



УЧИМСЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМИ

ISSN 2220-1467

ИНСТРУКТОР ПО ФИЗКУЛЬТУРЕ

№8/2013



Взаимодействие
специалистов с целью
укрепления здоровья
детей

Спортивные
соревнования
для детей и взрослых

Праздник спорта
«Играем с папами
в зарницу»

Физкультурный
праздник
с родителями

О профессиональной
готовности
инструкторов
по физкультуре



УКРЕПЛЯЕМ
ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ
ВМЕСТЕ
С РОДИТЕЛЯМИ



УЧИМСЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМИ

ISSN 2220-1467

№8/2013



Подписные индексы в каталогах:

«Роспечать» — 48607, 36804 (в комплекте)

«Пресса России» — 42122, 39757 (в комплекте)

«Почта России» — 10399 (в комплекте)

ТЕМА НОМЕРА

УКРЕПЛЯЕМ ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ ВМЕСТЕ С РОДИТЕЛЯМИ

СОДЕРЖАНИЕ

Редакционный совет	3
Индекс	4

Колонка редактора

Парамонова М.Ю.

Встречаем зиму и укрепляем здоровье детей	5
---	---

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ РОСТ

Наука — практике

Кривоногова Т.С., Зезуль В.С.

Новые технологии в физкультурно-оздоровительной работе с дошкольниками	6
---	---

Повышение квалификации

Федорова С.Ю.

Современные подходы к повышению профессиональной квалификации воспитателей по физкультуре	15
--	----

Психофизическое развитие ребенка

Шахбанова Г.И.

Индивидуальный подход в работе с детьми разного уровня физического развития и здоровья	27
---	----

ПЕДАГОГИКА ЗДОРОВЬЯ

Образовательная работа

Татаринцева Л.В.

Интегрированное занятие оздоровительной направленности «Путешествуй, не скучай, планету нашу изучай!»	34
--	----

Доброгорская О.В.

Физкультурное занятие «Праздник трясогузки»	39
---	----

Пугачева Э.В.

Занятие по физкультуре «Магазин игрушек»	43
--	----

Физкультурно-оздоровительная работа

Хлыстенкова Н.А.

Досуг «И в мороз, и в стужу с физкультурой дружим!» 45

Зубова Е.Р., Плешкова Г.А.

Праздник «Малые Олимпийские игры» 49

Планирование

Фролова Е.Н.

Проект: «Знать об этом должен каждый: безопасность — это важно!» 53

СОТРУДНИЧЕСТВО

Взаимодействие со специалистами

Копытова О.А.

Организация взаимодействия специалистов с целью сохранения и укрепления здоровья детей 60

Работа с семьей

Торопова И.П.

Физкультурный праздник с родителями 73

Васильева С.М.

Спортивные соревнования для детей и взрослых 79

Мкртычян С.С., Залетова А.А., Бирюкова И.А.

Праздник спорта «Играем с папами в зарницу» 83

ЭТО ИНТЕРЕСНО

Дискуссионный клуб

Скворцова Л.И.

Аквааэробика для старших дошкольников 86

Вести из регионов

Петрова И.В., Пастушкова Л.А., Скобина Г.И.,

Ермолаева В.В.

О готовности инструкторов по физкультуре к работе в новых условиях 91

Федотова М.А.

Маленькие туристы из Забайкалья 104

Это интересно

На I Всероссийском съезде работников дошкольного

образования 107

Резолюция I Всероссийского съезда работников

дошкольного образования 108

Указатель статей

Указатель статей журнала «Инструктор по физкультуре»

за 2013 год 113

Вести из сети

Книжная полка 52, 78, 90, 124

Повышаем квалификацию 126

Как подписаться 127

Анонс 128

Редакционный совет

Бабенкова Евгения Алексеевна, канд. пед. наук, ведущий научный сотрудник Учреждения РАО «Институт возрастной физиологии», Москва.

Голубев Владимир Викторович, канд. мед. наук, профессор кафедры медицины и безопасности жизнедеятельности ФГБОУ ВПО «Московский педагогический государственный университет».

Зимонина Валентина Николаевна, ст. преподаватель, методист кафедры педагогики и методики дошкольного образования ГОУ ВПО «Московский институт открытого образования».

Криволапчук Игорь Альбертович, д-р биол. наук, заведующий лабораторией физиологии мышечной деятельности и физического воспитания Учреждения РАО «Институт возрастной физиологии», Москва.

Маханева Майя Давыдовна, канд. пед. наук, заслуженный учитель Российской Федерации, директор МОУ «Прогимназия № 117», г. Нижний Новгород.

Парамонова Маргарита Юрьевна, канд. пед. наук, декан факультета дошкольной педагогики и психологии ФГБОУ ВПО «Московский педагогический государственный университет», главный редактор журналов «Воспитатель ДОУ», «Инструктор по физкультуре».

Правдов Михаил Александрович, д-р пед. наук, профессор, заведующий кафедрой теории и методики физической культуры и спорта, заведующий научно-исследовательской лабораторией факультета физической культуры ГОУ ВПО «Шуйский государственный педагогический университет».

Чумичева Раиса Михайловна, д-р пед. наук, профессор, декан факультета педагогики и практической психологии ГОУ ВПО «Педагогический институт ЮФУ».

Шебеко Валентина Николаевна, д-р пед. наук, доцент кафедры методик дошкольного образования ОУ «Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка».

Редакционная коллегия

Боякова Екатерина Вячеславовна, канд. пед. наук, ст. науч. сотрудник ФГНУ «Институт художественного образования» Российской академии образования, главный редактор журналов «Управление ДОУ», «Методист ДОУ».

Макарова Людмила Викторовна, канд. мед. наук, зав. лабораторией физиолого-гигиенических исследований в образовании ФГНУ «Институт возрастной физиологии» Российской академии образования, главный редактор журнала «Медработник ДОУ».

Парамонова Маргарита Юрьевна, канд. пед. наук, декан факультета дошкольной педагогики и психологии ФГБОУ ВПО «Московский педагогический государственный университет», главный редактор журналов «Воспитатель ДОУ», «Инструктор по физкультуре».

Танцюра Снежана Юрьевна, канд. пед. наук, доцент кафедры специальной психологии и специальной педагогики РосНОУ (Российский открытый социальный новый университет), главный редактор журнала «Логопед».

Цветкова Татьяна Владиславовна, канд. пед. наук, член-корреспондент Международной академии наук педагогического образования (МАНПО), генеральный директор и главный редактор издательства «ТЦ Сфера».

ИНДЕКС

УЧРЕЖДЕНИЯ И АВТОРЫ, УПОМИНАЕМЫЕ В НОМЕРЕ

Указаны страницы, на которых начинаются статьи с упоминанием названий учреждений и фамилий авторов

АНО ДО «Планета детства «Лада» д/с № 130 «Родничок», г. Тольятти Самарской обл.	34	МАДОУ ЦРР д/с № 14 «Дельфинчик», г. Краснокаменск Забайкальского края	91
ГБОУ д/с № 1970, Москва	43	МАДОУ ЦРР д/с № 20 «Почемучка», г. Краснокаменск Забайкальского края	104
ГБОУ д/с № 7, пос. Акулово, Москва	83	МБДОУ д/с № 15 «Дюймовочка», г. Старый Оскол Белгородской обл.	86
ГБОУ ЦРР д/с № 758, Москва	49	МБДОУ д/с № 2 «Росинка», пос. Мелехово Ковровского р-на, Владимирской обл.	73
Кафедра дошкольного образования ГБОУ ВПО МО «Академия социального управления», Москва	15	МБДОУ д/с № 27, г. Железнодорожный Московской обл.	60
Кафедра педиатрии ФПК и ППС СибГМУ, г. Томск	6	МБДОУ д/с № 40 «Золотой ключик», г. Ключи-1 Усть-Камчатского р-на Камчатского края	53
Комитет по управлению образованием администрации муниципального района «Город Краснокаменск и Краснокаменский район»	91	МБДОУ д/с № 5 «Солнышко», г. Усть-Илимск Иркутской обл.	27
МАДОУ д/с № 13, г. Томск	6	МБДОУ д/с № 53, г. Северск Томской обл.	79
МАДОУ ЦРР д/с «Надежда», г. Ноябрьск Тюменской обл., ЯНАО	39	МБДОУ д/с № 19 «Звездочка», г. Альметьевск, Республика Татарстан	45
МАДОУ ЦРР д/с № 12 «Родничок», г. Краснокаменск Забайкальского края	91		
МАДОУ ЦРР д/с № 13 «Сказка», г. Краснокаменск Забайкальского края	91		
Бирюкова Ирина Александровна ..	83	Петрова Ирина Валерьевна	91
Васильева Светлана Михайловна	79	Плешкова Галина Андреевна	49
Доброгорская Ольга Викторовна	39	Пугачева Эльвира Васильевна	43
Ермолаева Виктория Витальевна	91	Скворцова Людмила Ивановна ...	86
Залетова Анна Александровна	83	Скобина Галина Игоревна	91
Зезуль Валентина Семеновна	6	Татаринцева Любовь Владимировна	34
Зубова Елена Руслановна	49	Торопова Ирина Павловна	73
Копытова Ольга Александровна ...	60	Федорова Светлана Юрьевна	15
Кривоногова Татьяна Сергеевна ...	6	Федотова Марина Аркадьевна	104
Мкртычян Стелла Степановна ...	83	Фролова Елена Николаевна	53
Пастушкова Людмила Анатольевна	91	Хлыстенкова Надежда Александровна	45
		Шахбанова Галина Ивановна	27

Встречаем зиму и укрепляем здоровье детей

Жители нашей страны всегда с нетерпением ожидают зиму. Для детей и взрослых это время волшебства, исполнения желаний, время самого любимого праздника — Нового года! А зимняя природа не только радует своей красотой, но и дарит прекрасные возможности для укрепления здоровья. Активный отдых, катание на санках, коньках, ледянках, ходьба на лыжах, спортивные игры — верные средства закаливания и тренировки защитных сил организма. Холодный воздух не опасен, если соблюдать правила поведения на улице. Самое главное — оптимальный двигательный режим и выбор подходящей одежды как для спокойных, так и для энергичных прогулок. В движении ребенок не мерзнет, но вспотеть может легко, если одет слишком тепло или неудобно.

В последние годы зима не всегда балует нас морозной и снежной погодой, поэтому при выборе игр и упражнений важно учитывать и эффективно использовать погодные условия. Следует предлагать детям больше разнообразных игр с бегом, метанием, прыжками, катанием с горки и по дорожкам, использовать санки, лыжи, коньки и т.д. Очень полезны пешие и лыжные прогулки по зимнему лесу. Морозный воздух закаляет, а веселые подвижные игры просто необходимы для того, чтобы наилучшим образом подготовить детский организм к возможным перепадам температур во время оттепели, повысить сопротивляемость иммунитета и укрепить здоровье в целом.

Напоминаем, что закончился конкурс журнала «Воспитатель ДОУ». Нам приятно отметить, что в 2013 г. читатели активно принимали участие в этом мероприятии. Авторитетному жюри предстоит большая и длительная работа по рассмотрению всех присланных материалов. В первом квартале 2014 г. обязательно будет опубликована информация о победителях по каждой номинации. Все участники конкурса получают сертификат.

Ждем новых интересных статей от авторов! Наш электронный адрес: dou@tc-sfera.ru.

Посещайте сайт издательства «ТЦ Сфера»: tc-sfera.ru. Узнавайте о новостях издательства, книжных новинках, смотрите видеосюжеты, читайте полезные статьи, участвуйте в обсуждении волнующих Вас вопросов образования!

Поздравляем всех с наступающим 2014 годом! Здоровья, счастья, радости, веры в себя и любви, дорогие коллеги! До встречи в Новом году!

*Главный редактор журнала «Инструктор по физкультуре»
М.Ю. Парамонова*

Новые технологии в физкультурно-оздоровительной работе с дошкольниками

Кривоногова Т.С.,

*д-р медицинских наук, профессор кафедры
педиатрии ФПК и ППС СибГМУ, г. Томск;*

Зезуль В.С.,

инструктор-методист МАДОУ д/с № 13, г. Томск

Оздоровление детей средствами физической культуры — одна из важных задач современной медицины и педагогики. Физкультурно-оздоровительная работа в нашем детском саду занимает приоритетное направление в деятельности образовательной организации. Для полноценного физического развития дошкольников созданы все благоприятные условия: рациональный режим дня, сбалансированное питание, двигательная деятельность, необходимая материально-техническая оснащенность. Физкультурные занятия проводятся три раза в неделю.

Не секрет, что ухудшение состояния здоровья детского населения является одной из острых проблем, стоящих сегодня перед обществом.

На базе нашего детского сада с октября 2011 г. было обследовано 206 детей 4—7 лет. Обследование проводили д-р мед. наук, профессор кафедры педиатрии ФПК и ППС Т.С. Кривоногова, канд. мед. наук, врач педиатр Н.Д. Быкова, инструктор-методист В.С. Зезуль. Проведенное мероприятие заключалось в сборе анамнеза родителей, визуальной оценке физического развития и состояния опорно-двигательного аппарата детей, объективных методах обследования осанки и свода стопы, диагностике когнитивных функций по А.Р. Лурия и Л.В. Занкову и первичном тестировании физической подготовленности воспитанников.

Целью настоящего исследования явилось совершенствование физического воспитания дошкольников на основе реализации дополнительной образовательной

программы в условиях дошкольных образовательных организаций.

Согласно данным исследований дети 4—7 лет распределены по группам здоровья следующим образом: I группа — 8,9%; II группа — 80,8%; III группа — 8,8%; IV группа — 1,5%.

По проведенным исследованиям психофизических качеств детей выявлено, что 83% дошкольников 4—7 лет имеют различные отклонения в состоянии здоровья. 63,5% детей имеют нарушения в состоянии опорно-двигательного аппарата. Помимо этого у воспитанников выявлено плоско-вальгусное уплощение стопы: 69,5% — у детей 4—5 лет, 65,2% — у детей 5—6 лет, 55,8% — у детей 6—7 лет. Различные нарушения осанки имеют более 40% обследованных детей.

Оценка результатов тестирования (по О.А. Сиротину, С.Б. Шармановой, Л.В. Пигаловой) показала, что 52% детей соответствует среднему уровню физической подготовленности, 34% — низкому уровню и лишь 14% испытуемых показали высокие результаты.

Актуальной становится проблема поиска эффективных путей укрепления здоровья, коррекции недостатков физического развития, профилактики заболеваний и увеличения двигательной деятельности. Решению этой проблемы способству-

ет применение физкультурно-оздоровительных технологий, внедрение современных инноваций в образовательный процесс.

В 2012 г. нами составлено учебно-методическое пособие «Методы коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата. Новые технологии физического совершенства детей в дошкольном учреждении», также разработана дополнительная образовательная программа для детей 3—7 лет. Новизна программы заключается в комплексном использовании на занятиях современных методов коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата. Физкультурно-оздоровительные технологии содержат средства традиционной и нетрадиционной гимнастики: специальные корригирующие упражнения для исправления и укрепления осанки и формирования свода стопы, элементы хатха-йоги для детей, фитбол-гимнастику, детские тренажеры и подвижные игры с коррекционной направленностью.

Несколько слов хочется сказать о фитбол-гимнастике. Фитбол — большой гимнастический коррекционный мяч — является уникальным оздоровительным тренажером. Он привлекает к себе внимание дошкольников, стимулирует их фантазию и двигательное творчество.

Фитбол-мячи большого диаметра появились сравнительно недавно. В технологии изготов-

ления этих мячей учтены такие особенности, как оптимальная упругость, эластичность материала, из которого он изготовлен, антистатические свойства. Фитбол выдерживает вес более 300 кг, а в случае механического повреждения медленно сдувается, а не лопается, что исключает травмоопасность.

Мячи могут быть не только разного размера, но и цвета. С помощью различных расцветок можно регулировать психоэмоциональное состояние ребенка.

Мячи также обладают вибрационным воздействием. Специалистами установлено, что вибрация улучшает функцию сердечно-сосудистой системы, внешнего дыхания, стимулирует обмен веществ. Занятия на фитболе великолепно развивают у дошкольников координацию движений, равновесие, устойчивость, вестибулярный аппарат.

Мячи весят около килограмма, в связи с чем их можно использовать в качестве отягощений в тренирующем режиме занятий.

При оптимальной и систематической нагрузке создается сильный мышечный корсет. Одна лишь правильная посадка на фитболе способствует формированию у детей сложно и длительно вырабатываемого в обычных условиях навыка правильной осанки. Естественная выпуклость мяча

может применяться для коррекции различных видов нарушения осанки.

Упражнения на фитболе могут выполняться в разных исходных положениях. Так, упражнения в исходном положении «сидя на мяче» тренируют мышцы таза. Выполнение заданий «лежа на мяче» проходят в постоянной балансировке, и при этом работают самые мелкие и глубокие мышцы. Таким образом, за короткое время можно получить превосходные результаты, укрепить ослабленные мышцы, убрать мышечный дисбаланс.

Приступая к занятиям, следует соблюдать некоторые методические рекомендации.

1. Подбирать мяч каждому ребенку надо по росту, чтобы при посадке на мяч между туловищем и бедром, бедром и голенью, голенью и стопой был прямой угол. Для большей устойчивости ноги в опоре стопами на полу должны располагаться на ширине плеч.

2. Следует рационально регулировать нагрузку занятия в зависимости от возраста дошкольников. Дозировка, объем и интенсивность упражнений достигаются определенным числом повторений, темпом выполнения, изменением площади опоры, времени нагрузки и отдыха, использованием различных предметов и музыки.

3. Нужно правильно и своевременно применять страховку

для профилактики травматизма. На полу и одежде занимающихся не должно быть никаких острых предметов, чтобы не повредить мяч. Для занятий лучше всего надевать удобную одежду и нескользкую обувь.

