит путем использования проектного метода, проблемного обучения, интегрированного и комплексного обучения.

***Программа предусматривает реализацию основных принципов дошкольного образования:***

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка;
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество с семьей;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- учет этнокультурной ситуации развития детей.

#### **1.4. Особенности физического развития детей**

##### *Группа раннего возраста (2 – 3 года)*

Ближе к двум годам ребенок уже достаточно освоил ходьбу. Физическое развитие в 2 года позволяет малышу совершать небольшие пробежки, резко останавливаться, чтобы подобрать интересный предмет.

Большинство детей первых двух лет жизни разворачивают ступни ног внутрь. Это связано особенностями физического развития детей 2-х лет – дело в том, что до 3-х лет у малышей нет прогиба на ступне, и таким образом они компенсируют его отсутствие. Плоскостопие малыша носит временный характер и к 2 - 3-м годам должно пройти. Оно носит временный характер и к 2 - 3-м годам должно пройти. Темп физического развития детей к 3-му году жизни замедляется. Начинают меняться пропорции его тела. Растут в основном ноги. Завершается формирование свода стопы. У ребенка совершенствуется деятельность всех органов и систем организма. Благодаря этому он становится более выносливым и работоспособным.

Главное отличие в физическом развитии ребенка в данный возрастной период состоит в том, что он совершает основные действия самостоятельно, без поддержки и помощи, а также может действовать по показу или по словесному указанию взрослого. В период от 2 до 3 лет: ребенок ходит, бежит, прыгает на двух ножках, приседает, перешагивает через препятствие, лежащее на полу, проходит по наклонной

доске, ходит на цыпочках; бросает мяч не только взрослому или другому ребенку, но и еще может попадать в цель, например, кольцо или корзину; ловит мяч двумя руками; подражает действиям взрослого; выполняет одновременно несколько действий, например, топает и хлопает.

#### *II младшая группа (3-4 года)*

Дети растут, становятся выше и тоньше, у них совершенствуется координация движений, уменьшается мышечный тонус, развивается чувство равновесия. Они способны овладеть всем спектром навыков активной деятельности, начиная от самых простых (кувыркание, футбол).

Двигательные навыки у ребёнка данного возраста: переход от бега к ходьбе по сигналу, умеет держаться прямой линии при ходьбе, прыгает с места, встает из положения «лежа» не раскачиваясь, прыгает с нижней ступеньки (40 см), хлопает в ладоши и притопывает, бежит, ускоряя и замедляя темп, стоит на одной ноге, ходит на цыпочках, легко поворачивается боком, делает прыжки на одной ноге, ловит брошенный мяч, легко поднимается с корточек. Ребёнок чередует бег с прыжками, стоит на одной ноге 10 сек., неуклюже подпрыгивает на одной ноге, чувствует ритм и умеет маршировать под счет или в такт музыке, поднимается по всяческой лестнице, меняя ноги, перепрыгивает через препятствие (35 см), делает 3 прыжка вперед, удерживая равновесие, делает кувырки вперед. Ходит назад с носка на пятку, прыгает вперед 10 раз, не падая, бросает набивной мяч кому-либо на расстояние 1 - 2-м, ловит теннисный мяч с расстояния 1 м.

#### *Средняя группа (4- 5 лет)*

К пяти годам мышцы становятся гораздо сильнее, их работоспособность увеличивается. Значительно развивается мускулатура, особенно на ногах. Более развитые дети уже могут отрывать обе ноги от земли, неплохо прыгать, приземляясь на полусогнутые ноги. Они уже могут прыгать с разбега, но еще не умеют правильно использовать взмах рук.

У ребенка четырех - пяти лет уже достаточно хорошо развита координация движений, он умеет стоять на одной ноге, ходить на пятках и на носках и т.д. Это возраст «граций» — малыши ловкие и гибкие. Движения становятся намного эстетичнее и совершеннее. В этом возрасте особенно легко дается гимнастика. Ребенка уже можно учить ходить на лыжах и кататься на коньках, на двухколесном велосипеде.

#### *Старшая группа (5 - 6 лет)*

Возрастной период называют периодом «первой вытяжки», когда за один год ребёнок может вырасти на 7 - 10 см. Средний рост ребёнка колеблется около 106-107 см., а масса тела 20 - 21 кг. Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребёнка к 5 - 6 годам ещё не завершено.

В этом возрасте сила мышц-сгибателей больше силы мышц-разгибателей, что определяет особенности позы ребёнка: голова слегка наклонена вперёд, живот выпячен, ноги согнуты в коленях. Поэтому здесь огромную роль играют занятия физкультурой, которые дают соответствующую нагрузку.

Медленно развиваются мелкие мышцы кисти. Необходимо как можно больше играть с детьми мячом. Развиваются и сердечно - сосудистая система и дыхательная. Объём лёгких примерно составляет 1500 - 2200 мл, и развивается под влиянием физических нагрузок. Артериальное давление у детей данного возраста ниже, чем у



взрослого человека. А физические нагрузки оказывают тренирующее воздействие на сердечно - сосудистую систему; под влиянием физических нагрузок вначале увеличивается частота пульса, максимальное и минимальное кровяное давление. По мере тренировки реакция сердечно - сосудистой системы на физические нагрузки меняется, работа сердца становится более экономичной.

У дошкольников обмен веществ отличается высокой активностью (в 2 - 2.5 раза больше, чем у взрослого человека). При активной мышечной деятельности энергозатраты возрастают пропорционально интенсивности физических усилий. Полное удовлетворение энергетических запросов детского организма обеспечивается сбалансированным питанием, при котором калорийность пищи полностью соответствует расходу энергии. У детей шестого года жизни значительно повышается уровень произвольного управления своим поведением. Умение управлять своим поведением, оказывает воздействие на внимание, память, мышление. Развитию этих свойств способствуют различные задания, поручения, требования. Формируются и интенсивно развиваются волевые качества у детей, а на их основе появляются новые потребности и интересы.

#### *Подготовительная группа (6-7 лет)*

Дети 6 лет активны. Они умело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны. Они умеют их сочетать в зависимости от окружающих условий.

Растут возможности различения пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Дети могут объяснить, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек бежит, идёт на лыжах, едет на велосипеде и т.п. они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма.

Совершенствуются основные виды движений, ярче проявляются индивидуальные особенности движения, зависящие от телосложения и возможностей ребёнка. Дети всё чаще руководствуются мотивами достижения хорошего качества движения. Значительно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении трудного задания. Следует учесть, что стремление ребёнка добиться хорошего результата не всегда совпадает с его возможностями, поэтому взрослый должен быть очень внимателен и не допускать перегрузки.

Начинается интенсивно развиваться способность целенаправленно совершать движения отдельных частей тела, например ног, головы, кисти и пальцев рук и др. у детей постепенно вырабатывается эстетическое отношение к ритмичным, ловким и грациозным движениям. Дети начинают воспринимать красоту и гармонию движений. Многих детей привлекает результат движений, возможность помериться силой и ловкостью со сверстниками (особенно у мальчиков). Очень ценно, что дети уже понимают значение упражнения для совершенствования движений. Они целенаправленно повторяют упражнения, проявляя большую выдержку и настойчивость.

Начинают проявляться личные вкусы детей в выборе движения. Одним больше нравится бегать и прыгать, другим - играть с мячом и т.д. нередко детям нравятся те упражнения, которые лучше получаются. Взрослым необходимо поддерживать индивидуальные интересы детей.

### 1.5. Особенности развития детей ЧБД

Согласно определению ВОЗ, к часто длительно болеющим относятся дети, перенесшие более 5 эпизодов ОРЗ за год. Академик РАМН А.А. Баранов и профессор В.Ю. Альбицкий предложили относить к группе часто длительно болеющих детей:

- от 1-го до 3-х лет, перенесшие 6 и более случаев ОРЗ в год;
- от 4-х до 5-ти лет, перенесшие 5 и более случаев ОРЗ в год;
- старше 5 лет, перенесшие 4 и более случаев ОРЗ в год.

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

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

Часто болеющие дети характеризуются более низкими показателями местного иммунитета. Среди часто болеющих детей общая патологическая пораженность превышает аналогичный показатель у ЭБД в 1,5 раза, выше распространенность психических расстройств, патологии кожи и подкожной клетчатки и эндокринно-обменной системы.

Среди часто болеющих дошкольников отсутствуют дети с 1 группой здоровья и 69,2% детей имеют хронические заболевания в стадии компенсации.

Для ЧБД характерны проблемы в формировании эмоционально - волевой сферы. Они нередко переживают отрицательные эмоции (печаль, страх, гнев, чувство вины, одиночества). Уровень депрессии у часто болеющих детей выше, чем у здоровых. Им свойственна широкая гамма негативных переживаний по поводу болезни, высокая тревожность. Для них характерны переутомления и истощения нервной системы.

Психологическое состояние ЧБД, таким образом, характеризуется постоянным ожиданием неблагополучия, страхом, эмоциональным напряжением, а за высокой тревожностью стоит неуверенность в себе, «комплекс неполноценности», боязливость, зависимость от чужого (прежде всего от материнского) мнения. Чем чаще болеет ребенок, тем хуже он относится к себе (Бадьина Н.П.).