4. Начинать следует с простых упражнений, постепенно переходя к более сложным.

5. Стоит избегать быстрых и резких движений, скручивания в шейном и поясничных отделах позвоночника, интенсивного напряжения мышц шеи и спины. Резкие повороты, скручивания, нагрузка по оси могут повредить межпозвонковые диски, играющие роль буферов.

6. При выполнении упражнений лежа на мяче ни в коем случае нельзя задерживать дыхание.

7. На каждом занятии необходимо стремиться к созданию положительного эмоционального фона.

8. Продолжительность занятий для детей от 4—5 лет должна составлять 15—20 минут, 6—7 лет — 25—30 мин.

9. В конце занятия следует выполнять упражнения для восстановления дыхания и на расслабление.

С первых же занятий необходимо:

— дать детям представления о форме и физических свойствах мяча с помощью таких игровых упражнений, как прокатывание мяча по полу, по скамейке, между опорами

«змейкой»; похлопывание, отбивание мяча двумя руками на месте, в сочетании с различными видами ходьбы; передача мяча друг другу;

— учить правильной посадке на мяче: сидя на фитболе у твердой опоры, уметь самостоятельно проверить правильность постановки стоп (они должны быть прижаты к полу и параллельны друг другу);

— учить основным движениям с мячом: ходьбе и бегу с фитболом в руках; прыжкам на месте и с продвижением вперед;

— учить основным исходным положениям фитбол-гимнастики: положение стоя с мячом; положение приседа с мячом; сидя на мяче; сидя на полу; положение стоя на коленях; лежа на полу; лежа на мяче.

Далее подробнее остановимся на использовании упражнений хатха-йоги для укрепления здоровья дошкольников. Комплексы упражнений с использованием хатха-йоги основаны на динамических, статических упражнениях с расслаблением и дыхательной гимнастикой. Специалистами доказано, что определенные положения тела (асаны), приводят к существенным функциональным и биохимическим сдвигам в организме. Это касается органов дыхания, сердечно-сосудистой системы, эндокринных желез и, конечно,

опорно-двигательного аппарата. Хатха-йога особенно актуальна для ослабленных детей. Именно поэтому техники хатха-йоги активно внедряются в детские дошкольные образовательные организации.

В системе хатха-йоги имеются различные упражнения, предназначенные для укрепления всех систем организма. Асаны, прежде всего, воздействуют на опорно-двигательный аппарат, способствуют растяжению мышц и связок, что немало важно для детей с нарушением ОДА. Упражнения хатха-йоги способствуют развитию гибкости и координации движений, особенно равновесия.

Асаны — это своеобразные упражнения, благодаря которым занимающийся человек разминает опорно-двигательный аппарат, в частности, суставы, связки и мышцы. Все асаны продуманы таким образом, что даже при обычном их выполнении начинается централизованное воздействие на все системы организма. Именно за счет такого эффекта занятия йогой делают тело гибким и сильным, помогают очистить его от шлаков, оказывают ярко выраженный терапевтический эффект. Путем растяжения, скручивания и сжатия асаны улучшают работу сердца и кровеносной системы, а также позволяют проводить мягкий массаж органов и желез внут-

ренней секреции, которые в результате этого активизируют свою работу. В свою очередь, эндокринная система напрямую связана с нервной, что позволяет укрепить ее и сделать более управляемой.

Система занятий по хатха-йоге большое внимание уделяет позвоночнику и суставам, что подразумевает профилактику сколиоза и остеопороза.

В процессе практики прорабатываются глубинные мышцы, окружающие позвоночник и составляющие его «мышечный корсет», помимо этого, больше питания получает и спинной мозг, проходящий внутри позвоночника. Это, безусловно, наилучшим образом влияет на оптимизацию работы всех систем организма в целом и нервной в частности.

При занятиях гимнастикой с элементами хатха-йоги следует придерживаться определенных правил:

- заниматься комплексами упражнений хатха-йоги рекомендуется через час после приема пищи;
- принимать определенные позы следует только после того, как будут разогреты мышцы;
- необходим четкий показ упражнений;
- обязателен отдых после фиксации каждой позы и полное расслабление после комплекса упражнений хатха-йоги;

- следует соблюдать принцип постепенности — от простого к сложному;
- весь комплекс упражнений целесообразно сопровождать специально подобранной спокойной музыкой для расслабления и медитации.

Выполнение статических поз делится на несколько этапов:

- отдых перед вхождением в позу (сделать 2—3 медленных вдоха и выдоха, удлиняя выдох; снять напряжение, сидя или лежа в удобном положении);
- мысленная настройка на выполнение позы (посмотреть на изображение позы);
- вхождение в позу (плавно и спокойно выполнять одно движение за другим, не совершая чрезмерных усилий и резких движений);
- фиксация позы (продолжительность фиксации положения тела не более 5 с, причем увеличивать время нужно постепенно, на 1—2 с; максимальное пребывание в неподвижности — не более 15—20 с);
- выход из позы (в исходное положение следует возвращаться с помощью плавных, медленных движений);
- отдых после выхода из позы (ребенок принимает удобное положение отдыха и расслабляется в течение 3—4 с).

Необходимо помнить, что поза расслабления (полного отдыха) расценивается в йоге

как одна из самых полезных. Ею обязательно надо заканчивать весь комплекс статических упражнений.

Теперь рассмотрим подвижные игры с коррекционной направленностью на осанку и свод стопы. Подвижная игра — естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Она имеет столь широкий диапазон воздействия на организм и личность, что создает неограниченные возможности влияния на все сферы жизнедеятельности детей.

Использование подвижных игр для детей с нарушениями осанки очень важно, так как игра — основной вид деятельности в детском возрасте, развивающий познавательную сферу, фантазию, творчество. Специальные ортопедические упражнения неинтересны для дошкольников, зачастую они скучны и требуют от последних определенных волевых усилий, терпения, внимания. В процессе игры решаются самые разнообразные задачи: гигиенические, воспитательные, образовательные, оздоровительные.

Игра — ценнейшее средство укрепления организма ребенка, развития координации движений, ловкости. Она воздействует на опорно-двигательный аппарат, создает благоприятные условия для воспитания правильной осанки.

Подвижные игры для детей с нарушениями осанки должны подбираться по возрасту и решать специальные задачи: тренировка силовой выносливости мышц туловища, увеличение подвижности позвоночника, формирование навыка правильной осанки, самовытяжение, развитие координации. Так, для выработки правильной осанки важно использовать игры, в которых требуется выпрямление туловища, сведение лопаток, расширение грудной клетки.

Немаловажное значение в деле оздоровления дошкольников имеет и ритмическая гимнастика. Она имеет богатое историческое наследие, ее популярность была известна еще в Древней Греции. Уже тогда ценились оба ее важнейших компонента: собственно гимнастика и ритмический танец.

Название этого вида двигательной деятельности указывает на ритмический характер движений, а они отражают естественную потребность ребенка.

Упражнения ритмической гимнастики могут использоваться в различных частях занятия. В подготовительной части марш помогает усвоить определенный ритм ходьбы, бега и прыжков, выполнять в соответствии с ритмическим рисунком музыки повороты, остановки, танцевальные шаги.

Занятия гимнастикой чаще всего проводятся в спортивном

зале, который отвечает всем гигиеническим требованиям: соответствие его площади и освещения СанПиН, возможность проветривания, покрытие пола, наличие специализированного оборудования и соответствующего инвентаря. Дети занимаются в спортивной форме. Необходимо создание эмоционально-положительной и непринужденной обстановки на занятии. Следует учитывать, что нагрузка должна возрастать постепенно, с учетом возрастных особенностей и физической подготовленности ребенка. Не стоит забывать о возможности использования на занятиях игровых приемов.

Преимущественная направленность упражнений, используемых в подготовительной части занятия — развитие правильной осанки, виды ходьбы на месте и в движении, танцевальные шаги. Для создания правильного и прочного навыка выполнения упражнений необходимо многократное повторение движения. Для поддержания интереса движения выполняются в разных вариантах, с изменением исходных положений и направлений, с введением всевозможных дополнений, ускорения и замедления темпа и амплитуды.

В основной части комплекс общеразвивающих упражнений (ОРУ) может быть представлен как вид ритмической гимнастики, включающий в себя упраж-

нения на осанку, общее воздействие на мышцы брюшного пресса и спины, на гибкость и расслабление, а также различные виды прыжков.

Заключительная часть гимнастики направлена на успокоение и расслабление в сочетании со спокойной музыкой, задающей медленный темп и ненапряженный ритм, что позволяет более качественно решить задачи восстановления организма после полученной нагрузки.

Комплексы ритмической гимнастики могут быть самыми разнообразными: ходьба, бег и др. Таких комплексов может быть не более четырех. Затем следуют ОРУ, в ходе выполнения которых достигается основная цель гимнастики — тренировка крупных мышечных групп, совершенствование координации движений, умение четко и ритмично выполнять упражнения под музыку. Основными средствами ритмической гимнастики являются физические упражнения общеразвивающей и специальной направленности, выполняемые без предметов и с предметами (мяч, гимнастическая палка, ленты, флажки, гантели и др.). Все они выполняются под музыкальное сопровождение. Исходными положениями таких упражнений могут быть: лежа на спине, на животе, на боку, сидя с прямыми и согнутыми ногами и др.

Ритмическая гимнастика развивает у дошкольников жизнерадостность, находчивость и самостоятельность, она придает естественную уверенность и непринужденность движениям.

Важное направление работы — лечебная физкультура (ЛФК). Необходимо использовать гимнастические комплексы для коррекции и профилактики плоскостопия. Такая корригирующая гимнастика должна проводиться ежедневно и включать уже знакомые ребенку упражнения.

Для того чтобы исключить статическую нагрузку на ослабленные мышцы, нужно начинать с движений, выполняемых в положении сидя. Затем, по мере укрепления мышечно-связочного аппарата, можно переходить к упражнениям в положении стоя.

Задачами корригирующей гимнастики являются:

- увеличивать силовую выносливость мышц нижних конечностей;
- корректировать деформацию стоп;
- повышать физическую работоспособность;
- воспитывать и закреплять навыки правильной осанки и постановки стоп.

При проведении корригирующей гимнастики необходимо придерживаться следующих методических указаний:

- специальные упражнения для мышц нижних конечностей сочетать с ОРУ;

- специальные гимнастические упражнения необходимо использовать в положении разгрузки стоп (в исходном положении — лежа или сидя);
- перед занятиями гимнастикой целесообразно провести массаж стоп;
- в занятиях необходимо использовать различные тренажеры и предметы (гимнастическая палка, мяч и пр.)

В методике лечебной физкультуры сочетают специальные упражнения из различных исходных положений с ОРУ.

Все упражнения следует выполнять с чередующимся сокращением и расслаблением мышц, в дальнейшем рекомендуется включать и упражнения со статической нагрузкой.

В начале корригирующего курса лучше использовать упражнения из исходных положений лежа и сидя, разгрузку стоп, сочетание их с массажем. Эффективны упражнения с захватыванием мелких предметов пальцами стоп и их перекладыванием, катанием подошвами ног палки и т.п. Для закрепления достигнутых результатов коррекции используют упражнения в специальных видах ходьбы на носках, пятках, наружном крае стопы, с параллельной установкой стоп. При проведении гимнастики должны быть использованы снаряды, форма которых также способствует моделированию свода стопы, — мяч, двусторонняя

наклонная поверхность и другие приспособления, дающие возможность устанавливать стопу в положении супинирования пяточной кости и пронаирования переднего отдела. Подобные занятия следует проводить с дошкольниками с обнаженными стопами или в носочках.

Все специальные упражнения включаются в содержание занятий вместе с ОРУ в возрастающей дозировке.

Кроме того, необходимо включать в занятия лазание по канату и гимнастической стенке, прыжки через скакалку, прыжки с мячом между стоп, прыжки на носках (на одной и двух ногах одновременно), упражнения в балансировке, упражнения на специальных тренажерах для стоп.

Предлагаемые оздоровительные технологии необходимо включать в утреннюю гигиеническую гимнастику, физкультурные занятия, проводимые в любом детском саду, и использовать в качестве дополнительных занятий с детьми дошкольного возраста в домашних условиях. Опыт показывает, что регулярные систематически выполняемые комплексы упражнений позволяют значительно улучшить состояние опорно-двигательного аппарата дошкольников и способствуют приобретению и закреплению необходимых двигательных навыков и умений.

Современные подходы к повышению профессиональной квалификации воспитателей по физкультуре

Федорова С.Ю.,

*канд. пед. наук, доцент кафедры дошкольного образования ГБОУ
ВПО МО «Академия социального управления», Москва*

С каждым годом ужесточаются требования к педагогу, организующему в дошкольных образовательных организациях двигательную деятельность дошкольников. На плечи специалиста по физической культуре также возлагается множество должностных обязанностей: диагностика, консультирование, планирование, прогнозирование, подготовка отчетной документации, проведение физкультурных занятий, организация спортивно-массовых, оздоровительных мероприятий, охрана жизни и здоровья детей, закаливание, работа с родителями. Ухудшение состояния здоровья дошкольников, различный уровень физической подготовленности вынуждает педагога регулярно корректировать содержание физкультурных занятий, пересматривать календарные и перспективные планы с учетом результатов диагностики физического состояния воспитанников.

Повышение профессиональной квалификации воспитателей по физической культуре является важнейшим средством разрешения противоречий, возникающих в их повседневной деятельности. В процессе обучения слушатели получают уникальную возможность трансформировать имеющиеся знания, умения и навыки в «компетенции». Так, В.Ф. Балашова полагает, что компетенция представляет собой «совокупность взаимосвязанных качеств личности в виде знаний, умений, навыков, способов деятельности, задаваемых по отношению к определенному кругу предметов и процессов и необходимых для продуктивной деятельности по отношению к ним». Компетентность специалиста по физической культуре проявляется, по нашему мнению, в способности грамотно организовать двигательную деятельность ребенка.

На базе педагогического факультета Московского государственного гуманитарного университета имени М.А. Шолохова реализуется краткосрочная программа повышения квалификации «Актуальные проблемы физического воспитания детей дошкольного возраста» (72 часа). В качестве концептуальной основы построения работы со слушателями выступают положения о компетентном подходе в образовании. В реализации данного подхода мы исходим из убеждения о том, что специалист, хорошо владеющий теорией, но не умеющий применить ее на практике, не представляет высокой ценности для работодателя и имеет низкую «меновую» стоимость на рынке труда. Ключевые компетенции специалиста по физической культуре нашли отражение в федеральном государственном образовательном стандарте высшего профессионального образования (ФГОС ВПО) по направлению подготовки 034300 — Физическая культура, 034400 — Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья, 050400 — Психолого-педагогическое образование. Системообразующие элементы компетентности педагога, организующего двигательную деятельность детей дошкольного возраста, отражают профессионально значимые компетенции, личностные качества и представлены в виде единой модели

профессиональной компетентности воспитателя по физической культуре дошкольной организации (см. таблицу 1).

Реализация данной модели возможна лишь в условиях разносторонней интерпретации перечисленных компетенций на основе современных подходов в профессиональной деятельности и образовании. Рассматривая проблему места компетентного подхода среди других подходов к анализу и организации образовательного процесса, И.А. Зимняя подчеркивает, что «...имеющиеся в науке разные подходы не исключают друг друга, они могут быть иерархически организованы, дополнять и совершенствовать другие». В связи с этим в процессе повышения профессиональной квалификации воспитателей по физической культуре мы также ориентируемся на ключевые положения личностно-ориентированного, социально-педагогического и культурологического подхода.

Личностно-ориентированный подход реализуется посредством специфической (авторской) деятельности преподавателя, направленной на проектирование профессиональной деятельности и ее практической реализации в рамках определенной предметной области с ориентацией на побуждение самостоятельной «смыслопоисковой деятельности» слушателей (Е.В. Бондаревская, В.В. Сериков, И.С. Якиман-

Таблица 1

**Модель профессиональной компетентности воспитателя
по физической культуре дошкольной организации**

Компетенции	Содержание
1	2
Общекультурные компетенции (ОК)	— Владеет культурой мышления, способен к обобщению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору путей ее достижения; — Готов к достижению должного уровня физической подготовленности, необходимого для осуществления полноценной профессиональной деятельности по развитию двигательной сферы детей дошкольного возраста; — Стремится к саморазвитию, повышению своей квалификации и мастерства; — Владеет основными методами, способами и средствами получения, хранения, переработки информации, имеет навыки работы с компьютером как средством управления информацией; — Выполняет требования гигиены, охраны труда.
Общепрофессиональные компетенции (ОПК)	— Умеет оценивать физические способности и функциональное состояние детей дошкольного возраста, адекватно выбирать средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей; — Способен проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим в процессе занятий; — Готов использовать знание различных теорий обучения, воспитания и развития, основных образовательных программ для обучающихся дошкольного возраста; — Готов применять в профессиональной деятельности современные средства, методы, приемы, технические средства для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения; — Способен составлять планирующую и отчетную документацию, организовывать и проводить массовые физкультурные мероприятия и спортивные соревнования; — Готов применять в профессиональной деятельности основные международные и отечественные документы о правах ребенка и правах инвалидов; — Способен использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства.

Окончание табл. 1

1	2
Специальные профессиональные компетенции в педагогической деятельности в дошкольном образовании (ПКД)	— Способен организовать игровую и продуктивные виды деятельности детей дошкольного возраста; — Готов реализовывать профессиональные задачи образовательных, оздоровительных и коррекционно-развивающих программ; — Способен обеспечить соответствующее возрасту взаимодействие дошкольников в детских видах деятельности; — Готов обеспечить соблюдение педагогических условий общения и развития дошкольников в образовательной организации; — Способен осуществлять сбор данных об индивидуальных особенностях дошкольников, проявляющихся в образовательной работе и взаимодействии с взрослыми и сверстниками; — Способен осуществлять взаимодействие с семьей, педагогами и психологами дошкольной организации по вопросам воспитания, обучения и развития дошкольников.
Дополнительные профессиональные компетенции в физическом воспитании детей дошкольного возраста (ПКФВД)	— Владеет основными средствами и методами физического воспитания дошкольников; — Способен обеспечить соответствующую возрасту и индивидуальным особенностям ребенка физическую нагрузку в процессе его двигательной деятельности; — Готов обеспечить соблюдение физиологических принципов в дозировании и регламентации двигательной активности ребенка; — Готов к активному взаимодействию с социальными институтами, учреждениями здравоохранения, физкультурно-оздоровительными учреждениями по вопросам физического воспитания детей.

ская и др.). Обучение происходит в виде теоретических и практических занятий с использованием интерактивных методов, таких как эвристические лекции, мозговые штурмы, круглые столы. Проведение практических занятий в форме мастер-классов, семинаров-практикумов, тренингов позволяет формировать у слушателей ключевые компетенции, необходимые в профессиональной дея-

тельности. Разработку семинаров-практикумов целесообразно осуществлять на основе проектного метода — современного инструмента, позволяющего реализовать инновационные идеи педагога в форме проектов. В контексте данной статьи проект рассматривается как ограниченное во времени мероприятие (комплекс мероприятий), направленное на создание уникального продукта (услуги).

В ходе таких занятий слушатели учатся находить интересные проектные идеи, грамотно их формулировать, составлять четко структурированный план проекта, разрабатывать и оптимизировать расписание и бюджет проекта, организовывать и проводить убедительную презентацию (фото 1).

Социально-педагогический подход позволяет организовать процесс повышения профессиональной квалификации воспитателей по физической культуре с опорой на воспитательный потенциал социума. Основоположающими принципами данного подхода, позволяющими существенно повысить эффективность работы со слушателями, являются принцип социального партнерства и сотрудничества, взаимодействия с различными социальными институтами, принцип культуросообразности и демократизации педагогического процесса (А.В. Мудрик, В.Г. Бочарова, В.С. Торохтий и др.). Обмен опытом с коллегами и смежными специалистами, организация мастер-классов (фото 2) и методических объединений на базе дошкольных организаций, центров медико-психолого-социального сопровождения позволяет активизировать у слушателей механизмы познания, формировать мыслительные и поведенческие стратегии в процессе построения отношений педагог — ребенок на принципах сотрудничества.

Культурологический подход (В.А. Сластенин, Е.В. Бондаревская, Ф.И. Собянин) позволяет реализовать андрогогическую направленность в процессе повышения квалификации специалистов-практиков и также рассматривается нами в качестве методологической основы. Средний возраст слушателей курсов повышения квалификации составляет 35 лет. «Образование взрослых» должно обеспечивать переход на новый уровень культуры, преодолевающей эгоцентрические, консервативные и потребительские ориентации и способствующей становлению инновационного мышления. Включение в содержание теоретических и практических занятий интерактивных форм обучения, таких как эвристические лекции, дебаты, круглые столы, мозговые штурмы, кейсы позволяет активизировать культурный потенциал каждого слушателя, способствует осознанию их личных ценностей, интериоризации этих ценностей в практическую деятельность.

Предлагаем вашему вниманию практические рекомендации по реализации некоторых форм работы со слушателями, позволяющие активизировать их личностные качества: способность высказывать свои мысли, проектные идеи, предложения, умение выслушать альтернативную точку зрения, аргументировать свое мнение.

Кейс «Организатор»

Кейс-метод относится к ситуационным методикам обучения, его популярность растет, поскольку он позволяет научить работать в команде, проявлять и усовершенствовать оценочные и аналитические навыки, применять на практике теоретический материал. Преподаватель знакомит слушателей с практической ситуацией, требующей немедленного разрешения. Обращаем ваше внимание на то, что кейс не имеет готового ответа, количество вариантов ответов не регламентируется.

На педагогическом совете проходит групповое обсуждение вопроса о том, каким должен быть воспитатель по физкультуре, эти критерии должны быть включены в систему оценки качества работы специалиста. Остается мало времени для обсуждения других не менее важных вопросов. Поэтому заведующая Ирина Петровна просит давать аргументированные мнения.

Воспитателем по физкультуре Марией Николаевной был озвучен позитивный момент, связанный с победой воспитанников дошкольной организации в окружных соревнованиях «Школа мяча». Затем участники диалога переключились на проблему подготовки к предстоящему выпускному утреннику детей подготовительной к школе группы. Но тут к беседе при-

соединяется до этого молчавший представитель родительского комитета.

Людмила. Можно я скажу?

Ирина Петровна. Да, конечно.

Людмила. Я сама педагог по образованию и считаю, что посещение детьми физкультурных занятий не должно быть обязательным, а только по желанию родителей и при их согласии. Мой сын, например, занимается в школе олимпийского резерва, и ему хватает физических нагрузок.

Через несколько минут во время обсуждения сценария выпускного мероприятия, перебивая говорящего, снова подключается к беседе Людмила.

Людмила. Можно мне сказать? Мне кажется, что в детском саду недостаточно проводится спортивных мероприятий. Думаю, детям будет гораздо интереснее спортивный праздник с эстафетами и призами, это гораздо лучше, чем шаблонный выпускной с песнями и заученными танцами.

Ирина Петровна. Но у нас уже проходил спортивный праздник в этом квартале.

Людмила. Ну и что. Мне кажется, что это развивает детей и им это интересно.

Подобный диалог происходит и при подведении итогов смотра художественной самостоятельности.

Ирина Петровна. Хорошо. Что Вы предлагаете?

Людмила. Предлагаю вывезти детей на настоящие спортивные состязания, показать им на примере, как проходят настоящие соревнования. Потом организовать свои соревнования, пригласить детей из других детских садов, подготовить группу черлидинга, для этого найти спонсоров, чтобы сшить костюмы и закупить призы.

Ирина Петровна. Допустим. Людмила, Вы нам очень сильно поможете, если возьмете на себя роль организатора всех этих мероприятий.

Вариант 1

1. Как Вы думаете, чем руководствовался заведующий в принятии решения о назначении Людмилы организатором? (Ответ обоснуйте.)

2. Считаете ли вы назначение Людмилы на роль организатора ошибочным? (Ответ обоснуйте.)

3. Как бы вы поступили в подобной ситуации на месте заведующего? Воспитателя по физической культуре? (Ответ обоснуйте.)

Вариант 2

Представьте, что после вашей просьбы выступить организатором Людмила не только не выполнила ее, но и покинула совещание, расценив просьбу как личную обиду.

1. Вы стали бы пытаться ее вернуть?

2. Если да, то каким образом? (Оба ответа обоснуйте.)

Мозговой штурм «Проектные идеи»

Слушателям предлагается сформулировать проектные идеи, способствующие разрешению актуальных проблем (низкий уровень физической подготовленности дошкольников, высокий уровень заболеваемости среди детей, недостаточное материально-техническое оснащение спортивной площадки и т.д.). Оптимальное количество участников группы — 5—8 человек. В процессе генерации идей возможно выдвижение любых формулировок, все идеи фиксируются ведущим в группе на ватмане или флипчартном листе. Фаза генерации длится столько, сколько участники группы способны формулировать новые идеи (как правило, не более 10 минут). Затем проводится сортировка предложенных идей и их оценка по следующим критериям: содержание (актуальность), стоимость (издержки, затраты), сроки (время, необходимое для подготовки и реализации), риски (факторы, ставящие под угрозу реализацию проекта). Полученные данные заносятся участниками группы в таблицу (табл. 2).

В заключении мозгового штурма проводится подведение итогов, заключающееся в отборе трех проектных идей, получивших наиболее высокие качественные оценки. Результаты работы участники группы презентуют перед своими коллегами.

Таблица 2

Матрица качественной оценки проектной идеи

Области сравнения	Уровень качественных оценок					
	Проектная идея 1			Проектная идея 2		
	Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низкий
Содержание	+	—	—	—	+	—
Затраты	—	—	+	+	—	—
Сроки	—	+	—	+	—	—
Риски	+	—	—	+	—	—

Мастер-класс
«Ритмическая гимнастика
для дошкольников»

Мастер-класс проводится преподавателем в форме занятия по ритмической гимнастике с участием группы слушателей. Остальные слушатели проводят педагогический анализ занятия по следующим критериям: продолжительность, общая и моторная плотность, тренирующий эффект, соблюдение физиологических принципов. Комплекс ритмической гимнастики для детей старшего дошкольного возраста разработан автором настоящей статьи.

Задачи:

- упражнять в подскоках и ориентировке в пространстве;
- развивать чувство ритма, точность движений, быстроту реакции, внимание, гибкость, пластичность, координационные способности;
- совершенствовать навыки выполнения основных движе-

ний: бег змейкой, боковой галоп, бег с высоким подниманием бедра.

Оборудование: зрительные ориентиры (разноцветные конусы, макеты геометрических фигур, цифр, букв и т.д. по количеству детей).

Продолжительность: 26 мин.

Музыкальное сопровождение:

Песня Красной Шапочки из к/ф «Про Красную Шапочку» (муз. А. Рыбникова, сл. Ю. Кима);

Песня «Рыбы-пилы» из м/ф «Голубой Щенок» (муз. Ген. Гладкова — сл. Э. Энтина);

Песня кота Леопольда «В доме 8/16» (муз. Б. Савельева — сл. А. Хайта);

Поппури из м/ф «Бременские музыканты» (муз. Ген. Гладкова);

«Танец маленьких утят» (на-род. франц. песня — русский текст Ю. Энтина);

«Кручу, кручу, кручу педали, кручу» (муз. Б. Савельева — сл. А. Хайта);

«Песенка о лете» (муз. Е. Крылатова — сл. Ю. Энтина);

«Песня Волшебника Сулеймана» (муз. М. Минкова — сл. Ю. Энтина);

«Прекрасное далеко» (муз. Е. Крылатова — сл. Ю. Энтина).
Мелодия Ave Maria Ф. Шуберта.

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

(6 мин 30 с)

Построение в шеренгу. Упражнения на ориентировку в пространстве: поднять левую (правую) руку, правой (левой) рукой закрыть левый (правый) глаз, поднять левое (правое) колено — удержать равновесие.

Звучит «Песня Красной Шапочки».

Ходьба в колонне по одному, подскоки, руки на поясе.

Имитация движений животных:

- медведь (ходьба на внешней поверхности стопы);
- лисичка крадется (ходьба на носках);
- лисичка спряталась (присесть, сгруппироваться, спрятать голову);
- лисички — вот они! (выпрыгнуть вверх из положения приседа, руки вверх);
- лисичка путает следы (ходьба скрестным шагом);
- веревочка (в движении выполняются вращение вокруг оси своего тела).

Звучит «Песня Рыбы-пилы».

Бег в колонне по одному, змейкой, с оббеганием предметов, с высоким подниманием бедра, боковой галоп (лицом в круг, спиной в круг).

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

(15 мин)

Звучит песня Кота Леопольда «В доме 8/16».

Дети переходят на ходьбу, занимают места по ориентирам.

Упражнение

«Повтори за мной»

И.п. — о.с., руки внизу;

1 — наклон головы вперед, руки вперед;

2 — посмотреть вверх, руки отвести назад;

3 — наклон головы вправо, правая рука в сторону;

4 — наклон головы влево, левая рука в сторону (4 раза).

Упражнение

«Незнайки»

И.п. — о.с., руки внизу, ладони слегка прижаты к бедрам;

1—4 — поднять правое плечо;

4—8 — поднять левое плечо;

8—12 — поднять оба плеча (4 раза).

Упражнение

«Лыжники»

И.п. — о.с., руки внизу, ладони сжаты в кулачки;

1 — правая рука вперед, левую руку отвести назад;

2 — и.п.;

3 — левая рука вперед, правую руку отвести назад;

4 — и.п. (6 раз).

Звучит мелодия из м/ф «Бременские музыканты».

Ходьба на месте, не отрывая носки от пола, ноги вместе, руки согнуты в локтях.

Упражнение «Мы — силачи»

И.п. — о.с., руки в согнуты в локтях к плечам, ладони сжаты в кулачки.

1 — прыжок ноги врозь;

2—5 — подъемы на носках;

6 — прыжком в и.п. (5 раз).

Звучит «Танец маленьких утят».

Упражнение «Клювики»

И.п. — о.с., руки согнуты в локтях, слегка прижаты к туловищу, ладонки сложены в форме клюва.

1—4 — пальцы рук соединить и раскрыть.

Упражнение «Крылышки»

И.п. — о.с., руки согнуты в локтях, слегка прижаты к туловищу, ладонки сжаты в кулачки.

1—4 — развести локти в стороны;

Припев:

Дети выполняют подскоки на месте вокруг ориентира в правую и в левую сторону, руки на поясе.

Упражнение «Два утенка»

Упражнения «Клювики» и «Крылышки» выполняются в парах, стоя лицом друг к другу.

Припев:

Дети кружатся в парах подскоками в правую и в левую сторону, держась за руки.



Звучит песня кота Леопольда
«Кручу, кручу, кручу педали, кручу».

Упражнение «Велосипедист»

И.п. — сед упор руками сзади, ноги на полу.

1—4 — круговые движения ногами вперед;

5—8 — то же назад (4 раза).

Упражнение «Улитка»

И.п. — сед руки на полу, стопы вместе на полу.

1 — группировка, обхватить колени руками, лицо спрятать;

2 — выпрямиться, руки вверх, ноги врозь;

3—4 — и.п. (4 раза).

Упражнение «Чебурашки»

И.п. — сед ноги врозь, руки за головой;

1 — наклон туловища вправо, коснуться правым локтем правого колена;

2 — и.п.

3 — наклон туловища влево, коснуться левым локтем левого колена;

4 — и.п. (6 раз).

Звучит «Песенка о лете».

Упражнение «Паровозик»

И.п. — сидя на полу, прямые ноги вместе, руки согнуты, локти слегка прижаты к туловищу;

1—6 — передвигаться на ягодичках вперед;

6—12 — то же назад (4 раза).

Упражнение «Рисуем солнышко»

И.п. — сидя, ноги вместе, руки согнуты в локтях, слегка прижаты к туловищу;

1—8 — поворот вправо на месте на 360° путем перемещения прямых ног;

8—16 — то же влево (2 раза).

Упражнение «Лодочка»

И.п. — сидя, ноги согнуты, поджаты к туловищу, стопы соединены.

1—16 — перекаты на ягодичках вправо-влево (2 раза).

Акробатические упражнения

Звучит «Песня волшебника Сулеймана».

Упражнение «Дотянись»

И.п. — сед, ноги согнуты, поджаты к туловищу, стопы соединены;

1 — правой стопой тянуться к голове;

2 — и.п.;

3 — левой стопой тянуться к голове;

4 — и.п. (6 раз).

Упражнение «Мостик»

И.п. — лежа на спине, ноги согнуты в коленях, руки развернуть к плечам, ладони прижаты к полу.

1—4 — прогнуться;

5—8 — и.п. (2 раза).

Упражнение «Кольцо»

И.п. — лежа на животе, ноги вместе, руки на полу вытянуты вперед;

1 — принять упор на прямых руках, прогнуться, коснуться затылком стоп;

2 — и.п. (4 раза).

Упражнение «Складной ножик»

И.п. — сед, ноги вместе, руки вверх;

1 — наклониться, дотянуться пальцами рук до пальцев ног;

2 — и.п. (4 раза).

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ (4 мин 30 сек)

Дыхательные упражнения

Звучит песня «Прекрасное далеко».

Упражнение «Бабочка села на цветок»

И.п. — сед, стопы соединены, руки лежат на коленях ладонями вверх;

1 — глубокий вдох через нос;

2 — выдох через рот.

Упражнение «Надуваем воздушный шар»

И.п. — сед, руки сложены в трубочку около лица;

1 — вдох через нос, задержать дыхание;

2 — выдох через рот.

Релаксация.

Звучит мелодия Ave Maria Ф. Шуберта.

Дети лежат на спине, расслабив руки, ноги, глаза закрыты.

Литература

Балашова В.Ф. Компетентность специалиста по адаптивной физической культуре: монография. М., 2008.

Байдено В.И. Государственный образовательный стандарт высшего профессионального образования нового поколения как комплексная норма качества высшего образования: общая концепция и модель. М., 2005.

Бесшапошникова С.Ю. Развитие двигательной координации у детей 5—7 лет с использованием гимнастических упражнений на уменьшенной опоре: Дис. ... канд. пед. наук. Ярославль, 2006.

Вербицкий А.А. Компетентностный подход и теория контекстного обучения. М., 2004.

Зимняя И.А. Ключевые компетенции как результативно-целевая основа компетентностного подхода в образовании. М., 2004.

Собянин Ф.И. Профессиональная подготовка учителей физической культуры на основе культурологического подхода: Дис. ... д-р пед. наук. СПб., 2001.

Молодежные проекты: теория и практика (учебное пособие) / Авт.-сост. С.Ю. Белоконов, В.Д. Нечаев, А.С. Огнев и др. М., 2013.

Ute Clement, Rolf Arnold (Hrsg.) Kompetenzentwicklung in der beruflichen Bildung. Opladen, 2002.

Индивидуальный подход в работе с детьми разного уровня физического развития и здоровья

Шахбанова Г.И.,

*воспитатель по физической культуре МБДОУ д/с № 5
«Солнышко», г. Усть-Илимск Иркутской обл.*

Совершенствование физического воспитания дошкольников приобрело особую значимость в связи с модернизацией образования в нашей стране. Дошкольное детство — наиболее важный период в становлении двигательных функций ребенка, а особенно его физических качеств.