Основополагающими принципами оздоровления ЧБД должны быть:

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

## **1.6. Планируемые результаты освоения программы.**

Целевые ориентиры дошкольного образования, представленные в ФГОС ДО, ориентир для педагогов и родителей, обозначающий направленность воспитательной деятельности взрослых. Целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей.

Однако педагоги должны выстраивать индивидуальную траекторию развития каждого ребёнка. Для этого им необходимо проводить оценку своей работы, которая позволит оптимальным образом выстраивать взаимодействие с детьми.

Такая оценка производится педагогическими работниками в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности. Индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребёнка во всех видах детской деятельности педагог фиксирует в индивидуальной карте наблюдения детского развития и корректирует свои действия.

К семи годам при успешном освоении Программы достигаются следующие результаты:

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

## II Содержательный раздел

### 2.1. Особенности организации работы с детьми ДОУ.

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

#### 2.1.1. Особенности физкультурно-коррекционной и лечебно - оздоровительной работы.

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

*Таблица № 1*

Формы организации физического воспитания	Ранний возраст (в мин)	Младшая группа (в мин)	Средняя группа (в мин)	Старшая группа (в мин)	Подгот. Группа (в мин)
Утренняя гимнастика	4	6	8	10	12
Физкультурные минутки	4	4	4	4	8
Физкультурные паузы	3	5	5	7	10
Физкультурные занятия	10	15	20	25	30
Физкультурно-коррекционные (или физкультурно-оздоровительные) занятия	4-6	8	10	12	15
Занятия по плаванию	0	0	20	25	30
Игры на прогулке	5	8	10	12	14
Корригирующие упражнения после сна	2	4	4	6	6
Физкультурный досуг (1 раз в месяц)	10	15	25	30	35
Физкультурный праздник (2 раза в год)	15	20-25	30		40
День здоровья (5 раз в год)			+	30	35
Каникулы (3 раза в год)			+	60	80

*(Дневная нагрузка на ребенка с учетом двигательной активности более подробно прописана в ООП ДО в разделе 2.3. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ).* Продолжительность занятий с детьми, отнесенными к разным группам остается одинаковой. Дифференцированный подход обеспечивается за счет изменения в содержании физических упражнений, их интенсивности (изменения темпа, траектории, амплитуды, дозировки).

#### ***Утренняя гимнастика***

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

Утренняя гимнастика проводится с детьми в облегчённой одежде, в хорошо проветренной комнате, в мини-физкультурном зале группы. В тёплое время года гимнастика проводится на воздухе. В соответствии с возрастом детей её продолжительность составляет 10 – 15 минут. Усиление интенсивности нагрузки достигается нарастающим количеством упражнений (с 4 - 5 до 5 - 6), увеличением числа их повторений (с 5 - 6 до 6 - 8) и продолжительности тех упражнений, которые вызывают наибольшую пульсовую реакцию.

В утренней гимнастике хорошо использовать музыку, которая создает у детей эмоциональный подъём, радостное ощущение жизни. Выбор музыкальных произведений для утренней гимнастики определяется характером включаемых в неё упражнений. Так, начинается утренняя гимнастика с бодрой ходьбы, согласованной с музыкой марша. Наоборот, в конце утренней гимнастики ходьба даётся для того, чтобы успокоить организм в соответствии с этим и заключительный марш должен быть спокойным, исполняться в умеренном темпе. Исполнение песни создаёт у детей бодрое настроение и является своеобразной и полезной дыхательной гимнастикой.

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

- формирование навыка правильной осанки;
- совершенствование двигательных навыков;
- улучшение и нормализация функций сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- повышение уровня физической работоспособности.

#### ***Физкультурные минутки.***

Эффективным средством предупреждения утомления, улучшения общего состояния являются физические упражнения, проводимые во время организованной образовательной деятельности (занятий). Под их влиянием увеличивается количество импульсов, поступающих из двигательного и других анализаторов. Для детей младшего дошкольного возраста включают 2 - 3 игровых упражнения, для старшего дошкольного возраста 3 - 4.

Физические упражнения особенно повышают последующую работоспособность при сложной умственной деятельности. Поэтому, используя их в физкульт минутке, следует соблюдать основные требования к упражнениям:

- должны быть просты по структуре, интересны и хорошо знакомы детям;
- должны быть удобны для выполнения на ограниченной площади;
- должны включать движения, воздействующие на крупные группы мышц, улучшающие функциональную деятельность всех органов и систем;

Комплекс физкультминутки обычно состоит из 2 - 3 упражнений для рук и плечевого пояса, потягивания – выпрямление позвоночника, расширения грудной клетки: руки в стороны или вверх – в стороны, к плечам, перед собой, для туловища – наклоны, повороты; для ног – приседания.

При подборе упражнений необходимо помнить об объёме и характере двигательной деятельности на занятии. Так на занятиях по познавательному развитию дети выполняют некоторые движения руками, раскладывая, переставляя мелкие предметы и пособия. На занятиях по изобразительной деятельности в напряжении находятся мелкие мышцы кисти рук. Поэтому в физкультминутки наряду с другими следует включать упражнения на расслабление мышц рук.

Определённое значение имеет и смысловое содержание физкультминутки. Если упражнения даны в виде образцов или заданий, и они связаны с содержанием занятия, то переход от занятия к физкультминутке, и наоборот, совершается легко. Например, на занятиях по математике: сколько ёлочек зелёных, столько выполним наклонов.

Однако на некоторых занятиях по изобразительной деятельности дети бывают настолько увлечены, что отрывать их нецелесообразно. Утомление при нарушении осанки наступает в любом случае. Особый интерес для педагогов представляет методика использования физкультминутки, предлагаемая Базарным В.Ф.

Поэтому, чтобы не нарушать логики занятия, целесообразно вводить элементы технологии Базарного В.Ф.

Технология В.Ф.Базарного учитывает основные механизмы развития нервно-психического и физиологического утомления детей в традиционной среде обучения, предлагает общедоступные методы повышения их нервно - психической и физиологической активности на занятиях. И тем самым предупреждают утомление детей, поддержание естественного хода развития структурных и функциональных характеристик.

Формирование у детей тонко-координированных зрительно - ручных движений облегчается на фоне активности функционального состояния организма, в том числе общего чувства равновесия и координации. При этом одним из эффективных методов такой активизации является смена динамических рабочих поз: перевод детей из позы сидя в позу стоя при помощи конторки. При адаптации детей к динамическим позам наиболее оптимальным является смена через 5 - 7 минут занятия.

#### ***Физкультурные паузы между занятиями.***

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

Физкультурная пауза - организация с детьми оздоровительных игр средней подвижности с включением циклических упражнений умеренной интенсивности (ходьбы с выполнением различных заданий, лёгкого бега, подскоков, прыжков со скакалкой, через резинку, «классики» и пр.).

Пауза может предусматривать выполнение игровых и имитационных общеразвивающих упражнений, развивающих мышцы плечевого пояса, туловища, дыхательную гимнастику («Делай как я», «Зеркало» и др.). Наибольший эффект обеспечивается за счёт использования нестандартного физкультурно - игрового оборудования (парашюта, султанчиков, фитболов, степ - платформ и т.п.)

#### ***Физкультурно-коррекционные занятия в поддерживающе-развивающем режиме тренировки.***

Занятия проводятся по подгруппам, длятся 12 – 15 минут и состоят из вводной, основной и заключительной частей.

Вводная часть. За 2 – 3 минуты решаются следующие задачи: организация подгруппы, мобилизация внимания, подготовка к большой физической нагрузке в основной части занятия (путём постепенной вработываемости организма). В эту часть занятия включаются построения, перестроения, ходьба. Следует подчеркнуть, что как для выработки правильной осанки, так и для формирования правильного свода стоп большое внимание имеют различные виды ходьбы.

Основная часть длится 7 – 10 минут. Задачи: коррекция дефектов позвоночника, свода стопы, закрепление навыков правильной осанки, развитие силовой выносливости мышц, совершенствование координации движений, качественная проработка мышц и суставов, развитие функции органов дыхания, умеренное воздействие на органы кровообращения.

Для решения этих задач применяется большое количество упражнений: обще-развивающих для туловища, верхних и нижних конечностей, специальных корригирующих с индивидуальными вариациями и дозировкой. В конце основной части проводятся подвижные игры, направленные на коррекцию имеющихся дефектов ОДА.

Заключительная часть длится 2 – 3 минут, в течение которых постепенно снижается физическая нагрузка, восстанавливается обычный уровень деятельности органов дыхания и кровообращения. В этой части применяется ходьба в различных вариантах (с разным положением рук), упражнения на расслабление, игры (в спокойном темпе, например, «выпрямление», дыхательные упражнения).

В ходе физкультурно-коррекционного занятия используются вспомогательные приспособления и физкультурный инвентарь – от простых мячей, гимнастических палок, скамеек, обручей, стульев, кубов, массажеров до специально изготовленных коррекционных дорожек - массажереов.