Для специалистов уже давно не секрет, что в последнее десятилетие наблюдается ухудшение физического развития дошкольников. Число ребят с хронической патологией увеличилось почти в два раза (с 11,8 до 26,9%), а детей, не имеющих отклонений в состоянии здоровья, снизилось до 5—6%. В настоящее время уже 65% детей дошкольного возраста имеют функциональные отклонения в состоянии здоровья, значительную часть которых составляют нарушения опорно-двигательного аппарата. Только лишь 10% детей начинают учебу в школе абсолютно здоровыми (по данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков).

Таким образом, вся работа по физическому воспитанию в нашем детском саду строится с учетом физической подготовленности и имеющихся отклонений в состоянии здоровья каждого ребенка. Забота о сохранении здоровья и осуществлении индивидуального подхода в физическом развитии раскрыта в региональной программе «Развитие образования в Иркутской области на 2011—2015 гг.», утвержденной правительством Иркутской области от 22.06.11 № 162-п.

В планировании своей работы я использую исследования следующих отечественных теоретиков и практиков: Е.Я. Бондаревского, Е.Б. Сологуб «Совершенствование физического воспитания дошкольников»; С.В. Никольской, Г.П. Виноградовой «Физическое развитие детей дошкольного возраста»; С.Н. Кучкина, Н.В. Седых, В.А. Балуева «Использование средств физической культуры в системе здоровых технологий для дошкольников»; Д.М. Калашина «Методика

гимнастики для профилактики лечения сколиоза».

Необходимость изучения, выделения и учета индивидуальных свойств ребенка в педагогической работе уже давно стали аксиомой в нашем детском саду. В этом случае трудно не согласиться с утверждением С.Л. Рубинштейна «Возраст не определяет стандарта психического и физического развития. Возрастные особенности существуют внутри индивидуальных, в единстве с ними». Это же утверждает П.Ф. Лесгафт в своей методике по физическому воспитанию дошкольников: «Только в зависимости от состояния здоровья, функционального состояния, особенностей физической подготовленности дети могут иметь временные ограничения».

Опыт моей работы также базируется на основе «Программы воспитания и обучения в детском саду» М.А. Васильевой. Кроме этого, я успешно использую технологии И.Д. Ловейко «ЛФК при заболеваниях позвоночника у детей», М.Д. Маханевой «Воспитание здорового ребенка», В.Г. Алямовской «Как воспитать здорового ребенка», в основе которых лежит детальная разработка рекомендаций по планированию занятий, направленная на комплексную систему воспитания ребенка.

Новизна моего опыта состоит в том, что занятия по общей физической подготовке направлены на усвоение дошкольника-

ми обязательных жизненно важных двигательных навыков и знаний и развития у них определенного уровня физических качеств с учетом принципа индивидуализации.

В процессе работы мной решаются следующие задачи:

- обучать детей, не усваивающих программный материал;
- своевременно исправлять дефекты осанки и стопы (плоскостопие) и улучшать физическое развитие ослабленных детей;
- активизировать малоподвижных, застенчивых детей и повышать их эмоциональный тонус.

Для успешного решения поставленных задач мной была внесена корректировка в содержание предметно-развивающей среды.

Известно, что у часто болеющих детей наряду с другими отклонениями в состоянии здоровья нередко наблюдаются нарушения со стороны психоневрологического статуса. Эти функциональные нарушения чаще всего проявляются в неустойчивости эмоционального состояния, склонности быстрой смены настроения, иногда в агрессивности, что отрицательно сказывается на характере таких ребят, их поведении и взаимоотношениях со сверстниками и взрослыми. Обсудив с психологом детского сада типологические особенности детей и принимая во внимание, что подавляющее большин-

ство дошкольников являются кинестетиками и визуалами, я сделала в спортзале специальную разметку, которая для ребят является зрительным ориентиром при движении в колонне, нахождении своего места при перестроении и построении всей группы; ориентировке в различных изменяющихся условиях совместной деятельности. Все это способствует формированию у дошкольников умения учитывать окружающие условия, возрастные особенности — и в соответствии с этим целенаправленно действовать.

Также в своей работе я использую наглядные пособия (картины, рисунки, фотографии, схемы), которые очень способствуют развитию зрительного представления о движении.

Для создания яркого образа и более точного выполнения движений были обновлены спортивные атрибуты: флажки, султанчики, снежки, гимнастические палки. В летний период на асфальтированной части вокруг здания детского сада были сделаны разметки для бега и метания, расчерчены сектора для проведения таких игр, как классики, городки, футбол. В зимний период будут проложены малая и большая лыжни, устроены ориентиры для поворотов, подготовлены флажки для подвижных игр, сооружена ледяная горка для подъема и спуска. Все эти условия необходимы для повышения объема двигательной

активности и удовлетворения ежедневной потребности наших воспитанников в движении с учетом их индивидуальных, физических и социально-психологических особенностей.

Весь процесс физического развития осуществляется совместно с воспитателями и медицинской сестрой. Диагностика основных видов движений и расширенный мониторинг здоровья проводятся 2 раза в год. Для этого на каждого ребенка составляется индивидуальная карта здоровья, данные которой собираются из медицинской карты ребенка, выдаваемой участковым педиатром (с осмотром специалистов), анкетирования родителей и анализе первичных навыков по основным видам движений.

Учитывая данные диагностики, была разработана циклограмма развития основных движений на занятиях по физической культуре на учебный год.

При организации занятий с детьми используется дифференцированный подход. Перед началом выполнения упражнений воспитанники распределяются на две подгруппы. При этом принимаются во внимание их состояние здоровья и уровни физической подготовленности и двигательной активности.

Первую подгруппу составляют практически здоровые дети, имеющие средний и высокий уровень двигательной активности, а также хорошую физичес-

кую подготовленность. Во вторую подгруппу включаются дети II и III группы здоровья с низким уровнем двигательной активности и слабой физической подготовленностью.

Распределение детей на две подгруппы дает возможность осуществлять дифференцированный и индивидуальный подход, т. е. проводить занятия, различающиеся по содержанию двигательных заданий и игровых упражнений, по физической нагрузке, а также используемых методов и приемов.

При этом следует принимать во внимание, что в каждом возрастном периоде физкультурные занятия имеют разную направленность:

- маленьким детям они должны доставить удовольствие, научить их ориентироваться в пространстве и правильно работать со спортивным оборудованием;
- детям среднего дошкольного возраста — помогают развивать физические качества, прежде всего выносливость и силу;
- старшим ребятам — сформировать потребность в движении, способствовать развитию двигательных способностей и самостоятельности.

Именно поэтому мной в работе используются разнообразные варианты проведения физкультурных занятий: традиционные; сюжетные, тематические, контрольные занятия и соревнования. В связи с этим одно-

временно используются все методы обучения (наглядный, словесный, практический) в зависимости от возраста ребенка.

Осуществление медико-педагогических наблюдений дает мне возможность учитывать показатели силы, уравновешенности и подвижности нервных процессов. Ведь у детей по-разному протекает процесс освоения движений, и детский организм индивидуально реагирует на физическую нагрузку.

Дети I подгруппы (а их от общего количества детей детского сада 13%), как правило, быстрее усваивают двигательные задания т.к. процессы возбуждения преобладают. Таким детям свойственны решительность, самостоятельность, активность и стремление к улучшению результатов. Этим дошкольникам достаточно одного или двух показов. Они стараются быстро выполнить упражнение, поэтому часто совершают ошибки. Таким детям я рекомендую чередовать задания разных видов, помогаю учиться терпению. Я обязательно обращаю внимание ребенка на необходимость не только быстро, но и качественно выполнять, то или иное упражнение.

Детям II подгруппы (этих ребят 87% от общего количества воспитанников) необходим замедленный показ движений с четким и подробным объяснением. У таких детей отмечен более низкий уровень скорост-

но-силовых качеств. Они работают в умеренном темпе и медленно овладевают более сложными двигательными навыками. Поэтому им нужно предоставить достаточно времени на обдумывание и подготовку. Особое внимание я уделяю правильному выполнению упражнений, во время которых формирую у детей уверенность в своих силах. С этими ребятами я провожу большее количество повторений при выполнении основных видов движений. Обязательно использую приемы одобрения, поощрения.

Физкультурные занятия становятся эффективными только лишь в том случае, если они не ущемляют индивидуальность ребенка, способствуют реализации его наклонностей, интересов и потребностей, учитывают индивидуальные различия. В соответствии с этим физкультурные занятия строятся следующим образом. Если дети I группы здоровья правильно выполнили тот или иной вид движения, то я при повторном выполнении усложняю его — увеличиваю нагрузку или темп (например, проползи под дугой; вставая, подпрыгни и т. д.). Занятие оказывает положительное воздействие на ребенка только тогда, когда физическая нагрузка соответствует состоянию здоровья и его функциональным возможностям, иначе они могут навредить его здоровью. Поэтому очень важно при организа-

ции различных видов деятельности строго следить за соблюдением правильной позы, дозированной физической нагрузки с учетом возрастных, индивидуальных особенностей детей, их состояния здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Частые заболевания наблюдаются у детей с нарушением опорно-двигательного аппарата, с низким уровнем физического развития, с сопутствующими заболеваниями нервной системы и, как следствие, слабостью мышечно-связочного аппарата.

Для активизации и повышения эмоционального тонуса к таким дошкольникам осуществляется индивидуальный подход. Это можно делать, объединяя соревнующихся между собой детей в равные по силам группы — команды, где рядом с неуверенными и застенчивыми детьми действуют инициативные. Как правило, в вводной части происходит назначение застенчивых детей на роль ведущих, что воспитывает у таких ребят уверенность, самостоятельность, организованность, решительность.

Для достижения поставленных задач мной осуществляется тесное взаимодействие с воспитателями. Подобная целенаправленная и содержательная методическая работа с педагогами по совершенствованию теоретических и практических знаний, умений и навыков по фи-

зическому развитию детей и формированию потребности здорового образа жизни позволяет обеспечивать высокий уровень охраны и укрепления здоровья дошкольников.

В нашем детском саду систематически проводятся различные мероприятия:

- семинары-практикумы для педагогов и родителей на тему «Физкультурно-оздоровительные технологии», направленные на развитие физических качеств у детей;
- выступления на педсоветах по темам: «Эмоции и здоровье — важные составляющие», «Система работы с детьми на закрепление сенсорно-пространственных навыков»;
- выставки на тему «Нетрадиционное физкультурное оборудование»;
- консультации и собрания, в повестке дня которых темы: «Оздоровительная работа с детьми в летний период», «Развитие и укрепление мышечного корсета с одновременной релаксацией посредством специальных упражнений в сочетании с массажем» и др.

Вопросы воспитания здорового ребенка решаются в тесном контакте с родителями, так как основы здоровья закладываются именно в семье. Без помощи семьи физкультурно-оздоровительная работа в детском саду не была бы успешной. Для этого мы информируем родителей о ди-

намике роста физического развития и состояния здоровья их детей.

Большую помощь мне оказывает анкета для родителей, которую я провожу в начале каждого учебного года. Анкетирование мне помогает больше узнать о ребенке, его физическом развитии в семье и наметить важные и эффективные формы моей работы. Это прослеживается и через оформление стенда докладами на темы: «Эффективность утренней гимнастики для дошкольников», «На зарядку всей семьей», «Правильный выбор обуви». Особое внимание в просвещении родителей уделяется вопросам воспитания и развития гигиенических навыков в рамках цикла занятий «Заботливый родитель», руководителем которого являюсь.

Я думаю только на этой основе возможна консолидация усилий семьи и детского сада — выработать стратегию в воспитании у ребенка потребности к здоровому образу жизни.

Я также убедила родителей в том, что ни одну воспитательную или образовательную задачу нельзя решить без плодотворного взаимодействия педагогов и родителей.

Динамика физического развития воспитанников подтверждает эффективность моей системы работы в нашей дошкольной образовательной организации, реализуемой через индивидуальный подход и воспи-

Таблица 1

Год	Случаи заболеваемости детей	Пропуски одним ребенком, %
2012	422	15,8
2013	407	15,1

Таблица 2

Год	Часто болеющие дети, чел.	Снято с учета, чел.	Выбыло, чел.
2012	27	5	4
2013	12	3	

тание физических качеств детей. Результат физической подготовленности дошкольников показал, что в прошлом году он составлял 2,4 балла, а в этом — 2,6 балла.

Стоит отметить, что по результатам мониторинга улучшились показатели метания, прыжков; изменился ортопедический статус.

Показатели эффективности оздоровительной работы за 2012 и 2013 гг. представлены в табл. 1 и 2.

Число заболеваний одним ребенком сократилось на 4%. И хотя это процент не велик, но длительность течения болезни сократилась на 5% и проходит без осложнений.

У гиподинамичных детей усовершенствовались физические качества. Ребята стали проявлять интерес к здоровому образу жизни, брать на себя ведущие роли, проявлять активность.

Таким образом, сложные задачи оздоровительной работы требуют от специалиста тонкого мастерства, чуткого отношения к детям, тщательных мониторинговых исследований, внедрения гибкого планирования работы с детьми с учетом их индивидуальных особенностей и запросов родителей.

Литература

Журнал «Здоровье дошкольника». 2008. № 2. С. 25.

Журнал «Здоровье дошкольника». 2008. № 3. С. 31.

Здоровьеформирующее физическое развитие: Развивающие двигательные программы для детей 5—6 лет: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. М., 2001.

Маханева М.Д. Здоровый ребенок: Метод. пособие. М., 2004.

Сундукова А.К., Калейтанова Г.Н., Майгурова Е.В. Практический опыт здоровьесберегающих деятельности в ДОУ. М., 2008.

Интегрированное занятие оздоровительной направленности «Путешествуй, не скучай, планету нашу изучай!» Для детей 5–6 лет

Татаринцева Л.В.,

инструктор по физкультуре д/с № 130

«Родничок» АНО ДО «Планета детства «Лада»»,

г. Тольятти Самарской обл.

ПЕДАГОГИКА ЗДОРОВЬЯ

Содержание данного занятия составлено с учетом интегративного подхода: используются компоненты познавательной, музыкальной, здоровьесберегающей деятельности. Наличие регионального компонента (знакомство с географией родного края, играми народов Поволжья) способствует воспитанию у дошкольников толерантности к представителям других национальностей; развитию чувства гордости за свой народ и его культуру.

Задачи:

- совершенствовать двигательные навыки в ходьбе по гимнастической скамейке переменным и приставным шагом;
- продолжать формировать правильную осанку;
- закреплять умение детей лазать по шведской стенке разными способами (при этом обращать внимание детей на ритмичность движений, координацию, умение четко переставлять руки и ноги);
- совершенствовать умение дошкольников перебрасывать мячи друг другу из разных исходных положений и разными способами;
- при проведении татарской народной подвижной игры «Хромая лиса» (Аксак телке) упражнять детей в умении бегать быстро, увертываясь от догоняющего, прыгать на двух ногах с продвижением

- вперед — при этом закреплять умение детей прыгать также на одной ноге, продвигаясь вперед;
- развивать у детей равновесие, координацию движений, ловкость, быстроту, выносливость, инициативность;
 - воспитывать у дошкольников потребность в самостоятельной двигательной активности, совместных движениях со сверстниками, чувство толерантности к представителям других национальностей, гордость за свой народ и его культуру;
 - продолжать углублять знания ребят о нашей планете, о Поволжье и народах, населяющих этот регион, расширять знания детей о мире животных нашего края.

Предварительная работа:

Показать детям физическую карту нашей Земли, глобус, рассказать о нашей местности, о народах Поволжья, сделать сообщение о животных и птицах, живущих в наших краях. Выучить с детьми текст к игре «Хромая лиса».

Оборудование: глобус, маленький сундучок с картинками животных, гимнастические скамейки, шведские стенки, мячи, 2 стойки, дорожки для профилактики плоскостопия (с камушками, массажными дорожками), запись музыки М. Плещинского к песне «Волга в сердце впадает в мое», множество золотых рыбок, сде-

ланных из самоклеящейся блестящей бумаги — по количеству детей.

* * *

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

Ведущий предлагает детям отгадать загадку:

Ни начала, ни конца,
Ни затылка, ни лица.
Знают все: и млад, и стар,
Что наш дом —
Большуший шар.

Д е т и. Земля.

Затем взрослый приглашает дошкольников отправиться в путешествие по нашей Земле, где живут разнообразные животные и птицы. А начать путешествие он предлагает по нашему региону — Поволжью.

В е д у щ и й. А каких животных и птиц, живущих у нас в Поволжье, вы можете назвать, ребята?

Д е т и. Зайцы, лисы, волки, лоси, кабаны, бобры, суслики; из птиц — воробьи, вороны, сороки, соловьи, коршуны, совы, гуси и многие другие.

В е д у щ и й. Разные народы населяют нашу планету, а рядом с нами, вдоль берегов Волги живут народы разных национальностей. Со всеми нужно дружить.

Вот взгляните на глобус и покажите, где мы сейчас находимся?

Дети показывают.

Ну что, отправляемся в путь?

Д е т и (хором). Да!

В е д у щ и й. Тогда идем друг за другом по дорожке.

Ходьба обычная.

Попробуем изменить положение рук.

Дети поднимают руки вверх, как рога оленей, затем опускают руки за голову и идут на пятках, потом ставят руки на пояс — пусть они отдохнут.

Обойдем препятствия на пути.

Дети изменяют направление движения.

Стало холодать, погреемся.

Бег обычный, в колонне по одному, в быстром темпе. Затем все разбегаются врассыпную.

Пришли мы на поляну и решили еще немного потренироваться.

Дети перестраиваются в три колонны по одному.

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

В е д у щ и й. Велика наша Родина и имя ей — Россия.

На какой спортивный предмет похожа наша планета?

Д е т и. Конечно, на мяч.

В е д у щ и й. Тогда постарайтесь представить себе, что мяч — это наша Земля. Попробуем с ним сделать несколько упражнений, во время выполнения которых старайтесь его не терять.

ОРУ с большими мячами:

И.п.: ноги расставлены на ширину плеч, стопы параллельно.

Поднять мяч вверх, отвести назад в согнутых руках, одновременно сделать неглубокий присед; и.п. — 6 раз.

Наклоны вперед. И.п.: ноги вместе, мяч в опущенных руках.

Наклон вперед, мяч положить у носков ног; выпрямиться; наклониться, взять мяч; и.п. — 6 раз.

И.п.: глубокий присед, мяч опустить к полу и держать в руках перед собой.

Выпрямиться, прогнуться, руки с мячом поднять вверх, правую (левую) ногу отвести назад и поставить на носок; и.п. — 6 раз.

И.п.: сесть, мяч в руках.

Поворот вправо; спрятать мяч за спину; и.п.; поворот влево, взять мяч; и.п. — 6 раз.

«Подними мяч». И.п.: лежа на спине, мяч зажат между ступнями.

Поднять ноги с мячом вверх; и.п. — 6 раз.

И.п.: о.с.

Мяч лежит на полу — совершать прыжки вокруг мяча вправо, затем подскоками влево.

Спокойная ходьба с мячом в руках.

Дыхательное упражнение «Нарисуем планету» — выполнить вдох носом и «нарисовать» мячом на выдохе круг.

Далее ведущий объясняет способы выполнения упражнений для каждой из трех колонн.

Ведущий. В нашем Поволжье живут разные дикие и домашние животные, а также различные птицы. Кто из них может так передвигаться? (Показывает различные упражнения.)

Дети. Домашние животные: кошки, собаки. Дикие — лисица, волк. Птицы — вороны, воробьи.

Ходьба по гимнастической скамейке переменным и приставным шагом (по 2 раза).

Ведущий. А кто лазает по лианам и деревьям?

Дети. Конечно, обезьянки!

Ведущий. А где они живут?

Дети. В Африке.

Ведущий. А у нас они живут?

Дети. Нет, не живут!

Ведущий. А у нас какие животные лазают по деревьям?

Дети. Кошки, белки.

Лазанье по шведской стенке одноименным и разноименным способами (3—4 раза).

Ведущий. Земля наша круглая, как этот мячик и всем нам ее нужно беречь. Попробуйте выполнить упражнения с мячами аккуратно и ловко.

Дети выполняют перебрасывания мячей друг другу на удалении 3—4 м.

После выполнения упражнений дети меняются по типу круговой тренировки.

Ведущий. Ну что, ребята, мы с вами вспомнили разных животных из разных стран, уточни-

ли названия животных, живущих у нас. Всех вы назвали правильно. Молодцы! А теперь скажите, на какой реке стоит наш город?

Дети. На Волге.

Ведущий. Совершенно верно. А регион наш называется Поволжье. Здесь проживают разные народности: русские, мордва, чуваша, татары и т.д.

Сейчас я предлагаю вам поиграть в татарскую игру «Хромая лиса» (Аксак телке).

Дети с удовольствием играют в игру, предложенную взрослым.

Одного из играющих выбирают хромой лисой, другого — хозяином дома по имени Бикчантай. Остальные участники — курочки. Хромая лиса располагается на одной стороне площадки — за чертой, в своей норе. На другой стороне чертится круг диаметром 5—10 м. Это будет курятник, в котором размещаются курочки. Сбоку от большого круга чертится круг диаметром всего лишь 1—2 м — дом хозяина. Хромая лиса прыгает на одной ноге от своей норы, приближаясь к дому хозяина. Ее встречает хозяин дома. Между ними происходит такой диалог (во время разговора лиса может стоять на обеих ногах):

— Лиса, лисонька хромая, куда ночью ковыляешь?

— Бикчантай, сынок Мамаю, меня бабка ждет родная.

— А зачем к ней торопиться?

— Моя шуба там за печкой.

— А если шуба загорится?

— Окуну я шубу в речку.

— Вдруг умчит ее теченье?

— Я заплачу с огорчения.

— Лиса, лисонька хромая, как без шубы ты пойдешь?

— Бикчантай, сынок Мамае, как пройду, тогда поймешь.

После такого разговора хозяин дома укладывается спать. Лиса же, прыгая на одной ноге, заходит в курятник. Куры, проснувшись, начинают бегать в пределах круга, а лиса старается кого-либо осалить. Сделать это не так легко, так как куры убегают от нее на двух ногах, а лиса гонится за ними, прыгая на одной ноге. Осаленный лисой меняется с ней ролью — все становятся на свои места, и игра начинается снова.

Если хромая лиса, находясь в курятнике, нечаянно встанет на обе ноги или сменит ногу (если по договоренности это изначально запрещено), то хозяин дома просыпается и направляется в курятник. Хромая лиса, испугавшись, бежит к своей норе. Хозяин дома старается поймать ее, т.е. осалить. Если ему это удастся, осаленная остается хромой лисой, в противном случае назначает другую лису.

Можно предварительно разрешить лисе прыгать то на одной, то на другой ноге.

Ведущий. Молодцы, ребята! Славно поиграли! Каждый из вас отлично справился со своей ролью. В следующий раз мы с вами поиграем в мордовские, чувашские и игры других народностей.

Для восстановления дыхания дети выполняют упражнение «Взмахнем крыльями, как чай-

ки над Волгой». (Вдох на счет 1—3, затем задержка дыхания и на счет 1—3 выдох ртом, плавное взмахивая при этом руками.)

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

Звучит музыка М. Пляцковского к песне «Волга в сердце впадает в мое».

Ведущий. Река Волга впереди, вдоль по берегу по камушкам пройди.

Дети идут по «камушкам» массажной дорожки с пятки на носок.

Молодцы! Теперь пойдем домой. Постойте, что-то там блеснуло вдаль. Посмотрите, сундучок! Видно сам водяной царь Волгарь нам его из воды прислал. В сундучке записка: «Здравствуйте, дети! Я хочу узнать, как хорошо вы знаете свой край. Для этого выберите тех животных и птиц, которые живут у вас, приклейте их к глобусу, а ненужных отложите в сторону. При этом будьте внимательны. Если ответите правильно, то получите приз».

Дети выполняют задание. Ведущий проверяет его правильность и хвалит ребят.

Смотрите, ребята! На дне сундучка я нашел золотых рыбок. Это подарок для вас. Они принесут вам счастье и исполнят все ваши желания.

До новых встреч!

Дошкольники прощаются с ведущим и возвращаются в группу.

Физкультурное занятие «Праздник трясогузки» Для детей 6–7 лет

Доброгорская О.В.,

*инструктор по физкультуре МАДОУ ЦРР — д/с «Надежда»,
г. Ноябрьск Тюменской обл., ЯНАО*

Игры народов Севера в комплексе с другими воспитательными средствами представляют собой начальный этап формирования личности дошкольников, сочетающей в себе положительные нравственные качества и физическую активность. Кроме того, они оказывают огромное влияние на формирование здоровья детей.

Обучая воспитанников народным подвижным играм северян, я стараюсь не только сохранить знания об их жизни, труде, быте, но также совершенствовать двигательные навыки ребят. Ведь именно интерес побуждает детей получить как можно больше информации о родном крае, желание узнать что-либо новое о своей малой родине.

Хочется надеяться, что предлагаемый вниманию коллег конспект физкультурного занятия познакомит всех детей с играми народов Севера и обогатит их двигательный опыт.

Цели:

— формировать мышечно-двигательные навыки дошкольников;

— упражнять в равновесии, метании в вертикальную цель, прыжках, беге на скорость и ползании;

— развивать основные физические (силу, ловкость, быстроту, выносливость, координацию движений) и волевые качества (выдержку, настойчивость, уверенность в своих силах);

— систематизировать знания ребят о традициях Севера и особенностях уклада жизни его коренных народов;

— воспитывать честность, упорство, взаимовыручку.

Предварительная работа: чтение художественной литературы (сказки, рассказы о Севере), проведение бесед о жизни его коренных народов и климатических особенностях региона, рассмотрение иллюстраций растительного и животного мира, разучивание стихов и национальных игр народов Севера, организация и проведение экскурсии в этнографический музей.

Оборудование: чум, нарты, фигура оленя, мячи, макет сол-

нца и топорика, корзина с ягодами, тоннель, модули, флажки, конусы, аудиодиск с записью национальных мелодий, костюмы: шамана, девочки, охотника.

* * *

Дети под музыку входят в зал, украшенный на северный мотив. В его центре сидит бабушка Олом — мать всех матерей.

Бабушка Олом. Здравствуйте дети и уважаемые взрослые! Проходите, а я, бабушка Олом, мать всех матерей, расскажу вам историю.

Дети встают вокруг бабушки полукругом.

В этом холодном северном крае с давних времен живут ханты, селькупы, ненцы. С наступлением весны ненцы устраивают праздник Трясогузки. Я, бабушка Олом, как всегда, обхожу все стойбища, захожу в каждый чум — дом, где живут ханты. Смотрю, чтобы у всех была еда, одежда из оленьего меха, порядок и иду здороваться с предвестниками весны: солнышком, небом голубым, первыми прилетевшими птицами — трясогузками. Когда все люди собираются на поляне, я поздравляю всех с праздником, прошу духов неба, чтоб принесли нам жаркое лето, щедрый урожай, много речной рыбы, лесных грибов и ягод. На этом празднике взрослые и дети не только угощаются, но и поют, танцуют. А я, бабушка Олом, сле-

жу, чтоб никто не помешал ни большим, ни маленьким веселиться, чтоб никто не омрачил их радость. Но однажды, в разгар такого веселья, я заметила шамана — злого колдуна. Он пришел на праздник и увел с собой маленькую Еване.

Ведущий. Что же делать, ребята?

Дети. Мы постараемся помочь и вернем девочку!

Ведущий. А вы не боитесь трудностей?

Дети. Нет, не боимся!

Ведущий. Ну что ж, тогда в путь. В одну колонну, становись!

Дети выстраиваются в колонну.

Ведущий. Сначала мы пойдем пешком. (*Ходьба обычная.*) В царстве холода и стужи все кругом сковали льды. (*Ходьба на носках.*) Серебристые метели запорошили следы. Воет ветер, злится вьюга, заматавая все кругом. (*Боковой галоп.*) И осыпана округа белоснежным серебром. В белой тундре, где снега, он растит свои рога — гордый северный олень! Царь всех северных зверей! (*Ходьба с высоким подниманием коленей.*) А белые медведи немного косолапы, белые медведи немного толстопаты. Вот они шагают дружно, для порядка это нужно. (*Ходьба скрестным шагом.*) Лыжи с палками возьмем, и на лыжах мы пойдем. (*Ходьба скользящим шагом.*) Вьюга да метелица по дорожке стелются. (*Бег змейкой.*) Ох, нелегко этот путь, надо, братцы,

отдохнуть. (*Дети делают упражнения на восстановление дыхания.*)

Ну что ж, ребята, первое испытание мы преодолели. Куда же нам идти дальше? Посмотрите-ка, шаман оборонил свиток. Не найдутся ли среди нас смельчаки подобрать его?

Первое препятствие

Необходимо принести свиток. (Ходьба, бег на носках между препятствиями.)

Ведущий. Молодцы, ребята, справились с первым испытанием. Без острого глаза, без длинной руки, без крепких рук художнику. Я бы еще сказал — художнику и без смелости.

Второе препятствие

Необходимо пролезть в тоннель и посмотреть, не сидит ли в пещере шаман. (Подлезание под препятствие.)

Ведущий. Да, без острого глаза художнику. (*Демонстрирует охотничий топорик.*) Кто теперь попадет этим топориком в кочку?

Третье препятствие

Необходимо попасть топориком в болотную кочку. (*Метание в вертикальную цель.*)

Ведущий. А еще, ребята, у хантов есть легенда: чтобы стать настоящим охотником, нужно уметь в три прыжка перепрыгнуть болото. Это, конечно, делают крепкие ноги.

Четвертое препятствие

Необходимо в три прыжка перепрыгнуть болото. (Прыжки в длину с места.)

Ведущий. А еще ханты очень быстрые и сильные лыжники. Кто померится в лыжной гонке?

Пятое препятствие

Лыжные гонки. (Бег скользящим шагом на поролоновых подушках.)

Ведущий. Вот видишь, бабушка Олом, какие наши дети сильные, ловкие, быстрые и крепкие. А вот и Еване! Входит девочка в национальном костюме.

Еване. Здравствуйте, ребята. Спасибо вам, что помогли мне вернуться на праздник. За это хочу подарить вам свой танец и мои подарки.

Исполняется танец «Ямальская рапсодия».

Девочка дарит всем солнышко и корзину с ягодами.

Ведущий. Спасибо, Еване, за замечательный танец и твои подарки. Ребята, на Севере длинные полярные ночи, поэтому мало тепла и света. Люди очень скучают по солнцу и поэтому придумали игру «Хейро», что и означает «Солнце». Давайте поиграем в нее.

Подвижная игра «Хейро»

Играющие идут по кругу приставным шагом. Руками делают равномерные взмахи вперед-назад и на каждый шаг говорят: «Хейро!» Ведущий-солнце сидит на корточках в середине круга. После сигнала взрослого: «Солнце!» все разбегаются.

Бабушка Оло м. Действительно, какой же праздник без игр?

Ведущий. Северный народ очень ловкий и сильный — он любит состязаться между собой. Кто желает попробовать свои силы?

Подвижная игра «Прыжки через нарты»

Дети формируют две команды. Первые участники перепрыгивают через модели нарт на двух ногах, затем бегут до стойки, оббегают ее, возвращаются назад и передают эстафету своим товарищам (можно использовать модули).

Ведущий. Ребята, какими традиционными промыслами занимаются северные народы?

Дети. Оленеводством, рыболовством, охотой.

Ведущий. А есть ли среди вас ловкие оленеводы?

Дети отвечают.

Подвижная игра «Ловкий оленевод»

На полу устанавливается фигура оленя. Дети располагаются в шеренгу, лицом к оленю, в отдалении от него на 3—4 метра. Дошкольники по очереди бросают в оленя мячом, стараясь попасть в него. За удачный «выстрел» каждый оленевод получает от ведущего флажок.

Ведущий. Молодцы, ребята, справились вы со всеми заданиями. Все вы ловкие и быстрые, а

главное, дружные ребята! Народы Севера любят свой край с его неповторимым животным и растительным миром, с его традициями, песнями и танцами. Наши девочки приготовили для вас танец «Северное сияние». (*Девочки исполняют танец «Северное сияние».*)

Спасибо, девочки за ваш прекрасный танец! Дорогие ребята! Сегодня мы побывали на замечательном празднике Трясогузки, поиграли в народные игры, вспомнили традиции народов Севера. Наш праздник подходит к концу. В группе вас ждет угощение: морс из брусники и пирог из ягод.

Дети строятся в колонну и уходят в группу.

Литература

Журнал «Северные просторы». 1987. № 6, 1989. № 2, 2001. № 2—3, 2003. № 1, 3—4.

Кенеман А.В. Детские подвижные игры народов СССР. М., 1989.

Синявский Н.И., Власов В.В., Фынтынэ О.А. Игры и состязания и самобытные физические упражнения народов Севера. Новосибирск, 2002.

Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 3—5 лет. Конспекты нетрадиционных занятий и развлечений в спортивном зале: Пособие для воспитателей и инструкторов по физкультуре. М., 2003.

Няруй В.Н., Сэрпиво В.М. Ненцы: уроки предков. СПб., 2005.

Занятие по физкультуре

«Магазин игрушек»

Для детей 3–4 лет

Пугачева Э.В.,

воспитатель по физкультуре ГБОУ д/с № 1970, Москва

Вниманию коллег предлагаю конспект одного из физкультурных занятий для младших дошкольников, который пользуется большим успехом в нашем детском саду.

Цель: укреплять здоровье детей посредством оптимизации двигательной активности.

Задачи:

- развивать физические качества дошкольников;
- побуждать детей к самостоятельной двигательной активности;
- обогащать двигательный опыт воспитанников в подвижных играх;
- развивать активную речь.

Оборудование: мягкие модули, игрушки.

* * *

Дети входят в физкультурный зал и выстраиваются шеренгой вдоль стены. У противоположной стены на мягких модулях расставлены игрушки — имитация витрины магазина.

Ведущий. Здравствуйте, ребята! Сегодня мы с вами отпра-

вимся в магазин игрушек. А поедem мы туда на автобусе. Занимайте скорее места, наш автобус отправляется.

Дети идут по залу за взрослым.

Ведущий. Вот мы и приехали в магазин игрушек. Посмотрите, какой он красивый. Хотите посмотреть, какие игрушки живут в магазине?

Дети отвечают.

Комочек пуха, длинное ухо,
Прыгает ловко, грызет
морковку.

Кто это?

Дети. Заяц.

Ведущий (*берет игрушечного зайца*). Правильно, ребята, это зайчик. Давайте с ним поиграем.

Проводится игра «Зайка серенький сидит».

Ведущий берет с витрины игрушечного кота.

Ребята, котик тоже хочет поиграть.

Проводится игра «Кот и воробышки».

Дети-воробышки с воспитателем стоят на одной стороне зала, ведущий с игрушкой — на другой.

Котя, котенька, коток,
Котя — серенький хвосток.
Он на бревнышке лежит,
Притворился, будто спит.

Кот просыпается, мяукает и бежит за детьми. Игра проводится 2—3 раза.

Ведущий берет матрешку.

Вот румяная матрешка.
Где же у матрешки ножки?
Кто-то прячется внутри.
Ты открой и посмотри.

(Открывает матрешку, достает платочек.)

Ой, ребятки, у матрешки платочек испачкался. Давайте покажем, как мы умеем стирать платочки.