Важным фактором эффективности занятий, кроме их систематичности, является создание рабочей обстановки, удобной одежды (формы), а также использование в процессе коррекционных занятий таких методов, как: соревнование, поощрение, игры, способствующие повышению эмоционального состояния детей.

Комплексы коррекционных занятий обновляются постепенно и последовательно. В течение нескольких дней разучиваются отрабатываются 2-3 коррекционных упражнения, которые затем вносятся в уже знакомый комплекс, в последующие дни дети знакомятся, разучивают и отрабатывают очередные 2-3 упражнения, которые также вносятся в частично обновленный комплекс. Таким образом, к концу второй недели имеется новый, постепенно разученный комплекс упражнений.

### ***Занятия по плаванию.***

Плавание – достаточно эффективное средство комплексного воздействия на ребёнка. Оно позволяет решать важные для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата задачи. Плавание способствует коррекции нарушения осанки в разгрузочном положении позвоночника; предупреждению плоскостопия, снятию мышечного тонуса, оказывает закаливающее действие, облегчает адаптацию к водной среде.

Во время плавания вода делает тело ребенка легким. Давление на опорный аппарат скелета, особенно на позвоночник, снижается. Мягкие движения ногами обеспечивают разностороннюю нагрузку на нижние конечности, создавая таким образом, условия для формирования и укрепления твердой опоры для ног. При плавании большая динамическая работа ногами в безопорном положении оказывает укрепляющее воздействие на стопу и предупреждает плоскостопие.

Упражнения на занятиях по плаванию выполняются в основном в горизонтальном положении, т. е. в положении максимальной разгрузки позвоночника, что уменьшает его искривление. У детей с неправильной осанкой страдает рессорная функция позвоночника: он мягкий, эластичный, естественная кривизна не закреплена, поэтому, когда ребенок лежит, позвоночник выпрямляется, появляются ненормальные изгибы, которые затем могут вызвать деформацию.

Дети с нарушением осанки часто болеют. На занятиях к детям подходят дифференцированно, с учетом состояния их здоровья, физического развития, двигательной подготовленности и соответствующего диагноза. Систематические посещения бас-

сейна улучшают работу органов кровообращения и дыхания, оказывают мощное закаливающее действие.

Обучение детей плаванию происходит по методике, разработанной Т.И. Осокиной, Е.А. Тимофеевой, Т.А. Богоиной, «Обучение детей плаванию в детском саду».

Обучение состоит из трех этапов: 1. Привыкание к воде, 2. Освоение воды, 3. Овладение плавательными движениями. В средней группе (4 года) дети учатся движениям руками брассом, ногами кролем. Огромное внимание уделяется выдоху в воду, задержке дыхания при нырянии. В старшей и подготовительной к школе группах занятия по плаванию направлены на закрепление и совершенствование плавательных знаний, умений, навыков.

### ***Дыхательная гимнастика.***

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

Дыхательную гимнастику следует включать в содержание утренней гимнастики и гимнастики после дневного сна, физкультурного занятия, ЛФК, прогулки, но может проводиться и отдельно в процессе физминуты, динамической паузы, во второй половине дня. Она представлена игровыми и имитационными упражнениями или целой серией упражнений.

Нормализация дыхания в результате выполнения различных дыхательных гимнастик снижает проявление многих патологических изменений в организме, поднимает общий жизненный тонус. Особенно благоприятны для органов дыхания быстрая и длительная ходьба, бег, ходьба на лыжах, катание на коньках, езда на велосипеде, плавание. Но даже при их систематичности не следует игнорировать общее положительное развивающее и общеукрепляющее действие дыхательной гимнастики.

Дыхание осуществляется дыхательными центрами нервной системы и состоит из трех фаз: выдоха, паузы и вдоха, которые непрерывно и ритмично следуют одна за другой. Дыхательная пауза, следующая за выдохом, обеспечивает эффективный газообмен и вентиляцию легких. Продолжительность пауз зависит от величины физической нагрузки, состояния нервной системы.

«Перебор дыхания» влечет за собой резкий выдох – голос звучит прерывисто, форсированно. Количество выдыхаемого воздуха не должно быть слишком большим. Необходимо избегать задержек дыхания, которые приводят к кислородному «голоданию» и повышенной утомляемости.

### ***Прогулка.***

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

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

- организованной воспитателем (30-35% от времени пребывания на прогулке),
- самостоятельной или произвольной (40-45%),



- индивидуальной работой с детьми (15-20%).

В свою очередь, организованная двигательная активность представлена тремя компонентами:

- *подвижная игра*: сюжетная, игра-эстафета, игра с элементами соревнования (высокой интенсивности, организуемая фронтально);
- *игровое упражнение* на закрепление основных видов движений и развитие физических качеств (по подгруппам);
- *спортивное упражнение* (лыжи, санки, велосипед, самокат) или спортивная игра (баскетбол, футбол, бадминтон, городки, ручной мяч, хоккей) – по подгруппам.

Организованная и самостоятельная двигательная активность планируется с учётом интересов детей и гендерных особенностей. Мальчикам предлагаются игры и упражнения скоростной, скоростно - силовой, силовой направленностью (бег, прыжки, лазание, спортивные игры с мячом, клюшкой, борьба). Девочкам - гимнастика, ритмика, игры и упражнения со скакалкой, резинкой, мячом и ракеткой, игры в классы и пр.

#### ***Корректирующая гимнастика после дневного сна.***

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

Варианты организации детей после подъёма могут быть следующими:

- различные виды ходьбы, танцевальные движения под музыку, игра малой подвижности;
- босохождение по «дорожке здоровья»: по ребристой доске, по коврикам - массажерам;
- 2 - 3 игры малой и средней подвижности;
- упражнения лежа в постели из разных исходных положений (лежа на спине, животе, боку);
- комплекс упражнений ритмической гимнастики под музыку;
- упражнения на тренажёрах, массажерах, фитболах;
- щеточный массаж, дыхательная гимнастика.

#### ***Физкультурные досуги.***

Физкультурные досуги при правильном подборе входящих в них элементов становятся эффективным средством воздействия на личность ребёнка, способствуют развитию мышления, воображения, целеустремлённости, а также формированию чувства ответственности, приучают сдерживать свои желания, проявлять решительность.

При проведении досугов все дети приобщаются к непосредственному участию в различных состязаниях, соревнованиях, с увлечением выполняют двигательные задания. При этом ведут себя более непосредственно, чем на физкультурных занятиях, и эта раскованность позволяет им двигаться без особого напряжения, более есте-

ственно использовать те двигательные навыки и умения, которыми они уже прочно овладели.

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

Физкультурные досуги сопровождаются музыкой, что благотворно влияет на развитие у детей чувства прекрасного, закрепляет умение двигаться под музыку, развивать музыкальный слух, память. Они не требуют специальной подготовки детей, строятся на знакомом материале. А если и используется новый, то он не вызывает затруднений. Педагог подаёт команды к началу и окончанию игры или двигательного задания, подводит итог, является главным судьёй соревнований и в целом своим заинтересованным отношением к происходящему, своеобразной помощью или подсказкой определяет тот тонус эмоциональности, который так необходим при проведении досуга. Немалую роль в сознании определённого настроения у детей играет атрибутика: эмблемы, вымпелы, медали и т.д.

### ***Физкультурный праздник.***

Повышенная двигательная активность, свежий воздух, положительные эмоции, развлекательная направленность удовлетворение интересов детей – вот что отличает физкультурный досуг и праздник от ежедневных физкультурно - оздоровительных форм двигательной активности. Время проведения определяется в соответствии с динамикой работоспособности ребёнка. А она, как известно, имеет тенденции к спаду в конце каждой недели, в зимний и весенний периоды. Поэтому для проведения физкультурного праздника оптимальным днём будет пятница. Это позволит привлечь родителей к посильному участию в их подготовке и проведении.

Данные о частоте и продолжительности проведения физкультурных праздников представлены в таблице №1

#### **1. Варианты проведения:**

##### *По двигательному содержанию:*

– Комбинированный. Он строится на основе сочетания разных видов знакомых физических упражнений: гимнастики, подвижных игр, забав, спортивных упражнений.

– На основе спортивных упражнений. Праздник может быть смешанного типа, когда объединяются несколько разновидностей сезонных спортивных упражнений (например, ходьба на лыжах, катание на санках зимой типа «Зимние забавы» или катание на велосипеде, игры с водой - летом). В содержание программы может быть включены задания, основанные на выполнении спортивных упражнений одного вида (например, плавания).

– На подвижных играх, аттракционах, забавах. Наиболее распространённый вид праздника, который не требует большого количества сложного инвентаря, оборудованной площадки, так как его можно провести на любой достаточно большой полянке или утрамбованной дорожке. Универсальность такого праздника заключается

в том, что к участию в нём можно привлечь детей всех возрастов и взрослых в неограниченном количестве.

– Интегрированные. В содержание праздника этого вида наряду с двигательной включаются элементы познавательной, изобразительной, театральной деятельности и т.п.

*По доминирующей задаче:*

– Формирование здорового образа жизни. Обычно это тематические праздники типа «Солнце, воздух и вода – мои верные друзья», «Приключения в стране неболек» и т.п.