Проводится игровое упражнение «Мы платочки постираем».

Дети выполняют движения в соответствии со словами взрослого и по его показу.

Мы платочки постираем,
Кулачками их потрем,
Их в водичке пополошем,
А потом их отождем.
Чтобы высушить платочки
Хорошенько потрясем.
А потом мы их погладим
На дощечке утюгом.
И платочками помашем,
С ними дружно в пляс
пойдем.

Исполняется пляска с платочками, после которой воспитатель их собирает у ребят.

Посмотрите, как много в магазине кубиков! Из них можно построить домик, а можно с ними просто поиграть.

Проводится «Игра с кубиками».

А еще в магазине живет мишка, — я это точно знаю. Только где же он? Наверно он спрятался. Давайте его искать.

Проводится игра малой подвижности «Найдем мишку».

У мишки есть подружка — кукла Катя. Мишка очень любит с ней танцевать. Давайте и мы с ними немножко потанцуем.

Дети танцуют «Маленькую польку».

Ребята! Как весело мы поиграли и поплясали с игрушками! Но нам пора с ними прощаться. Наш магазин закрывается. Давайте скажем всем игрушкам «Спасибо!» и «До свидания!» Садитесь в автобус, мы возвращаемся в детский сад.

Дети благодарят игрушки, прощаются с ними. Звучит музыка, ребята обходят по периметру зал и возвращаются в группу.

Досуг «И в мороз, и в стужу с физкультурой дружим!» Для детей с ограниченными возможностями здоровья (VIII вида)

Хлыстенкова Н.А.,

воспитатель МБДОУ д/с № 19 «Звездочка»,
г. Альметьевск, Республика Татарстан

Задачи:

Оздоровительные

- развивать двигательную активность детей;
- совершенствовать деятельность сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- формировать психофизические качества (быстрота, сила, выносливость);
- совершенствовать опорно-двигательные анализаторы;

Образовательные

- расширять словарный запас (активный и пассивный);
- закреплять знания об окружающей природе;

Воспитательные

- формировать сотрудничество со взрослыми и сверстниками;
- формировать организованность, взаимовыручку;
- воспитывать чувство сострадания к живым и неживым объектам природы.

Оборудование: разноцветные флажки, шары, елочки, снежные валы, костюмы медведя, зайца, сороки, бубен, корзинка, банка варенья, бочонок меда, пластмассовые лыжи, два шнура, клюшки, шайбы, полумаски для подвижной игры, шоколадные медали, музыкальное сопровождение.

* * *

В е д у щ и й

Сыплет белый снежок,
Все деревья в инее.
Мы выходим гулять
В это утро зимнее.
Нам не страшен мороз,
Пусть пугает стужей.
С ним холодной зимой
Очень крепко дружим мы!

Т. Башмакова

Звучит музыка. Дети и родители собираются на спортивной площадке, украшенной разноцветными флажками и шарами.

Я хочу вас всех позвать
Веселиться и играть.
В круг сейчас большой
мы встанем,
Разомнемся, поиграем.

Дети и родители берутся за руки,
образуя большой круг.

Ну-ка, бубен, позвени,
Всех детишек собери!

Проводится игра «Веселый бубен»

Ты беги, веселый бубен,
Быстро-быстро по рукам!
У кого веселый бубен,
Тот движение покажет нам!

Дети и родители передают бубен из рук в руки, произнося различные потешки. Ребенок, на котором заканчивается потешка, выполняет любое движение, а все остальные повторяют его — 2—3 раза.

Прилетает Сорока (родитель одного из воспитанников в костюме птицы).

С о р о к а

Передаю слова тревоги:
«Больной медведь лежит
в берлоге!»

Вчера немного погулял.
Закашлял сильно, зачихал!

В е д у щ и й. Не грусти, Сорока, ты напрасно. Мы с ребятами поможем Медведю. Поможем, ребята, вылечиться от простуды?

Д е т и. Да! Поможем, вылечим!

В е д у щ и й. Ребята, скажите, что нужно принимать от простуды?

Д е т и. Таблетки, малиновое варенье, мед, лекарственные травы.

В е д у щ и й. Мы возьмем для Медведя малиновое варенье и бочонок меда. *(Показывает корзинку, в которой находятся мед и варенье.)*

В е д у щ и й. Ты, Сорока, лети, показывай дорогу. А мы за тобой пойдем.

Вы, ребята, в ряд вставайте,
Друг за другом в лес

шагайте!

Мы пойдем все по дороге,
Чтоб добраться до берлоги!

Дети и родители встают друг за другом и идут за Сорокой.

В е д у щ и й

Вот сугробы впереди.
Надо нам по ним пройти.
Высоко колени

поднимайте —

И тихонечко шагайте.

Проводится упражнение «По сугробам»

Дети идут, перешагивая через снежные валы.

В е д у щ и й. До полянки мы дошли. Устали?

Д е т и. Да!

В е д у щ и й. Давайте немного отдохнем и подышим свежим воздухом.

С о р о к а. На этой полянке Заяц должен всех нас ждать, чтобы до берлоги вместе идти.

В е д у щ и й. Может, он заблудился или прячется где-нибудь от лисы или волка? Давайте

сделаем глубокий вдох через нос, а на выдохе прокричим «Ау-у-у-у» (3—4 раза).

Дыхательное упражнение «В лесу»

На полянку выбегает Заяц (Родитель одного из детей в костюме зайца.)

З а я ц

Долго бегал я по лесу,
Наконец-то вас нашел!
Мои лапки все застыли.
Ой-ой-ой, мороз какой!

В е д у щ и й

Да ты, Зайка, весь замерз!
Отморозил уши, нос.
Ты скорее в круг вставай,
С нами вместе поиграй!
Про тебя игру мы знаем —
Ты за нами повторяй!

Проводится игра «Зайка беленький сидит»

Дети и родители выполняют соответствующие текст движения.

В е д у щ и й. Отдохнули, поиграли, а теперь отправляемся в путь дальше. Сорока, лети вперед, а Зайчик с нами пойдет.

Дети и родители идут под веселую музыку. Перед ними появляется ряд елочек.

В е д у щ и й. Как нам быть? Как идти дальше?

С о р о к а. Чтобы пробраться сквозь лесную чащу, надо обегать каждую елочку, и тогда мы доберемся до берлоги Медведя.

Упражнение «Змейкой вокруг елочек»

Дети и родители друг за другом обегают каждую елочку.

З а я ц. Я вижу, вижу берлогу Медведя!

Дети подходят к «берлоге», в которой лежит больной и грустный Медведь. (Родитель одного из детей в костюме медведя.)

В с е. Здравствуй, Мишенька-медведь!

М е д в е д ь. Здравствуйте, дети! Здравствуйте, мамы и папы! Я заболел, помогите мне, пожалуйста!

Дети подходят к Медведю, гладят его, жалеют. Дают ему бочонок меда и банку варенья.

В е д у щ и й. Мишенька, ты нас послушай, что хотим тебе сказать.

Ребята рассказывают медведю о пользе физкультуры и спорта.

В е д у щ и й. Ты заболел потому, что не занимаешься физкультурой и спортом.

М е д в е д ь. А как это нужно делать?

В е д у щ и й. Ребята, давайте покажем и научим Медведя делать зарядку.

Упражнение «Веселая зарядка»

Мы похлопаем в ладошки,
Мы потопаем немножко.
Мы наклонимся сейчас,
И подпрыгнем восемь раз.

Дети выполняют движения, соответствующие тексту.

Медведь. Мне стало не-много лучше. Спасибо вам, ребята, за зарядку.

Ведущий. А теперь мы проведем веселое соревнование. Разделимся на две команды: «Лыжники» и «Хоккеисты».

Проводится игра-эстафета «Сороконожки»

Две команды стоят параллельно друг к другу. У каждой команды шнур, за который держатся дети и взрослые. По сигналу взрослого: «Сороконожки!» команды идут на лыжах скользящим шагом вперед до линии финиша, не выпуская из рук шнур.

Заяц

Из спортивной жизни всей
Обожаю я хоккей!

Мне бы клюшку и ворота —
Шайбу так забить охота!

Ведущий

Ну, что ж, хоккей — игра
отличная!

Шайба есть, и клюшка есть
приличная!

Проводится игра-эстафета «Шайбу—шайбу!»

Дети выстраиваются в две колонны перед воротами. Первые участники по сигналу взрослого стараются забить шайбу в ворота. Медведь и Заяц ловят шайбы и отдают их сле-

дующим игрокам. Побеждает команда, забросившая наибольшее количество шайб.

Медведь

Какие спортивные дети!
Вы самые смелые дети
на свете!

Вам, ребята, благодарен
За науку, за игру!

Быть выносливым и ловким
Не мешает никому.

Физкультурой день и ночь
Готов я заниматься.

Шишки с дерева ловить
И в беге упражняться.

Ведущий и дети (*вместе*). Мы рады, что помогли тебе.

Делай ты всегда зарядку —
Будет все тогда в порядке!

Медведь

Я хочу вручить вам, дети,
Сладкие награды эти.

Медведь, Заяц и Сорока вручают ребятам шоколадные медали. Дети благодарят их.

Ведущий. Нам пора возвращаться в детский сад. На прощанье поиграем в игру «Два Мороза».

Подвижная игра «Два Мороза»

Медведь, заяц и Сорока прощаются с детьми и уходят.

Ведущий

Друг за другом мы пойдем —
В садик свой сейчас придем.

Дети идут друг за другом.

В е д у щ и й

В сад пришли мы, детвора.

Мы друг другу пожелаем:

Д е т и (хором). Быть здоровыми всегда!

Литература

Голощекина М.П. Лыжи в детском саду. М., 1972.

Екжанова Е.А., Стребелева Е.А. Коррекционно-развивающее обучение и воспитание дошкольников с нарушением интеллекта: Программа для дошкольных образовательных учреждений. М., 2003.

Ермак Н.Н. Физкультурные занятия в детском саду. Творческая школа для дошколят. Ростов н/Д., 2004.

Кудрявцев В.Г., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст). М., 2000.

Луконина Н.Н., Чадова Л.Е. Физкультурные праздники в детском саду. М., 2004.

Степанова Э.Я. Методика физического воспитания. М., 2005.

Праздник «Малые Олимпийские игры» Для детей 5–6 лет

Зубова Е.Р.,

педагог дополнительного образования;

Плешкова Г.А.,

инструктор по физкультуре ГБОУ ЦРР д/с № 758, Москва

Задачи:

- развивать у детей силу, ловкость, глазомер;
- формировать потребность в ежедневной двигательной активности, интерес к занятиям физкультурой;
- обеспечивать гармоничное физическое развитие дошкольников.

Оборудование: разноцветные

флажки, шары, ленты, мячи, олимпийские эмблемы, постеры олимпийских талисманов, пиктограммы, олимпийский флаг, стойка для олимпийского огня, победные кубки, завоеванные детьми в спортивных соревнованиях района, округа, города, аудиодиски с записями популярной музыки.

Место проведения: спортивная площадка.

* * *

Под музыку А. Пахмутовой «Герои спорта» дети — участники соревнований выходят на спортивную площадку.

1 - й ведущий. Здравствуй-те, дорогие гости! Мы начинаем торжественную церемонию открытия малых Олимпийских игр.

2 - й ведущий. На центральный стадион выходит команда «Лучик». В ее составе отличные ребята — будущие мастера спорта. Они готовы к серьезной борьбе. Желаем вам, ребята, счастливых стартов!

1 - й ведущий. На центральную дорожку олимпийского стадиона выходит команда «Росинка». Команда сильна дружкой и стремлением к победе. Здесь много спортивных звездочек, которые сегодня обязательно зажгутся на олимпийском стадионе.

2 - й ведущий. Приветствуем всех ребят, которые сделали все, чтобы отлично выступить сегодня на Малых Олимпийских играх.

1 - й ребенок

Что такое Олимпиада?

Это честный спортивный бой!

В ней участвовать —

это награда.

Победить же может любой!

2 - й ребенок

Мы игры олимпийцев

открываем,

На этот праздник

приглашаем всех.

Здоровья, счастья, радости

желаем,

Пусть олимпийский к вам

придет успех!

3 - й ребенок

Пять колец на флаге белом

Меж собой переплелись,

Будто все спортсмены мира,

Крепко за руки взялись!

Исполняется «Морской бриз» — танец с голубыми полотнами на музыку Э. Грига

1 - й ведущий. Олимпиады проходят каждые четыре года по зимним и летним видам спорта. В 2014 году будут проходить Зимние Олимпийские игры в Сочи, а пока мы познакомимся с летними спортивными видами спорта. А поможет нам олимпийский огонь — символ мира и дружбы народов планеты.

2 - й ведущий. Долгий путь преодолевает олимпийский огонь. Его зажигают греческие девушки у развалин Древней Эллады.

Исполняется танец жриц олимпийского огня «Сиртаки» на музыку М. Теодоракиса.

Жрицы

Священный огонь олимпийский,

Гори над планетой века!

И факел, сегодня зажженный,
Пусть пламенем дружбы
горит.

И лозунг: «Мир всем
народам!»
На празднике нашем звучит!

Происходит передача символического священного огня командам.

1 - й ведущий. Команды есть — они готовы!

Следить за честностью игры будут судьи!

Представление судейской команды.

2-й ведущий. Мы начинаем наши соревнования с веселой разминки.

Разминка малышей «Звееробика» под музыку Б. Савельева.

Выход олимпийских талисманов. (Взрослые в костюмах героев.)

Каждый герой рассказывает о себе.

Медведь по имени Полюс. У меня добрый и покладистый характер. Я друг детей, дарю всем заботу и уважение. Не сижу на месте, обладаю спортивным напором и постоянно стремлюсь к новым спортивным вершинам, демонстрируя силу и волю к победе.

Белый заяц Стрелка. Я очень активный и занимаюсь спортом.

Белый леопард Барсик. А я сильный и выносливый зверь, который живет в горах Кавказа.

К тому же я знаток горных склонов и отличный альпинист. Охраняю селения от непогоды и учу в свободное время своих друзей кататься на сноуборде.

Медведь с лыжными палками, заяц — на роликах, а леопард — на скейте.

Барсик. Кто с ветром проворным может сравниться?

Дети. Мы, олимпийцы!

Полюс. Кто верит в победу, преград не боится?

Дети. Мы, олимпийцы!

Стрелка. Кто спортом любимой Отчизны гордится?

Дети. Мы, олимпийцы!

Участники все вместе произносят клятву спортсменов.

1 - й ведущий

Клянемся быть честными,
К победе стремиться,
Рекордов высоких клянемся добиться!

Дети. Клянемся! Клянемся! Клянемся!

2 - й ведущий. Всем участникам соревнований желаем удачи, здоровья, счастья, солнечного света и побед!

А мы, ваши болельщики, будем поддерживать вас своими музыкальными номерами.

Приветствие команд.

Ребенок команды «Росинка»

Сегодня вам желаем успехов и побед,

А команде «Лучик» —
наш физкульт-привет!

Ребенок команды
«Лучик»

Спортивного задора
желаем вам, добра,

А команде «Росинка»
крикнем мы: «Ура!»

Олимпийские талисманы принимают участие в организации соревнований.

Проходят соревнования, игры, эстафеты, в которые любят играть народы пяти континентов: Азии, Африки, Америки, Европы, Австралии.

Америка — баскетбол. Проводится эстафета «Ведение мяча между стойками с забрасыванием мяча в корзину».

Танец с мячом под музыку М. Минкова (исполняют девочки средней группы).

Австралия — метание копья. Проводится эстафета «Попади в цель».

Танец с разноцветными лентами под музыку И. Штрауса (девочки старшей группы).

Европа — футбол. Проводится игра «Забей мяч в футбольные ворота соперников».

Танец болельщиков с помпонами под музыку П. Мориа (девочки подготовительной к школе группы).

Азия — вольная борьба. Проводится игра «Вытолкни соперника из обруча», в ходе которой два участника встают лицом друг к другу, соединив ладони, и при помощи рук пытаются вытолкнуть соперника из обруча.

Музыкальная игра с обручем на музыку В. Косма (девочки разных групп).

Африка — прыжки. Проводится эстафета «Прыжки через кубики».

Танец «Веселая гимнастика Львенка и Черепахи» на музыку Г. Гладкова (девочки разных групп).

Подведение итогов жюри.

Общий танец с шарами «Разноцветная игра» на музыку Б. Савельева (девочки разных групп).

Награждение участников и круг почета победителей.

.....
Издательство «ТЦ Сфера» представляет

ИГРЫ ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ НЕТРАДИЦИОННОГО ОБОРУДОВАНИЯ

Авторы — Дыбина О.В., Рахманова Н.П., Бартошевич Т.И.

Пособие содержит схемы и чертежи для изготовления двигательного конструктора и примерные варианты сборных конструкций. Интерес представляют игровые задания и упражнения с использованием нетрадиционного двигательного оборудования для детей разных возрастных групп. Предназначено практическим работникам дошкольных образовательных учреждений, родителям и студентам дошкольного профиля.

www.tc-sfera.ru



Проект:

«Знать об этом должен каждый, безопасность — это важно!»

Из опыта проектной работы со старшими дошкольниками

Фролова Е.Н.,

*инструктор по плаванию МБДОУ д/с № 40 «Золотой Ключик»,
г. Ключи-1 Усть-Камчатского р-на Камчатского края*

Работа о здоровье дошкольников занимает во всем мире приоритетные позиции. Трагедии на воде нередко разыгрываются в результате беспечности как самих детей, так и находящихся рядом с ними взрослых. Данный проект ориентирован на обучение правилам безопасности поведения на воде.

Образовательная область: «Основы безопасности жизнедеятельности», «Здоровье».

Вид проекта: практико-ориентированный.