– Позабавить детей, доставить им удовольствие. Это шуточные праздники - развлечения, направленные, главным образом, на создание хорошего настроения от игр, аттракционов, совместной с взрослыми деятельности, музыкального сопровождения, забавных атрибутов, снарядов.

– Воспитание интереса к народным традициям. Это фольклорные по тематике и содержанию праздники, проводимые в соответствии с христианским календарем (Рождество, Масленица, Сороки, Троица). Праздники состояются на, доступном детям, фольклорном материале, с использованием народных игр, забав, хороводных плясок, песен, с использованием атрибутов национальной одежды, инвентаря.

### ***Каникулы.***

Каникулы или неделя здоровья организуется в течение учебного года длительностью одна неделя (5 дней). Указанная продолжительность и время проведения каникул при условии грамотно организованной воспитательно - оздоровительной работы в течение года позволяет сгладить, а в некоторых случаях даже устранить воздействие психофизиологических причин нарушения здоровья.

По определению В.Ф.Базарного одна из причин - это факторы телесной атонии (низкая двигательная активность, синдром истощённого развития, недостаток конструктивных и рукотворных принципов обучения). В этот период не проводятся занятия, а планируются физкультурно - оздоровительные мероприятия (подвижные игры, игровые упражнения, игры с водой, снегом, развлечения, соревнования, ритмическая гимнастика, туризм).

Другая причина нарушения здоровья – это информационно-психогенные факторы, воздействие на психику избытка абстрактной сигнальной информации на фоне обеднённой образной сферы. Поэтому воздействие на развитие левополушарных, т.е. рационально-логических процессов мышления должно быть скомпенсировано воздействием на правополушарные образные процессы. Этому будет не в малой степени способствовать художественно-творческая деятельность (изобразительная: рисование, конструирование, лепка; музыкальные и театрализованные игры, развлечения, хореография), сюжетно - ролевая игра. Ликвидировать последствия сенсорного голода вследствие воздействия факторов влияния закрытых помещений помогут выходы детей за пределы детского сада (экскурсии, посещения музеев, детских театров, туристские прогулки).

Каникулы могут быть с единым сюжетом и персонажами «Путешествие в страну здоровья», «Зимние приключения», «Солнечные деньки», по мотивам волшебных сказок «Снежная королева», «Морозко» (зимняя неделя здоровья), могут быть приурочены к календарным праздникам (Рождественская неделя).

Каникулы строятся по определённой структуре. Первый день – открытие каникул, которое может быть ознаменовано поднятием флага с символикой детского сада, общим сбором детей на площадке детского сада или общей пробежкой по территории детского сада детей и персонала и т.п. Третий или четвёртый день – кульминация. Это может быть общий физкультурно-спортивный праздник, выезд (выход) детей в лес. Последний день – закрытие каникул, которое можно завершить совместным с родителями мероприятием (семейным досугом, конкурсами, аттракционами и т.п.) Промежуточные дни могут иметь свою тематику. Например, день музыки, день физкультуры и спорта, день театра и т.п. Независимо от этого, в режиме каждого дня пропорционально планируются разные виды деятельности, сочетаются фронтальные, групповые и индивидуальные формы работы, организованная и произвольная деятельность.

### **2.1.2. Методики оздоровления**

#### ***Методики, направленные на профилактику ОРЗ***

*Закаливание водой, воздухом и солнцем* — один из общепринятых методов неспецифической профилактики ОРЗ. Эффективными являются контрастные методики в пульсирующем режиме, основанные на данных Г.Н. Сперанского, Ю.Ф. Змановского, Р.П. Нарциссова, С.В. Хрущева.

#### ***Методики, направленные на развитие речевого аппарата***

*Пальчиковые игры.* По мнению И. Канта «рука является вышедшим наружу головным мозгом». Человек - это универсальное «мыслящее тело», пример этой универсальности - движущая рука человека. Наибольшее воздействие импульсации от мышц рук на развитие коры головного мозга происходит только в детском возрасте, пока идет формирование моторной области. Поэтому работа по развитию мелкой моторики пальцев рук в дошкольном возрасте имеет особое значение. Учеными доказано, что на основе двигательного анализатора формируется речедвигательный анализатор. Выполнение кинезиологических упражнений каждой рукой способствуют формированию речевых областей в обоих полушариях мозга.

*Артикуляционная гимнастика* — это упражнения для тренировки языка, губ, щек и нижней челюсти. Именно эти органы отвечают за четкое и правильное произношение звуков и слов. Артикуляционные упражнения повышают подвижность органов речи, увеличивают силу их движений, а также помогают ребенку запомнить правильное положение языка и губ. С помощью артикуляционной гимнастики формируется правильное «автоматическое» произношение.

Данная гимнастика состоит из статических и динамических упражнений.

– статические упражнения направлены на неподвижное удержание языка, щек и губ в правильном положении. Это способствует укреплению мышц артикуляционного аппарата;

– динамические упражнения развивают у артикуляционных органов подвижность, гибкость и координацию, необходимые для беглой речи. Это достигается за счет многократных повторений определенных положений языка и губ.

#### ***Методы, направленные на коррекцию психического состояния***

*Психогимнастика* - невербальный метод групповой психотерапии, в основе которой лежит использование двигательной экспрессии. Это курс специальных

занятий (этюдов, упражнений, игр), направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка (познавательной и эмоционально-личностной).

*Психогимнастические этюды* Е.А. Алябьевой, М.И. Чистяковой, адаптированные к старшему дошкольному возрасту, направлены на развитие воображения, снятие интеллектуальной и эмоциональной напряженности, гармонизацию отношений с другими людьми, выработке уверенности в себе посредством игровых вариантов психотерапии.

*Коммуникативные игры* (по К. Орфу, В.А. Жилину, Т.Э. Тютюнниковой и Е.В. Рыбак) способствуют формированию положительного микроклимата в детском коллективе, развитию личности ребенка, раскрытию его творческих способностей.

### **Методики, направленные на повышение работоспособности детей**

*Динамические паузы*, являясь одной из форм активного отдыха во время малоподвижных занятий, повышают умственную работоспособность детей на занятиях и дарят «мышечную радость» (И.П. Павлов). Кратковременные физические упражнения под музыку вызывают возбуждение определенных отделов мозга, усиливают кровообращение и создают благоприятные условия для отдыха ранее возбужденных отделов.

*Минутки отдыха.*

*Релаксационные упражнения (работа в уголках релаксации).* Они способствуют расслаблению, проводятся как в начале занятия - с целью настройки, так и в конце - с целью интеграции приобретенного в ходе занятия опыта.

### **2.1.3. Особенности психолого-педагогической работы в группе.**

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

Интеграция в нашем понимании - это не просто обучение детей с отклонениями в развитии вместе с нормально развивающимися сверстниками, а совместная жизнь всех воспитанников в стенах образовательного учреждения. (Таблица № 2)

**Таблица № 2**

Содержание образовательных областей интеграция	Интеграция по:	
	задачам и содержанию	средствам организации
<b>Физическое развитие</b>		
<p>Направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– развитие физических качеств (скорость, силу, гибкость, выносливость и координацию);</li> <li>– накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);</li> <li>– формирование у воспитанни-</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- корректировка умений, навыков и повышение результативности движений во всех видах двигательных действий;</li> <li>- коррекция неправильных установок опорно - двигательного аппарата (отдельных конечностей, стопы, кисти, позвоночника);</li> <li>- нормализация мышечного тонуса (его увеличение в случае гипотонии, снижение в случае гипертонии, стабилизация в случае дистонии);</li> <li>- преодоление слабости (гипертрофии) отдельных мышечных</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– подвижные игры</li> <li>– спортивные игры</li> <li>– народные игры</li> <li>– спортивные соревнования</li> <li>– развлечения.</li> </ul>

<p>ков потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.</p>	<p>групп;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- улучшение подвижности в суставах;</li> <li>- сенсорное обогащение: улучшение мышечно - суставного чувства (кинестезии и тактильных (кожных) ощущений);</li> <li>- формирование компенсаторных гипертрофий отдельных мышечных групп;</li> <li>- формирование вестибулярных реакций.</li> </ul> <p>Гармоничное физическое развитие через решение следующих специальных задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- развитие физических качеств (силовых, скоростных, гибкости, выносливости и координации)</li> <li>- Чередование позы детей в соответствии с видом работы.</li> <li>- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.</li> </ul>	
<p>Достижение целей охраны здоровья детей и формирования основы культуры здоровья через решение следующих задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;</li> <li>- воспитание культурно - гигиенических навыков;</li> <li>- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- воспитывать привычки здорового образа жизни за счет системы знаний о своем организме;</li> <li>- формировать потребность в здоровом образе жизни через приобщение к народной культуре;</li> <li>- формировать у детей навыки правильного приема пищи, национальных блюд – их значение для здоровья;</li> <li>- формировать привычку соблюдать гигиенических требований к своей одежде;</li> <li>- формировать основы духовно-нравственного здоровья детей через приобщение к народной культуре.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- дидактические игры;</li> <li>- заучивание пословиц, поговорок;</li> <li>- чтение художественной литературы;</li> <li>- беседы;</li> <li>- разрешение проблемных ситуаций;</li> <li>- индивидуальные беседы;</li> <li>- чтение отрывков из русских народных сказок.</li> </ul>
<b>Социально-коммуникативное развитие</b>		
<p>Направлено на достижение целей формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности и формирования предпосылок экологического сознания (безопасности окружающего мира) через решение следующих задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование представлений об опасных для человека и окружающего мира природы ситуациях и способах поведения в</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать бережное отношение к природе как источнику жизни, красоты, творчества;</li> <li>- уточнить представления детей о добрых и злых поступках и их последствиях для жизни и здоровья людей;</li> <li>- помочь детям хорошо запомнить основные предметы опасные для жизни и здоровья людей, самостоятельно сделать вывод о последствиях неосторожного обращения с ог-</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- индивидуальные беседы;</li> <li>- чтение сказок;</li> <li>- заучивание пословиц, поговорок;</li> <li>- разрешение проблемных ситуаций;</li> <li>- чтение сказки «Сестрица Аленушка и братец Иванушка».</li> </ul>

<p>них;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– приобщение к правилам безопасного для человека и окружающего мира природы поведения; передачу детям знаний о правилах безопасности дорожного движения в качестве пешехода и пассажира транспортного средства;</li> <li>– формирование осторожного и осмотрительного отношения к потенциально опасным для человека и окружающего мира природы ситуациям.</li> </ul>	<p>нем;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– формирование осторожного и осмотрительного отношения к потенциально опасным для человека и окружающего мира природы ситуациям.</li> </ul>	
<p>Достижение целей освоения первоначальных представлений социального характера и включения детей в систему социальных отношений через решение следующих задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– развитие игровой деятельности детей;</li> <li>– приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми (в том числе моральным);</li> <li>– формирование гендерной, семейной, гражданской принадлежности, патриотических чувств, чувства принадлежности к мировому сообществу.</li> </ul>	<p>Создание среды, в которой дети осознают, что мир представляет собой единое сообщество людей, включающее и людей с проблемами;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать отношение к человеку и его здоровью как ценности, формировать у детей представление о нравственных нормах отношений с окружающими: <ul style="list-style-type: none"> <li>• о правилах поведения в гостях;</li> <li>• в общественных местах;</li> <li>• с родственниками.</li> </ul> </li> <li>- воспитывать внимательное, добродушное отношение к окружающим людям, готовность доставлять радость близким людям; создать положительный настрой между детьми, уточнить знания детей о понятии «вежливый человек».</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– досуг;</li> <li>– беседы;</li> <li>– занятия;</li> <li>– развлечения;</li> <li>– создание и разрешение проблемных ситуаций;</li> <li>– дидактические игры.</li> </ul>
<p>Достижение целей овладения конструктивными способами и средствами взаимодействия с окружающими людьми через решение следующих задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– развитие свободного общения со взрослыми и детьми;</li> <li>– развитие всех компонентов устной речи детей (лексической стороны, грамматического строя речи, произносительной стороны речи;</li> <li>– связной речи;</li> <li>– диалогической и монологической форм) в различных формах и видах детской деятельности;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– учить осознавать свои эмоции и распознавать эмоциональное состояние других людей, передавать их через вербальные и невербальные формы общения;</li> <li>– формировать понятия о невербальных формах общения: жесты, мимика, пантомимика;</li> <li>– способствовать овладению конструктивными способами взаимодействия с окружающими людьми.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– беседы;</li> <li>– экскурсии;</li> <li>– рассматривание картин;</li> <li>– иллюстраций.</li> </ul>

– практическое овладение воспитанниками нормами речи.		
<b><i>Познавательное развитие</i></b>		
<p>Направлено на достижение целей развития у детей познавательных интересов. Их интеллектуального развития через решение следующих задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– сенсорное развитие;</li> <li>– развитие познавательно-исследовательской и продуктивной (конструктивной) деятельности;</li> <li>– формирование элементарных математических представлений;</li> <li>– формирование целостной картины мира, расширение кругозора детей</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– основная задача - переживание успешности каждым ребенком;</li> <li>– развивать умения анализировать, выявлять взаимосвязи между предметами и их особенностями;</li> <li>– учить размышлять над нравственной сутью добра, любви, уважения, пробуждать нравственные чувства.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– индивидуальная работа;</li> <li>– групповые и индивидуальные беседы;</li> <li>– исследовательская работа;</li> <li>– экспериментальная работа;</li> <li>– рассматривание картин, иллюстраций;</li> <li>– конструирование различных предметов.</li> </ul>
<b><i>Речевое развитие</i></b>		
<p>Направлено на достижение цели формирования интереса и потребности в чтении (восприятии) книг через решение следующих задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– формирование целостной картины мира, в том числе первичных ценностных представлений;</li> <li>– развитие литературной речи;</li> <li>– приобщение к словесному искусству, в том числе развитие художественного восприятия и эстетического вкуса</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– продолжать знакомить с произведениями художественной литературы, направленными на выполнение задач программы;</li> <li>– развитие художественного восприятия и эстетического вкуса.</li> </ul>	<p>Чтение произведений:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- С. Маршак «Урок вежливости», «Вот какой рассеянный»;</li> <li>- Сказка «Колобок»;</li> <li>- К. Чуковский «Федорино горе», «Мойдодыр».</li> </ul>
<b><i>Художественно-эстетическое развитие</i></b>		
<p>Направлено на достижение целей формирования интереса к эстетической стороне окружающей действительности, удовлетворение потребности детей в самовыражении через решение следующих задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– развитие продуктивной деятельности детей (рисование, лепка, аппликация, художественный труд);</li> <li>– развитие детского творчества;</li> <li>– приобщение к изобразительному искусству.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– продолжать развивать умения выражать свои эмоции и чувства с помощью изобразительных средств;</li> <li>– формировать умение с помощью изотерапии освобождаться от последствий травмирующих событий и негативного опыта;</li> <li>– развивать творческое воображение</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– рисование, аппликация, конструирование, лепка предметов старины;</li> <li>– составление творческих рассказов, начала и конца сказки, рассказа.</li> </ul>



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

Важно обеспечить тесное сотрудничество разных специалистов: воспитателей, педагога - психолога, медицинских работников, основные задачи которых — профессиональная помощь каждому ребенку, разработка совместными усилиями индивидуальной программы обучения и воспитания ребенка, основанной на зоне его ближайшего развития, постоянная коррекционная деятельность, направленная на компенсацию дефекта.

Предпосылкой успешного включения детей с нарушениями развития в социум служит комплексная психолого - педагогическая диагностика ребенка с последующей разработкой и осуществлением индивидуальных программ коррекции и социализации. Непременное условие такой диагностики - ее динамический характер, позволяющий корректировать программу в ходе ее осуществления своевременно выстраивать для ребенка адекватную его изменяющемуся состоянию и актуальным возможностям постепенно усложняющуюся терапевтическую среду. В ходе этого процесса используются различные формы занятий (индивидуальные, подгрупповые, групповые). Все режимные моменты жизни в детском саду (прогулки, занятия, гигиенические процедуры, прием пищи и т.д.) дети проживают вместе.

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

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

*Основными требованиями* для реализации комплексного подхода к воспитанию с учётом достижений науки и передового опыта в условиях модернизации являются:

- научно-обоснованное согласование целей и задач всестороннего развития личности на всех этапах учебно-воспитательного процесса с учётом единства и специфических особенностей воспитания и развития детей в разных формах обучения;
- планирование учебно-воспитательной работы как целостной системы, обеспечивающей необходимую полноту всех видов деятельности детей;

- постоянное изучение уровня развития каждого ребёнка и коллектива для организации воспитательно-образовательных влияний в «зоне их ближайшего развития»;

- строжайшее соблюдение правила недопустимости противопоставления задач развития коллектива и личности;

- постоянный подход к ребёнку как к целостной личности, проявляющей себя в конкретных условиях учебной работы и других сферах жизнедеятельности;

- признание целей и задач воспитания систематизирующим фактором, который, как закон, определяет выбор содержания, методов, форм воспитательной работы и способов оценки её результатов;

- обеспечение тесного взаимодействия ДОО, школы, семьи на основе коллективного, демократично реализуемого обсуждения задач воспитания и выбора взаимодополняющих видов деятельности, направленных на решение этих задач;

- целенаправленный отбор и оптимальное сочетание всех форм фронтальной, групповой, индивидуальной работы с детьми, позволяющих максимально активизировать разнообразную деятельность дошкольников;

- систематическое выявление причин успехов и неудач в осуществлении комплексного подхода к воспитанию на основе сопоставления уровня реализации научных требований к организации процесса воспитания с полученными результатами.

#### **2.1.4. Особенности проведения занятий.**

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

Педагог на занятиях познавательного цикла должен:

- руководить познанием детей, создавать соответствующую среду и условия;

- направлять познавательную активность детей на получение информации, выходящей за пределы непосредственно воспринимаемой деятельности;

- помогать детям устанавливать связи и зависимости в полученных и накопленных знаниях;

- способствовать развитию бережного отношения к самому здоровью, предметам;

- формировать у детей позиции созидателя, помощника, друга для представителей животного и растительного мира.