Актуальность: проектная деятельность является одним из действенных путей сотрудничества, в равной степени необходимого как педагогам, так и родителям. Это сотрудничество, в которое вовлекаются дети, а также взрослые с целью обучения правилам безопасного поведения на воде.

Цель: обучать детей правилам поведения на открытой воде.

Задачи:

- дать детям представление о правилах поведения на воде и около водоемов;
- обучать правилам оказания первой помощи пострадавшему на воде.
- воспитывать бережное отношение к природе.

Участники проекта: дети 5—7 лет, инструктор по плаванию, медсестра, воспитатели, родители.

Продолжительность проекта: долгосрочный.

Работа над проектом

Этап I. Февраль

Просмотр мультфильмов на проекторе на темы: «Знать об этом должен каждый: безопасность — это важно! На тонком льду». Обсуждение увиденного.

Знакомство с правилами безопасности при нахождении на льду водоема. Чтение и обсуждение поучительных рассказов:

«Не ходи по льду водоема» (Г. Шалаева, Н. Иванова), «Зима» (М. Фисенко).

Этап II. Март, апрель

1. Ознакомление детей с правилами поведения на открытой воде. Беседа на тему: «На пляж, к воде!». Просмотр мультфильмов на проекторе на темы: «Сеня. Место для купания», «За бортом». Обсуждение увиденного.

2. Закрепление у детей знаний о правилах поведения у открытых водоемов. Изготовление немонистических разрешающих и запрещающих купание знаков.

3. Проведение консультации для родителей на тему: «Не зная броду, не суйся в воду». Цель — овладение взрослыми простейшими знаниями безопасного поведения детей у водоемов.

4. Пополнение информационных уголков и папок-передвижек информацией о правилах безопасности на суше и воде. Цель — закрепление знаний о правилах поведения у открытых водоемов. (См. приложение 1.)

5. Чтение и обсуждение поучительных рассказов: «Как Стобед бросил бутылку и что из этого вышло» (Д. Орлова); «Как Владик с Катей ходили купаться» (М. Фисенко), «Не купайся в запрещенных местах» (Г. Шалаева, Н. Иванова), «Не прыгай в воду в незнакомых местах» (Г. Шалаева, Н. Иванова), «Как неразлучные друзья в воде не тонули» (А. Иванов).

Этап III. Май

1. Выполнение практических заданий на тему «Я — спасатель». Закрепление навыков спасения пострадавшего и оказания ему первой помощи.

2. Воспитание у дошкольников бережного отношения к природе, побуждение к самостоятельным наблюдениям за состоянием водоемов, закрепление в ходе беседы правил совместного отдыха с родителями на природе у водоемов. (См. приложение 2.)

Приложения

Приложение 1

Рекомендации для родителей

Уважаемые родители!

В жаркие летние дни очень приятно находиться у реки или озера. Как хорошо поплескаться, поплавать, понырять, позагорать на песке, наслаждаясь теплым летним днем.

Как же правильно вести себя на воде, чтобы с вами и вашими детьми не случилась беда? Запомните несколько простых правил.

Прежде всего, ваши дети при нахождении в воде должны быть в сопровождении какого-то из взрослых.

Не следует купаться в незнакомом месте, особенно там, где нет других купальщиков. Ведь дно реки или озера может таить немало опасностей: затопленная

коряга, за которую можно случайно зацепиться, осколки стекла, острые жестянки, о которые можно порезать ноги, холодные ключи и глубокие ямы.

Прежде чем заходить в воду в незнакомом месте, посмотрите на водную поверхность. Если цвет или запах воды не такие как всегда, то купаться здесь нельзя!

Бывает так, что купается целая компания ребятишек, дети брызгаются, шумят, хватают друг друга за руки или ноги, опускают головы друг друга в воду — это очень опасно. Ребенок, который не успел сделать вдох, может захлебнуться. Всего за 10 с легкие человека заполняются водой, и человек тонет.

Научите своих детей никогда не нырять в незнакомых местах и не заплывать слишком далеко от берега на надувных матрацах.

Уважаемые мамы и папы! Маленькие дети всегда должны быть у вас перед глазами. Если вы отдыхаете с ними на берегу озера или реки, то их жизнь зависит от вашего внимательного к ним отношения!

* * *

Приложение 2

Развлечение «На озере»

Оборудование: плавательные доски, небольшие мячи — по количеству детей, волшебный мешочек с фигурками морских обитателей.

Ведущий. Здравствуйтесь ребята! Посмотрите по сторонам. Вы видите, что сегодня наш бассейн превратился в озеро! А знаете почему? Дело в том, что скоро наступит лето — время, когда можно будет купаться в реках, озерах и море. А чтобы купаться в открытых водоемах, нужно соблюдать некоторые правила безопасности. (*Рассказывает о купании в открытых водоемах.*)

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

ОРУ, подводящие к плаванию

- Водоросли;
- Руки брасс (1 мин);
- Руки кроль (1 мин);
- Прыжки;
- Звезда;
- Поплавок;
- Кит.

Дыхательная гимнастика: «Море волнуется передо мною, бьется о берег волна за волною...».

И.п. — ноги на ширине плеч, руки опущены вниз. Плавно поднять руки вверх через стороны, поднимаясь на носочки. С волнообразным движением кистей плавно опустить руки вниз, с длительным выдохом звука [ш].

Ведущий. Молодцы, ребята! Хорошо размялись. Сегодня мы с вами вспомним основные упражнения в воде; повторим «прыжок дельфина»; выполним скольжение на груди и спине с работой ног «кроль»; а в конце

свободно поплаваем. А сейчас давайте повторим правила поведения в воде.

Дети отвечают.

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

Ходьба по периметру бассейна с гимнастической палкой за спиной (на локтевых сгибах).

Ходьба с высоким поднятием бедра (упражнение «Цапля»).

Ходьба «лыжным шагом» (скольжение стопой по дну бассейна).

Ходьба на носках (с поднятой над головой палкой).

Ходьба на пятках (палка опущена за спину хватом за концы, затем гимнастические палки складываются на бортик).

Ходьба с гребковыми движениями рук (байдарки).

Легкий бег.

«Поезд в тоннель» (проплывание через обруч поточно 3—4 раза).

«Прыжок дельфина» (прыжок в обруч поточно 3—4 раза).

После «Прыжка дельфина» дети выстраиваются у ориентиров около бортика.

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

Упражнения у бортика.

Упражнение «Ноги кроль» (с погружением головы в воду).

Скольжение на груди.

Скольжение на спине.

Скольжение «Винт».

Звучит музыка из к/ф «Приключение Буратино» («Беларусьфильм»,

1975 г., реж. Л. Нечаев). В зал входит **Ч е р е п а х а**.

Ч е р е п а х а. Здравствуйте, ребята! Вы узнали меня? Я черепаха Тортила! Живу в озере. Вижу, что все вы смелые и ловкие. А привело меня к вам горе. Дело в том, что наступила теплая пора, туристы стали в походы ходить, засорили мое озеро, и жить в нем стало невозможно! Детки, помогите озеро очистить!

В е д у щ и й. Ну что, ребята? Поможем бабушке Тортиле, а то ей жить негде! К тому же от такого загрязнения могут погибнуть водоросли, а рыбкам нечего будет есть и они тоже все погибнут! Я прошу вас разделиться на две команды, а еще я дам вам плавательные доски. Вам нужно доплыть до плавающего в воде мусора (маленькие мячи), взять по одному, сложить в корзину и вернуться обратно. Ну что, готовы? На старт, внимание, марш!

Проводится эстафета с плавательными досками.

В конце эстафеты детям объясняется, что нельзя мусорить и загрязнять природу.

Ч е р е п а х а. Молодцы, ребята! Но у меня для вас есть еще одно задание. Мало того, что хулиганы засорили озеро, так они еще и воду взбаламутили, и все мои картинки перепутались! Я собирала картинки речных и морских рыб! Ребята, помогите развесить их и назовите, какие

рыбы водятся в море, а какие — в реке?

На магнитную доску вывешиваются изображения рыб. Дошкольники выполняют задания черепахи.

В е д у щ и й. Молодцы! Ребята, а как еще называют рыб, которые водятся в реке?

Д е т и. Пресноводные.

В е д у щ и й. Бабушка Тортила, а наши ребята тоже могут превращаться в обитателей моря. *(Обращается к ребятам.)* Ну что, покажем?

Д е т и. Да!

Проводится игра «Море волнуется» (2 раза). Взрослый достает из волшебного мешочка фигурки морской звезды, рыбки, поплавка, кита, а дети показывают их в игре.

Ч е р е п а х а. Ребята, а можно я тоже буду показывать вам фигурки, а вы будете в них превращаться? Дети отвечают согласием и игра продолжается.

Ребята, вижу, какие вы старательные, помогите, пожалуйста, бабушке еще. Но для следующего задания вам нужно сделать гимнастику.

Пальчиковая гимнастика «Обед у крокодила».

Ч е р е п а х а. Вот какое несчастье у меня случилось. Рассыпались по дну озера мои сокровища, помогите их собрать.

В е д у щ и й

Глаза не закрывайте,
На дно смотрите смелей,

И несколько предметов
Достаньте, кто быстрее.
Ныряйте, доставайте,
Считайте поскорей!

Проводится упражнение «Водолазы».

Ч е р е п а х а. Ребята, спасибо вам, помогли бабушке! А какие уроки вы вынесли из моих заданий?

Дети отвечают.

В е д у щ и й. Вот теперь все на своих местах и мое озеро чистое, сверкает как зеркало. Скажите, а вы умеете играть в игру «Волшебное зеркало»?

Д е т и. Нет.

В е д у щ и й. Ну что ж, предлагаю поиграть.

Проводится игра «Волшебное зеркало».

Ч е р е п а х а. Спасибо вам, ребята, еще раз, а мне уже пора домой. До свидания!

В е д у щ и й. Молодцы ребята, сделали доброе дело. Ну а сейчас отправляемся в свободное плавание!

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ.

Дети выходят из бассейна и идут в фитобар. Ведущий подводит итоги занятия. Дошкольники отвечают на вопросы взрослого: Что мы делали сегодня? Каким правилам поведения в открытых водоемах мы научились? Какие уроки по охране окружающей среды нам преподала черепаха?

Далее вниманию коллег предлагаю конспект занятия «Экологические сказки-сценки» с использованием стихотворений М.Р. Рабинович.

Оборудование: кусочки мелко нарезанного пенопласта, пластмассовые рыбки.

* * *

Развлечение

«Необычное путешествие»

В е д у щ и й. Здравствуйте ребята! Сегодня необычный день. Мы отправимся с вами в путешествие, но для начала вам необходимо превратиться в маленькие звездочки! Закройте глаза, прислушайтесь к музыке и представьте, что вы и есть те самые звезды, которые мерцают на ночном небе. Давайте выполним разминку и повторим правила поведения в воде.

Дети отвечают.

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

ОРУ

(Дети спускаются в бассейн и выстраиваются у бортика.)

В е д у щ и й

Сияли звезды в небе важно,
А по ночам им снились сны.
И им мечталось,

что однажды

На землю спустятся они!

Ходьба по периметру бассейна
под музыку.

В е д у щ и й

О чем еще мечтали звезды?

О дне морском, о шторме

грозном!

О тайнах моря, океана?!

Мечта ли это или драма?

Звезда упала в море прямо.

За ней спустились вереницей

Ее небесные сестрицы!



ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

Проведение комплекса акваэробики «Звезды».

После занятий дети становятся в круг около взрослого.

В е д у щ и й

Смотрите, звезды, что я вижу?!
Оно плывет ко мне все

ближе!

Обломки ржавого железа!
Вы можете лучи порезать!

Ведущий и дети рассматривают кусочки пенопласта, плавающего на поверхности воды.

Мне здесь очень не уютно,
Дышать в воде ужасно
трудно!

Звучит музыка, появляется осьминог.

О с ь м и н о г

Что вам не нравится
на дне?

А я привык уже вполне.
Хотя еда пропахла нефтью,
И рыбаки нас ловят сетью,
Деваться некуда, живем
И рыб отравленных жуем!

В е д у щ и й. Ребята, давайте поможем осьминогу и остальным морским жителям?! Я прошу вас разделиться на две команды и принять участие в эстафетах.

Эстафета «Собери мусор»

По команде взрослого дети плывут к кусочку пенопласта,

берут его, возвращаются обратно и складывают куски в корзину.

В конце эстафеты детям объясняется, что нельзя мусорить и загрязнять природу.

Эстафета «Спаси рыбку»

По команде взрослого дети с плавательными досками доплывают до противоположного бортика, где лежат пластмассовые рыбки, берут по одной и возвращаются с ними назад.

Эстафета «Очисти дно»

По команде взрослого дети собирают лежащие на дне предметы.

В е д у щ и й

Эта сказка — всем намек,
Важный навсегда урок.
Сохраняйте воду чистой,
И прозрачной, и искристой.
Надо, чтобы вся планета
Беспокоилась об этом!
Чтобы в реках и прудах
Рыба плавала всегда!

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

Дети выходят из бассейна и идут в фитобар. Ведущий подводит итоги и задает ребятам следующие вопросы: Что мы делали сегодня? Каким правилам поведения в открытых водоемах мы научились? Какие уроки по охране окружающей среды нам преподавал осьминог?

Организация взаимодействия специалистов с целью сохранения и укрепления здоровья детей

Копытова О.А.,

*руководитель ГМО инструкторов по физкультуре,
инструктор по физкультуре МБДОУ д/с № 27,
г. Железнодорожный Московской обл.*

СОТРУДНИЧЕСТВО

Проблема сохранения жизни и здоровья детей сегодня стала привлекать к себе пристальное внимание общественности, педагогов и родителей, считающих возможным изменение ситуации в лучшую сторону. Закладывать основы здорового образа жизни наиболее оптимально в дошкольном возрасте. К началу школьной жизни у детей обычно уже сформирован опрделенный навык поведения, причем не всегда положительный.

Задача дошкольного воспитания состоит в создании каждому дошкольнику условий для наиболее полного раскрытия его возрастных возможностей и способностей, в организации педагогического процесса, берегающего здоровье ребенка дошкольного возраста и воспитывающего ценностное отношение к здоровью.

В дошкольном возрасте закладывается фундамент здоровья, происходит созревание и совершенствование жизненных систем и функций организма, повышается устойчивость к внешним воздействиям, формируются движения, осанка, вырабатываются гигиенические навыки самообслуживания, приобретаются привычки, представления.

С каждым годом все больше детей поступает в детский сад с ослабленным здоровьем и врожденными патологиями. Приоритетными заболеваниями на данный момент являются ОРЗ и ОРВИ с присоединением осложнений со стороны лор-заболеваний, дыхательной и сердечно-сосудистой систем. Социально неблагопо-

лучная среда, в которой находят-ся будущие мамы (курение, алкоголь, роды в раннем возрасте), — все это приводит к рождению физически ослабленных детей, что обуславливает отставание в физическом развитии.

Приспособление организма к новым условиям социального существования, новому режиму сопровождается изменением поведенческих реакций ребенка, расстройством сна, аппетита. Наиболее сложная перестройка организма происходит в начальной фазе адаптации, которая может затянуться и перейти в дезадаптацию, что приводит к нарушениям здоровья, поведения и психики ребенка.

Для того чтобы избежать осложнений в начальной фазе адаптации малыша к ДОО и обеспечить оптимальное ее течение, необходим постепенный переход ребенка из семьи в детский сад, а также четкая и слаженная работа всех специалистов дошкольной организации.

Задачи, на решение которых направлена инновация:

- оценивать состояние здоровья детей;
- выявлять и повышать уровень взаимодействия разных структур ДОО, направленных на обеспечение здоровья воспитанников;
- разрабатывать психолого-педагогические рекомендации взаимодействия персонала ДОО с целью сохранения и укрепления здоровья детей.

Результаты инновации:

- снижение заболеваемости детей дошкольного возраста, посещающих ДОО;
- повышение уровня оздоровительной работы;
- создание планов взаимодействия педагогов с использованием здоровьесберегающих технологий на занятиях;
- создание «пакета» интегрированных занятий со здоровьесберегающим сопровождением.

Критерии оценивания результатов:

- снижение заболеваемости по показателям динамического здоровья (ПДЗ), среднему показателю здоровья (СПЗ), показателю эффективности оздоровления часто болеющих детей, частоты респираторных инфекций;
- положительная динамика в уровне развития детей, повышение показателей их работоспособности на занятиях, оптимизация самостоятельной двигательной активности детей в ДОО;
- повышение профессиональной компетентности педагогов;
- рост эффективности использования педагогами ДОО различных здоровьесберегающих технологий.

Содержание инновации

Разработка инновации по теме «Взаимодействие персонала детского сада как фактор укрепления здоровья детей»

педагогическим коллективом МБДОУ д/с №27 обусловлена рядом факторов:

- за последние годы ухудшилось состояние здоровья детей первых семи лет жизни;
- в 2009 г. была создана программа «Вместе весело шагать», разделы которой предполагают взаимодействие педагогического, медицинского персонала и родителей по укреплению здоровья детей;
- в детском саду на протяжении нескольких лет успешно реализуются разнообразные здоровьесберегающие технологии: витаминотерапия, музыкотерапия, арт-терапия и другие;
- в ДОО помимо воспитателей работают и такие специалисты, как инструктор по физкультуре, педагог-психолог, учитель-логопед, музыкальный руководитель, медицинский персонал;
- наш детский сад посещают дети из малообеспеченных, неполных и многодетных семей.

Данные факторы послужили основанием для поиска системы обучения и воспитания, которая наряду с обеспечением необходимых условий для полноценного естественного развития ребенка способствовала бы формированию у него осознанной потребности здоровья, пониманию основ здорового образа жизни, обеспечивала бы практическое освоение навыков сохра-

нения, укрепления и формирования физического, психического и духовного здоровья. Все это и привело к созданию системы здоровьесберегающего взаимодействия персонала сотрудников ДОО.