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

Учитывая особенности детей с нарушением опорно-двигательного аппарата, в первую очередь, необходимо осуществлять надлежащий контроль за осанкой детей, соблюдая санитарно-гигиенические требования, предусматривать смену динамических рабочих поз (Базарный В.Ф.). Кроме того, занятия познавательного цикла можно включать коррекционные упражнения, способствующие формированию правильной осанки и правильного свода стоп. Эти упражнения укрепляют у детей позвоночно-поясничные мышцы, мышцы брюшного пресса, мышцы ног. Такие коррекционные упражнения, как «Велосипед», «Мельница» дети выполняют лёжа на спине; «Птички», «Лодочка», «Пловцы» - лёжа на животе, а упражнение «Гусеница»

сидя на полу. Чаще всего включаются упражнения в движении «След в след» (по следовой дорожке) и различные виды ходьбы с использованием предметов и пособий: по канату, дорожкам-наполнителям, дорожкам - массажерам, обручу, ребристой доске, гимнастической палке.

Известно, что положительные эмоции влияют на регуляцию деятельности внутренних органов, повышают тонус коры головного мозга, активизируют детей. Поэтому целесообразно включать в занятия игры малой и средней подвижности.

При планировании коррекционных упражнений следует учитывать:

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

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

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

Кроме обычных занятий по познавательному развитию для детей ЧБТ целесообразно организовать и *индивидуальную работу*. На индивидуальных занятиях дети будут усваивать элементарные знания о своём организме, его функциях, о здоровье и здоровом образе жизни. У них будет вырабатываться мышечное представление о правильной осанке, а также создавать её хорошо закреплённый зрительный образ. Данная информация изменяет отношение к себе и своему здоровью, воспитывает культуру тела, культуру чувств. У детей вырабатывается осознанное отношение и забота о своём теле, желание более качественно выполнять коррекционные упражнения для устранения и исправления своих дефектов. Эта работа проводится как часть цикла познавательного развития.

Таким образом, воспитательно-образовательная работа в группах ЧБТ включает в себя систему мер по интеллектуальной, психологической и физической готовности детей к школе.

Целостная, продуманная, системная работа в течение всего дня, и режимных процессов может привести к эффективной коррекции для ЧБТ.

### **2.1.5. Система мониторинга**

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

Обследование проводится в первый организационный период с 1-го по 15-е сентября. В ходе проведения обследования детей проводится осмотр врачом-педиатром состояния здоровья детей.

Оценку физического и функционального состояния организма ребенка проводят врач-педиатр, медсестра. Оценка эффективности физического воспитания осуществляется на основе динамики состояния здоровья, функциональных возможностей развития физических качеств и навыков.

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

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

Педагог-психолог выявляет уровень работоспособности по методике «Коррекционная проба». Полученные данные заносятся в протоколы. На детей с НОДА следует составлять специальные хронометражные карты (по Мастюковой Е.М.), на которых удобно фиксировать состав движений, отмечать особенности двигательной деятельности детей группы и отдельного ребёнка.

Педагоги группы совместно с медицинским работником обсуждают результаты обследования, намечают конкретные пути коррекционной работы, учитывая особенности каждого ребёнка.

Полученные результаты диагностики помогут:

- определить задачи в работе с детьми (формирование рациональных навыков, повышение результативности движений; улучшение физического развития детей, их анатомо-физиологического статуса);
- обоснование содержания занятий (подбор упражнений, игр);
- продумать структуру занятий и дозировку упражнений;
- комплектовать группы для занятий.

## **2.2. Особенности организации работы педагогов ДОУ.**

Основные области деятельности специалистов сопровождения:

**Педагог - психолог:** психологическая диагностика, психологическое консультирование, разработка и оформление рекомендаций другим специалистам по организации работы с ребёнком с учётом данных психодиагностики, проведение тренинговых, психокоррекционных форм работы;

**Воспитатель:** определение уровня развития разных видов деятельности ребёнка, особенностей коммуникативной активности и культуры, уровня сформированности целенаправленной деятельности, навыков самообслуживания согласно возрастному этапу, реализация рекомендаций психолога, врача - ортопеда (организация режима развивающих и коррекционных игр);

**Музыкальный руководитель:** реализация используемых программ музыкального воспитания, программ дополнительного образования с элементами музыкальной, театральной, креативной терапии с учётом рекомендаций педагога - психолога, и обязательным представлением для психологического анализа продуктов детского творчества как проективного материала;

**Инструктор по физической культуре:** реализация используемых программ с целью коррекции двигательных нарушений, ориентировки в макро - и микропространстве. Подбор индивидуальных упражнений для занятий с детьми, имеющими соматическую слабость, замедленное развитие локомоторных функций, отставание в развитии двигательной сферы, снижение ловкости и скорости выполнения упражнений с учётом рекомендаций педагога - психолога, врача;

**Инструктор по физической культуре(плавание):** осуществляет работу по обучению плаванию детей дошкольного возраста, организует мероприятия направ-

ленные на укрепление здоровья воспитанников и их физическое развитие; реализует ООП ДО (образовательная область «Физическое развитие»).

**Медицинский персонал (по согласованию), калькулятор:** обеспечение повседневного санитарно - гигиенического режима, ежедневный контроль за психическим и соматическим состоянием воспитанников, проведение фито - и физиотерапевтических процедур, индивидуальных рекомендаций врачей. Составление меню с учётом рекомендаций врачей, контроль и анализ выполнения натуральных норм продуктов. Контроль над качеством поступающих продуктов.

**Старший воспитатель:** перспективное планирование деятельности сопровождения, координация деятельности и взаимодействия специалистов, контроль над организацией работы специалистов в ортопедических группах, анализ эффективности деятельности специалистов, организация психолого - педагогического консилиума с привлечением медперсонала (по согласованию).

### 2.2.1. Особенности организации работы педагога – психолога

Таблица № 3

Основные направления	Содержание деятельности
Основные направления деятельности специалиста	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Обеспечение оптимальной адаптации к ДОУ.</li> <li>– Отслеживание индивидуального эмоционально-личностного развития ребенка и отклонений в поведении для формирования группы риска и составления индивидуального образовательного маршрута для индивидуальной и групповой форм психокоррекционной работы.</li> <li>– Определение и развитие индивидуальных особенностей познавательной сферы детей</li> <li>– Изучение индивидуально-типологических особенностей нервной системы и эмоциональной сферы ребенка.</li> <li>– Посещение и анализ занятий с целью оказания помощи педагогам в подборе способов и методов включения индивидуальных особенностей ребенка в познавательный процесс.</li> <li>– Проведение семинаров и тренингов для воспитателей групп, для родителей</li> <li>– Проведение тренингов по общению с детьми.</li> <li>– Прогнозирование трудностей школьного обучения и проведение занятий, направленных на развитие психологической готовности детей к школьному обучению</li> <li>– Консультирование педагогов и родителей по вопросам психического здоровья и развития детей</li> <li>– Осуществление скринингового и углубленного обследования</li> </ul>
Категория детей, охваченных психологической помощью	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Дети с нарушениями в развитии познавательной, личностной, эмоциональной и поведенческой сферах</li> <li>– Дети старшего дошкольного возраста с целью развития психологической готовности детей к школе</li> <li>– Дети, поступающие в ДОУ с целью сопровождения адаптационного периода</li> </ul>
Программы психолого-педагогического сопровождения	<ul style="list-style-type: none"> <li>– «Психогимнастика в детском саду». Алябьева Е.А.</li> <li>– «Проблемные дети: основы диагностической и коррекционной работы психолога»/Н.Я.Семаго, М.М. Семаго.-М.2003</li> <li>– «Психолого-педагогическая диагностика развития детей»/под ред.Е.А. Стребелевой.- 3-е изд.- М.: Просвещение,2006.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>– «Подготовка к школе». /Ильина М.Н. Питер,2007.</li> <li>– «Диагностика и коррекция внимания»/А.А.Осипова, Л.И. Малашанская-М.2004.</li> <li>– «Психолого-педагогическая оценка готовности к началу школьного обучения» /Н.Я.Семаго, М.М. Семаго.-М.2003</li> </ul>
Используемые методики психодиагностики	<p><b>Адаптация к условиям ДОО (ранний возраст):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Анкетирование родителей;</li> <li>– Листы адаптации;</li> <li>– Консультации для родителей;</li> <li>– Психологические игры и тренинги в детском саду Л.В.Чернецкая</li> </ul> <p><b>Диагностика детей:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Психологические рисуночные тесты А.Л.Венгер;</li> <li>– Развивающие тесты и упражнения М.И.Ильина;</li> <li>– Эмоциональное развитие Панфиловой М.А. «Кактус», «Страхи в домиках»;</li> <li>– Тесты для детей Земцова О.Н.;</li> <li>– Психологические тесты и упражнения для детей Кэтрин Тэйлор;</li> </ul> <p><b>Готовность к школе:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Изучение готовности детей, поступающих в первый класс (по В.Богомолову)</li> <li>– Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка. Дошкольный и младший школьный возраст. Семаго Н. Я. Семаго М. М.</li> <li>– Составление рассказа по сюжетной картинке</li> </ul> <p><b>Диагностика детско-родительских отношений:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Тест-опросник родительского отношения (РО) по А.Я. Варга</li> <li>– Методика Рене Жиля (Для исследования сферы межличностных отношений ребенка и его восприятия внутрисемейных отношений)</li> <li>– Проективные рисуночные методики «Рисунок семьи» Хоментаскас Г.Т.</li> </ul>
<p>Формы деятельности:</p> <p><i>диагностическая</i></p> <p><i>коррекционная</i></p> <p><i>развивающая просветительская</i></p> <p><i>профилактическая</i></p>	<p>Диагностика познавательного, социального, эмоционального развития детей</p> <p>Диагностика психологической готовности детей к школьному обучению</p> <p>Диагностика психологического климата в коллективе</p> <p>Диагностика стиля педагогического взаимодействия с детьми</p> <p>Диагностика детско-родительских отношений</p> <p>Коррекция нарушений познавательного, социального, эмоционального развития детей</p> <p>Коррекция неконструктивного поведения детей</p> <p>Коррекция стиля педагогического взаимодействия с детьми</p> <p>Коррекция детско-родительских отношений</p> <p>Развитие познавательной, социальной, эмоциональной сфер детей</p> <p>Развитие психологической готовности детей к школьному обучению</p> <p>Профилактика нарушений познавательного, социального, эмоционального развития детей посредством семинаров и тренингов для родителей и педагогов</p> <p>Профилактика дезадаптации детей к ДОО</p> <p>Проведение семинаров, практикумов и тренингов с целью помочь педагогам и родителям осуществлять конструктивное взаимодействие с детьми</p> <p>Профилактика нарушений детско- родительских отношений</p> <p>Консультирование педагогов и родителей по вопросам психического здоровья и развития детей</p>

<i>консультативная</i>	Формы: очное и заочное консультирование; индивидуальное и групповое; информация в родительских уголках.
Участие в работе ППК	Участие в ППК для составления индивидуальной комплексной программы развития ребенка
Формы взаимодействия психолога со специалистами ДОУ и родителями	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Спецпрактикум.</li> <li>– Клуб для родителей.</li> <li>– Занятие совместно с детьми.</li> <li>– Совместные дискуссии</li> <li>– Индивидуальные консультации</li> <li>– Общие консультации</li> <li>– Коррекционные родительские группы</li> <li>– Когнитивно-поведенческий тренинг</li> <li>– Игры для взрослых</li> <li>– Заочное консультирование</li> <li>– Экспресс - выступления на родительских собраниях</li> <li>– Семинары</li> </ul>

### 2.2.2. Содержание коррекционно-развивающей работы воспитателя с детьми в повседневной жизни

*Таблица № 4*

<b>Формы работы</b>	<b>Содержание работы</b>
<i>Утренняя гимнастика</i>	Дыхательная гимнастика Развитие слухового внимания, мелкой моторики рук, двигательной активности, ориентировки в пространстве
<i>Засыпание под музыку</i>	Релаксация: переход от активной деятельности ко сну
<i>Пробуждение под музыку, гимнастика после сна</i>	Выравнивание фаз пробуждения детей. Эмоционально-положительный настрой детей на дальнейшую деятельность Дыхательная гимнастика
<i>Дидактическая игра</i>	Закрепление знаний и умений детей, полученных на коррекционных занятиях
<i>Сюжетно-ролевая игра</i>	Развитие умений организовывать и поддерживать игровую деятельность Обогащение лексики Развитие связной речи Развитие коммуникативной стороны речи
<i>Индивидуальная работа по заданию психолога</i>	Развитие эмоционально-волевой сферы
<i>Праздники, развлечения, театрализованная деятельность</i>	Развитие эмоционально-волевой сферы Формирование предпосылок к развитию творческого воображения Формирование навыков сценической речи
<i>Прогулка</i>	Развитие психических процессов, коммуникативной стороны речи, эмоционально-волевой сферы, мелкой моторики
<i>Культурно - гигиенические навыки</i>	Развитие мелкой моторики, коммуникативной стороны речи
<i>Трудовая деятельность</i>	Обогащение и активизация словарного запаса Развитие коммуникативной стороны речи, мелкой моторики

## 2.3. Взаимодействие педагогов ДОУ при работе с детьми и родителями

Таблица № 5

<b>Ребенок родитель</b>	<b>Воспитатель</b>	–Педагогическая диагностика –Исследование социального статуса семьи –Организация эмоционального - благоприятного климата в группе –Реализация рекомендаций специалистов –Взаимодействие с семьей
	<b>Педагог – психолог</b>	– Психологическая диагностика – Профилактика и консультирование – Психологическая коррекция – Использование элементов психотерапии – Рекомендации другим специалистам, воспитателям и родителям
	<b>Медицинские работники (по согласованию)</b>	– Исследование физического развития и физической подготовленности – Комплексная оценка состояния здоровья – Контроль за организацией оздоровительных мероприятий и питанием детей – Сезонная профилактика
	<b>Руководитель физического воспитания</b>	– Диагностика физического развития – Выполнение рекомендаций специалистов – Индивидуальная коррекционная работа – Организация совместных праздников и развлечений
	<b>Музыкальный руководитель</b>	– Использование элементов музыкальной, танцевальной и терапии с учетом рекомендаций педагога – психолога – Организация совместных праздников и развлечений

## 2.4. Взаимодействие с родителями.

Взаимоотношения с родителями строятся, прежде всего, на основе родительского договора.

*Процесс физкультурно-оздоровительной совместной работы с семьей включает:*

– Целенаправленную санпросветработу, пропагандирующую общегигиенические правила, необходимость рационального режима и полноценного сбалансированного питания, закаливания, оптимального воздушного и температурного режима и т.д.;

– Ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении, направленной на физическое, психическое и социальное развитие ребенка;

Результаты диагностики состояния здоровья ребенка и его психомоторного развития доводятся до сведения каждого родителя. Отмечаются сильные и слабые стороны развития, намечаются пути оказания помощи (если это необходимо), в укреплении здоровья, физического развития и дальнейшего его совершенствования.

– Обучение родителей конкретным приемам и методам оздоровления (ЛФК, дыхательная гимнастика, самомассаж, разнообразные виды закаливания и т.д.);



– Ознакомление родителей с лечебно-профилактическими мероприятиями, проводимыми в группе, обучение отдельным нетрадиционным методам оздоровления детского организма (фитотерапия, ароматерапия и т.д.).

*Работа по просвещению* родителей организуется на основании опроса. Выявляются следующие группы родителей:

*1 группа* – родители обладают достаточным объемом знаний по проблемам воспитания и образования, а также по проблемам здоровья ребенка.

*2 группа* -родители, которые не очень интересуются педагогикой, здоровьесберегающими технологиями, но их волнует личность их малыша, проблема его становления, здоровья. Они стремятся понять причины своих неудач в воспитательной и оздоровительной работе.

*3 группа* – родители, интерес которых ограничен лишь конкретной ситуацией – педагогической или связанной со здоровьем ребенка.

В педагогическом взаимодействии с родителями разных групп используются разнообразные формы работы по укреплению и сохранению здоровья детей и повышению их физических качеств:

- информация для родителей на стендах, в папках-передвижках; консультации;
- устные журналы и дискуссии с участием психолога, медиков, специалистов по физкультуре;
- инструктивно-методические занятия по профилактике нарушений осанки, деформации стопы;
- семинары-практикумы;
- деловые игры и тренинги;
- физкультурные досуги и праздники с участием родителей и т. д.;
- выставки (фотовыставки, поделок, родительских рекомендаций из опыта семейного воспитания и т.д.)

## 2.5. Особенности организации работы с социальными партнерами

*Таблица № 6*

Учреждение	Взаимодействие
<b>ОО Кировского района ДО мэрии г. Новосибирска</b>	– координационно-методическая работа по проблеме преемственности «детский сад – школа», – участие в методических объединениях района.
<b>НИПК и ПРО</b>	– повышение квалификации педагогических кадров; – методическая помощь.
<b>Центр «Магистр»</b>	– научное консультирование по проблеме сохранения здоровья; – повышение квалификации педагогических работников; – апробация здоровьесберегающих технологий и программ.
<b>ГЦРО</b>	– разработка и внедрение инновационных педагогических технологий; – научное консультирование
<b>Поликлиника №13</b>	– медицинское обслуживание детей и сотрудников.
<b>ОУ района</b>	– тесное сотрудничество в рамках преемственности «Детский сад – школа». – обмен опытом; – творческие мастерские; – кустовые мероприятия.

### III. Организационный раздел

#### 3.1. Организация жизни и воспитания детей

В ДОУ, работающем в режиме пятидневной рабочей недели, объём учебной нагрузки должен соответствовать санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений (СанПиН 2.4.1.3049-13)

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

- в группе раннего возраста – 1 час 50 минут,
- во II младшей группе – 2 часа 45 минут,
- в средней группе – 4 часа,
- в старшей группе – 5 часов 25 минут,
- в подготовительной группе – 7 часов.

Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности составляет:

- для детей третьего года жизни - не более 10 мин,
- для детей четвертого года жизни – не более 15 минут,
- для детей пятого года жизни - не более 20 минут,
- для детей шестого года жизни – не более 25 минут,
- для детей седьмого года жизни – не более 30 минут.

Максимально допустимый объём образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной 45 минут и 1,5 часа. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводим физкультминутку. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности – не более 10 минут.

Непосредственно образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста осуществляется во второй половине дня после дневного сна, но не чаще 2 – 3 раза в неделю. Её продолжительность составляет не более 25 – 30 минут в день. В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводят физкультминутку. (*Расписание и режим см. в образовательных программах группы*)

Содержание Программы обеспечивает развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности и охватывает следующие структурные единицы, представляющие определенные направления развития и образования детей (далее - образовательные области):

- социально-коммуникативное развитие;
- познавательное развитие;
- речевое развитие;
- художественно-эстетическое развитие;
- физическое развитие.

Все бытовые процессы выполняются постепенно. Не рекомендуется допускать очереди в умывальной комнате, ожидания приёма пищи за столом. В тёплое время

года, когда дети одеваются быстро, вводятся дополнительно прогулки – до завтрака и после ужина. Режимные моменты должны проводиться так, чтобы оказывать прямое или косвенное воздействие на укрепление физического и психического состояния здоровья.

При необходимости (по результатам диагностики) в план включаются групповые занятия с педагогом-психологом.

### **3.2. Особенности организации предметной развивающей среды**

Предметная развивающая среда – это система материальных объектов деятельности ребёнка, функционально моделирующая содержание его духовного и физического развития. Обогащённая среда предполагает единство социальных и предметных средств обеспечения разнообразной деятельности ребёнка. Все компоненты предметной развивающей среды увязываются между собой по содержанию, масштабу, художественному решению.

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

Предметно-игровая среда в группе должна отвечать определённым требованиям и принципам - это, прежде всего, свобода достижения ребёнком своего права на игру, которая реализуется как право выбора ребёнком темы, сюжета игры, тех или иных игрушек, места и времени игры. При этом следует учитывать возрастные особенности детей дошкольного возраста и то обстоятельство, что они находятся в ДОО, работающем по определённой образовательной программе. Это означает, что, создавая в ДОО условия для осуществления детьми своего права на игру, им предлагается не только наиболее удобное в распорядке дня время для игры, но и выделяется подходящее место, оборудовав его универсальной предметно-игровой средой, пригодной для организации различных видов игр.

Предметно - игровая среда в группе организуется так, чтобы каждый ребёнок имел возможность заниматься любимым делом. Размещение оборудования по секторам позволяет детям объединяться подгруппами по общим интересам (рисование, ручной труд, театрализованная деятельность, физкультурная зона и т.д.) Специально предусмотрены места, где дети могут на время уединиться, отойти от общения, подумать, помечтать.

Разделение в игровых зонах идёт и по гендерному признаку. Зона для мальчиков – игры со строителем, конструктором, машинами. Зона для девочек – игры с куклами.

Самостоятельная двигательная активность составляет большое время в режиме дня детей. Она является и наименее утомительной из всех форм двигательной активности. В самостоятельной активности детей основное место занимают различные игры. В них наиболее полно реализуется свойственная детям высокая потребность в движении. Значительно разнообразит движения в играх использование физкультурных пособий. Разнообразие пособий вызывает у ребёнка интерес к движениям, предупреждает развитие у него двигательных стереотипов, развивает творческие способности, умение использовать пособия в разнообразной деятельности – двигательной, игровой.

При комплектации физкультурного оборудования для уголка следует отбирать малогабаритное, лёгкое, с ярко выраженной развлекательно-развивающей направленностью. Кроме того, необходимо руководствоваться знаниями о развитии психофизических качеств и двигательных способностей ребёнка. Старший дошкольный возраст является сензитивным к развитию быстроты (в 5 лет), силы и гибкости (5 и 6 лет), выносливости у детей обоих полов (6 лет) и ловкости (у мальчиков), глазомера и координации движений (6,5 лет). Необходимо учитывать возрастающую разницу интересов и предпочтений разнополых детей, а также возможности организации двигательной деятельности на ограниченной площади.

Учитывая тягу детей к сложно координированным двигательным действиям, спортивным играм и тренажёрным устройствам, позволяющим выполнять многообразные варианты движений, физкультурный уголок в старших группах значительно отличается от предыдущих. Это могут быть мячи, фитболы, мини-парашюты, простейшие тренажёры, массажёры, различные шаробросы, кольцобросы, кегли, обручи, скакалки, и т.д. Разнообразить активность детей позволит изготовленный педагогами физкультурный инвентарь: дорожки - массажёры; ребристые доски; мешочки с песком и др.

Дети в самостоятельной деятельности любят бегать. Если бег становится чрезмерно продолжительным, это ведёт к перевозбуждению нервной системы и переутомлению. А вовремя подсказанный ребёнку сюжет вносит в бесцельную беговую целесообразность, вызывает необходимость регулирования движения. Сюжетной направленности игр способствует внесение различных атрибутов в виде нагрудных знаков, шапочек с изображением зверей, птиц, автобуса, самолёта. В играх с этими пособиями дети обычно берут на себя сразу два образа (самолёт и лётчик). Эти игры кратковременны, но ценны своими целенаправленными движениями.

Чтобы движения стали полноценным компонентом игровой деятельности, детей следует учить разным действиям с игрушками, пособиями, приучать использовать физкультурный инвентарь в играх, выбирать для игр сюжеты, включающие применение основных видов движений (ходьба, бег, лазанье, катание).

Создавая условия для самостоятельной двигательной активности деятельности в организованных формах, обеспечивается высокий двигательный режим. *(Двигательной активности более подробно прописана в ООП ДО в разделе 2.3. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ).*

### **3.3. Режим дня.**

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

Режим способствует нормальному функционированию внутренних органов и физиологических систем организма, обеспечивает уравновешенное, бодрое состояние ребенка, предохраняет нервную систему от переутомления, создает благоприятные условия для своевременного развития, формирует способность к адаптации к новым условиям.

*Организация режима дня проводится с учетом двух периодов года:*

- холодный период (сентябрь – май);
- теплый период (июнь - август). (*Расписание и режим см. в образовательных программах группы*)

Режим дня является примерным, его можно корректировать с учетом особенностей работы дошкольного учреждения, контингента детей, климата региона, времени года, длительности светового дня. На период карантинных мероприятий предполагаются карантинные режимы по показаниям.

*Особенности организации режима дня в адаптационный период:*

- создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе: тепла, доброты, внимания;
- формирование чувства уверенности в окружающем;
- знакомство с окружающей средой (группой, персоналом, детьми);
- установление доверительных отношений между воспитателями и детьми;
- обучение навыкам общения со сверстниками;
- постепенное привлечение ребёнка ко всем мероприятиям в совместной и самостоятельной деятельности.

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

- уменьшение длительности дневного пребывания на 1 – 1,5 часа;
- уменьшение индивидуальной длительности непосредственной образовательной деятельности интеллектуального блока;
- удлинение дневного сна на 20 – 30 минут (поздний подъём);
- ограничение физических упражнений в зависимости от перенесённого заболевания;
- индивидуальные сборы на прогулку под контролем взрослых (ребёнок одевается последним на прогулку и первым раздевается после прогулки).

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

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

### **3.3. Список литературы:**

- Альбицкий В.Ю., Баранов А.А. Часто болеющие дети. Клинико - социальные аспекты. Пути оздоровления. - Саратов, 1986.
- Богина Т.Л. Некоторые аспекты воспитательно-образовательной работы с часто болеющими и ослабленными детьми в дошкольном учреждении. / в Сб. Здоровье и физическое развитие детей в дошкольных образовательных учреждениях. Проблемы и пути оптимизации. - М., 2002.
- Бутко Г.А. Основные направления и содержание физкультурно- оздоровительной работы специального детского сада для детей с задержкой психического развития // Коррекционная педагогика. -2004. № 3, № 4.

- Быкова А.И. Принципы всестороннего развития и методы его осуществления в системе физического воспитания в детском саду. в Сб. Труды Всероссийской научной конференции по дошкольному воспитанию. -М., 1994.
- Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: Методическое пособие. – М., 2008.
- Диагностические методики оценки физического и двигательного развития ребёнка в норме и с проблемами в развитии. Автор-составитель Семёнова Л.М., Орёл, 2003
- Доскин В.А. Растем здоровыми: Пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физкультуры / В.А. Доскин, Л.Г. Голубева.- М., 2002.
- Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду / Под ред. Т.С. Яковлевой. – М., 2007.
- О здоровье дошкольников. Родителям и педагогам / Сост. Н.В. Нищева. – СПб., 2006.
- Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях: Учебное пособие / Под ред. В.И. Орла, С.Н. Агаджановой. – СПб., 2006.
- Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду. – М., 2000.
- Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. - М., 2001.
- Ходарев С.В., Поддубная Т.М., Яновская Т.Ю. Часто болеющие дети. – М. – Ростов-на-Дону, 2004.
- Шевченко С.Г. Коррекционно-развивающее обучение организационно- педагогические аспекты. – М., 1999