На занятиях с детьми используются также пальчиковые и хороводные игры, рассказывание потешек, а также релаксационный метод «Тихие минутки» — прослушивание спокойной музыки.

Важным в психопрофилактической работе с детьми в ДОО являются предупреждение интеллектуальных перегрузок, обеспечение условий для возникновения положительных эмоциональных переживаний, создание оптимального психологического климата в группе.

Поэтому проблему сохранения и укрепления здоровья следует рассматривать в широком социальном аспекте. Здоровье — важнейшая предпосылка для правильного формирования характера, развития инициативы, сильной воли, дарований, природных способностей. Здорового ребенка легче воспитывать, у него быстрее формируются все необходимые знания и навыки.

С этой позиции в центре работы по полноценному физическому развитию и укреплению здоровья детей должны находиться, во-первых, семья, включая всех ее членов и условия проживания; во-вторых, дошкольная образовательная

организация, где ребенок проводит большую часть своего активного времени, т.е. социальные структуры, которые в основном определяют уровень здоровья детей.

Поэтому в ДОО необходим поиск новых подходов к оздоровлению дошкольников, базирующихся на многофакторном анализе внешних воздействий, мониторинге состояния здоровья каждого ребенка, учете и использовании особенностей его организма, индивидуализации профилактических мероприятий, создании определенных условий.

Дошкольная образовательная организация призвана создать основу для дальнейшего развития ребенка и обеспечить максимально благоприятные условия для формирования его здоровья, гармоничного физического, психического и социального развития.

Процесс оздоровления ориентирован на преобразование развивающей среды, которая может быть агрессивной, если подобраны несоответствующие возрасту и возможностям ребенка средства и методы воздействия на него.

Для оптимизации состояния здоровья детей и их развития методами и средствами физического воспитания следует осуществлять следующие мероприятия:

— активно использовать все доступные средства физическо-

го воспитания для качественного созревания мускулатуры, необходимой для обеспечения всех функций позвоночника (опорной, амортизационной, двигательной и защитной);

— обеспечивать природную потребность детей в двигательной активности, которая является главным источником нормального роста, развития и функционирования детского организма;

— использовать движение во всех видах: подвижные игры на воздухе; утреннюю гимнастику; обеспечивать постоянное наблюдение за позой ребенка во время игр, занятий.

Профессиональная забота психологической службы о здоровье детей предполагает создание единой системы развивающей и реабилитирующей сред, у каждой из которых своя специфика и свое назначение.

Пришло время профессионального объединения представителей разных профессий в единую комплексную психолого-медико-педагогическую службу (ПМПС), целью которой должно стать оказание поддержки детям, родителям и педагогам по сохранению и укреплению здоровья детей, а также сопровождение всех педагогических, управленческих и социальных инноваций в образовании. Научиться работать не рядом, а вместе — главная задача нашей деятельности.

Служба является основой интеграции действий педагогов-психологов, педагогов, медицинских работников и других специалистов в единую систему индивидуального комплексного динамического сопровождения развития ребенка на всех этапах обучения в образовательном учреждении. В деятельности такой службы реализованы принципы восстановительного и компенсирующего обучения, индивидуальная психолого-педагогическая и медико-социальная помощь ребенку, ранняя диагностика и коррекция отклонений в развитии, сотрудничество семьи и школы и др.

Дети, поступающие в ДОО, имеют комплекс трудностей, имеющих разную природу, связанных соматическим здоровьем, нарушениями в эмоционально-волевой сфере, общении, поведении. Поэтому важно построить такую службу, при которой ребенку максимально комфортно в условиях образовательного учреждения, где он может реализовывать себя в различных видах детской деятельности, познавая тайны окружающего мира, испытывая успешность и радость общения со сверстниками и взрослыми. Система комплексного сопровождения детей позволяет выявить отклонения в развитии либо способности на ранних этапах и выбрать образовательный маршрут, позволяющий скорректировать развитие ре-

бенка либо наиболее полно развить его способности.

Задачи ПМПС: содействие администрации и педагогическому коллективу дошкольного образовательного учреждения в создании социальной ситуации развития и воспитания, соответствующей индивидуальности воспитанников и обеспечивающей психолого-медико-педагогические условия для охраны психического здоровья и развития личности воспитанников на каждом возрастном этапе; повышение психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей), педагогических работников и других участников образовательного процесса.

Основные задачи:

- анализировать особенности психофизического развития детей, выявлять основные проблемы в развитии и определять причины их возникновения, пути и средства решения задач по сохранению и укреплению здоровья подрастающего поколения;
- содействовать личностному и интеллектуальному развитию воспитанников на каждом возрастном этапе с целью сохранения и укрепления их здоровья;
- разрабатывать и реализовывать индивидуально-дифференцированные программы по развитию и коррекции отклонений в здоровье детей;

- осуществлять профилактику возможных отклонений в психологическом и физическом развитии;
- разрабатывать рекомендации воспитателям и педагогам для обеспечения дифференцированного подхода в оздоровительной работе;
- повышать медико-психолого-педагогическую компетентность родителей (законных представителей), педагогических работников и других участников образовательного процесса;
- содействовать педагогическим работникам, родителям в реализации образовательных и воспитанных программ, а также формировать принципы взаимопомощи, толерантности, милосердия, ответственности, способности к активному взаимодействию без ущемления прав и свобод другой личности;
- обеспечивать психологическое сопровождение образовательных программ, адаптацию их содержания, способы освоения к интеллектуальным и личностным возможностям и особенностям воспитанников по сохранению и укреплению их здоровья.

В деятельность ПМПС включены участники образовательного процесса: старший воспитатель, педагог-психолог, старшая медицинская сестра, воспитатели, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре.

В этой связи определено участие каждого специалиста на разных этапах сопровождения: в период адаптации (старшая медицинская сестра, врач, педагог-психолог, воспитатели групп, старший воспитатель), при проведении диагностики (старший воспитатель, педагог-психолог, воспитатели групп), разработки рекомендаций (педагог-психолог, старший воспитатель, старшая медицинская сестра), определении индивидуального образовательного маршрута (его изменении) (старший воспитатель, педагог-психолог), реализации коррекционно-развивающей помощи (педагог-психолог, воспитатели групп, инструктор по физкультуре).

Считаю, что у нас в ДОО созданы все благоприятные условия для физического развития детей, укрепления здоровья и совершенствования двигательных умений и навыков. Приобретено необходимое экологически безопасное современное оборудование, красочное и полезное для здоровья.

Взаимосвязь со специалистами прослеживается и в годовом плане. Идет активизация словаря заданной темы через игру, игровые задания, игровые действия, игровой сюжет и т.д.

На занятиях по физическому воспитанию происходит развитие и совершенствование двигательных умений и навыков основных видов движений.



Вся физкультурно-оздоровительная работа в нашем детском саду строится с учетом структуры двигательного режима для детей каждого возраста. Организованной формой двигательного режима являются физкультурные занятия. При проведении занятий используются как традиционные, так и нетрадиционные формы: сюжетные, тренировочные, контрольные, комплексные, игры-эстафеты и др. Используется принцип чередования активной деятельности с упражнениями на дыхание, релаксацию. В общении с детьми создается атмосфера доверия, доброжелательности и стимулирования творческой активности ребенка в двигательном самовы-

ражении, поощряется стремление детей к оригинальности, но в пределах разумного. Дети учатся действовать рационально и адекватно в каждой определенной ситуации. Детям разъясняется, что порой от умения бегать, прыгать, лазить и правильно падать может зависеть сохранность их жизни. В связи с этим используются игровые проблемные ситуации, подвижные игры-задания, коллективное взаимодействие.

Например, работая с ребенком, испытывающим существенные трудности при подбрасывании мячика одной рукой и попытке его поймать — другой, я говорю ему: «Не получается? Ничего страшного. Ты пока немножко отдохни, а руки пусть поработа-

ют вместо тебя. Ты только наблюдай за ними. Дай им имена. Они сестры или подружки? Во что они любят играть? Сколько им лет — пять, шесть?.. Какие они умелые, ловкие! Похвали их, погладь. Они могут и тебя научить так здорово подбрасывать и ловить мячик...»

Результат заключается в том, что эффект отдельной оздоровительной меры закрепляется в виде устойчивого, целостного психосоматического состояния, которое далее может воспроизводиться в режиме двигательного саморазвития.

Цель специалистов нашего детского сада — не только сохранить и укрепить здоровье детей, развивать их физические и умственные качества, но и сфор-

мировать основы здорового образа жизни, привить дошкольникам любовь к физкультуре и спорту, стремление к познанию.

Все вышесказанное позволяет предположить, что в результате эффективного взаимодействия всех специалистов ПМПС мы:

- создадим условия для гармоничного развития личности каждого ребенка;
- систему психолого-медико-педагогического сопровождения детей дошкольного возраста по сохранению и укреплению их здоровья;
- разработаем варианты психолого-медико-педагогического сопровождения дошкольников;
- обеспечим комплексное сопровождение воспитанников,



позволяющее оказывать им своевременную реальную помощь с учетом личностных и психофизиологических особенностей;

- повысим творческий потенциал, компетентность и мастерство педагогов;
- понизим уровень психического выгорания сотрудников, добьемся улучшения микроклимата.

В табл. 1 представлен план взаимодействия со специалистами и родителями воспитанников нашего детского сада.

Разработка плана работы взаимосвязи со специалистами со здоровьесберегающим сопровождением помогает педагогам направленно спланировать здоровьесберегающую деятельность, соответствующую поставленным задачам.

Объединение усилий родителей и сотрудников ДОО, благополучный микроклимат в дошкольном учреждении — все это обеспечивает малышу защиту, эмоциональный комфорт, интересную и содержательную жизнь в детском саду даже в раннем возрасте.

В ходе занятий устанавливаются взаимоотношения детей со взрослыми и сверстниками наиболее естественными для ребенка способами: через игру и сказку.

Коллектив дошкольной организации разделяет мнение исследователей о том, что НОД

объединяют знания из нескольких областей. Это объединение не является произвольным или механическим. Интегрированные знания дополняют, обогащают друг друга при решении различных образовательных, воспитательных и оздоровительных задач, в числе которых одна является доминирующей при реализации разнообразных здоровьесберегающих технологий. Занятия интегрированного характера вызывают интерес, способствуют снятию перенапряжения, перегрузки и утомляемости за счет переключения воспитанников на разные виды деятельности.

Технология разработки интегрированных занятий предусматривает выделение общих тем в разных видах деятельности и областях знаний, определение единых методов преподнесения материала, установление степени и характера участия в ходе занятий специалистов (педагога-психолога, музыкального руководителя, инструктора по физкультуре и т.д.).

В заключение хочется отметить тот факт, что предложенная система здоровьесберегающего взаимодействия позволяет сдерживать рост заболеваемости детей, повышать эффективность воспитательно-оздоровительной и коррекционно-развивающей работы в разных возрастных группах и творческую активность педагогов.

Таблица

**План работы по взаимосвязи
со специалистами и родителями**

Сентябрь				
	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
1	2	3	4	5
Родители	Диагностика двигательной активности детей, анкетирование. Встречи по заявкам	Ведение карт тестирования двигательных возможностей ребенка, интернет-общение	Ознакомление с результатами диагностики, получение рекомендаций	Консультативные встречи
Специалисты	Медицинские работники: «Гигиеническое значение физкультурной формы»	Учитель-логопед: применение ортобиотических приемов при коррекции речевых патологий	Педагог-психолог: «Формирование привычки к здоровому образу жизни»	Воспитатели: «Подготовка воспитателя к физкультурному занятию»
Октябрь				
Родители	Беседа на тему: «Лечебное воздействие дыхательной гимнастики»	Фотовыставка «Моя спортивная семья»	Выступления на родительских собраниях	
Специалисты	Воспитатели: «Подвижные игры на прогулке»	Музыкальный руководитель: «Праздники, посвященные осени» (мл. гр. — «Репка», сред. гр. «Пых», ст. гр. — «Теремок»)	Учитель-логопед: «Пальчиковая гимнастика»	Педагог-психолог: «Обучение детей навыкам психомышечной релаксации на интегрированных развивающих занятиях с элементами ортобиотики»

Продолжение табл.

1	2	3	4	5
Ноябрь				
Родители	Встречи по заявкам	Совместные игры	Интерактивное общение	Интегрированные развивающие занятия с элементами ортоботики
Специалисты	Учитель-логопед: «Предупреждение оптических дисграфий у детей с нарушениями речи»	Беседа с врачом-окулистом: «Глазодвигательная гимнастика»	Воспитатели: «Динамические паузы»	Педагог-психолог: «Формирование тактильного восприятия и координации движений»
Декабрь				
Родители	Наглядные формы информации: «Здоровый ребенок в ваших руках»	Интернет-общение	Консультация на тему: «Какая гимнастика нужна детям»	Развитие тактильной чувствительности стопы с использованием специального оборудования
Специалисты	Педагог-психолог: «Развитие тактильного восприятия с помощью интерактивной среды сенсорной комнаты»	Воспитатели: «Подбор упражнений для организации игр между занятиями»	Медицинские работники: «Гуляйте на здоровье!»	Учитель-логопед: «Игровой релаксационный комплекс "Волшебный коврик"» (логоритмика)
Январь				
Родители	Зимние развлечения!	Совместные занятия	Беседа на тему: «Подвижная игра в жизни ребенка»	Интерактивное общение

Продолжение табл.

1	2	3	4	5
Специалисты	Музыкальный руководитель: «Подбор и применение на занятиях музыкальных программ по релаксации»	Медицинские работники: «Одежда по сезону»	Учитель-логопед: «Фонопедические голосовые упражнения»	Учитель-логопед: «Артикуляционная гимнастика»
Февраль				
Родители	Встречи по заявкам	Консультация: «Особенности закаливания детей»	Интернет-общение	Родительское собрание, в ходе которого проводится анкетирование. Составление картограммы ЗОЖ семьи
Специалисты	Учитель-логопед: «Применение системного подхода по преодолению речевых дефектов»	Музыкальный руководитель: «Проводы русской зимы»	Воспитатели: «Изготовление нетрадиционного спортивного оборудования»	Педагог-психолог: «Снятие тревожности у детей с невротическими реакциями с использованием метода аутогенной тренировки»
Март				
Родители	Родительское собрание, в ходе которого проводится анкетирование. Составление картограммы ЗОЖ семьи	Занятия с родителями на темы: «Профилактика плоскостопия», «Королевская осанка»	Индивидуальная работа по формированию основных движений	День открытых дверей

Окончание табл.

1	2	3	4	5
Специалисты	Воспитатели: «Мастер-класс "Дорожка здоровья"»	Учитель-логопед: «Развитие фонетического восприятия»	Педагог-психолог: «Обучение детей навыкам психомышечной релаксации в условиях сенсорной комнаты с помощью интерактивной среды»	Медицинские работники: «Как уберечь ребенка от стрессов»
Апрель				
Родители	Мастер-класс: «Фитбол-гимнастика»	Физкультурные досуги. Развлечение «День космонавтики»	Консультация на тему: «Физкультурный уголок дома»	Беседа на тему: «Игры, которые лечат»
Специалисты	Музыкальный руководитель: «День смеха»	Педагог-психолог: «Использование техники оригами как способа релаксации и развития пространственного мышления»	Медицинские работники: консультация на тему: «Мама, ножки болят»	Музыкальный руководитель: «Ритмическая гимнастика»
Май				
Родители	Итоговая диагностика, встречи по заявкам	Мониторинг результатов итоговой диагностики, интернет-общение	Рекомендации по результатам мониторинга	Наглядные формы информации на темы: «Растим малыша здоровым», «Чем занять ребенка летом»
Специалисты	Педагог-психолог: «Готовность детей к обучению в школе»	Медицинские работники: «Рекомендации по проведению физкультурно-оздоровительной работы в летний период»	Воспитатели: «Двигательные предпочтения мальчиков и девочек»	Музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре: «День здоровья с Андреей-Неболейкой»

Физкультурный праздник с родителями Для детей 5–6 лет

Торопова И.П.,

*инструктор по физкультуре МБДОУ д/с № 2 «Росинка»,
пос. Мелехово Ковровского р-на Владимирской обл.*

В настоящее время растить детей здоровыми, сильными, жизнерадостными — первоочередная задача каждой дошкольной организации. Быть в движении — значит укреплять здоровье. Мы не можем представить себе жизнь ребенка в детском саду без веселых развлечений, шумных праздников и соревнований, интересных игр, увлекательных аттракционов. Одни развлекают сообразительность, другие — смекалку, третьи — воображение и творчество, но объединяет их общая задача — воспитание у ребенка потребности в движении и эмоциональном восприятии жизни. Двигаясь, ребенок познает мир и себя, учится ориентироваться и целенаправленно действовать в нем.

Работа с детьми дошкольного возраста ценна и тем, что создает условия для эмоционально-психологического благополучия, так как оказывает большое влияние на развитие ума, воспитание характера, воли, нравственности, создает опре-

деленный духовный настрой, побуждая интерес самовыражения, не только способствует лучшему усвоению знаний и закреплению навыков, но и благотворно влияет на детскую психику.

Мы стремимся к тому, чтобы на проводимых нами спортивных праздниках и развлечениях дети как можно чаще получали возможность проявлять свою активность, самостоятельность, инициативу.

Зная о том, что дети особенно восприимчивы к положительному примеру родителей, мы стараемся активнее их привлекать к участию в совместных спортивных праздниках, досугах и развлечениях, которые проводятся в нашей дошкольной организации. Вниманию коллег представляю опыт проведения спортивного праздника «Папа, мама, я — спортивная семья!».

Цель: повышать интерес к физической культуре и здоровому образу жизни дошкольников и их родителей.

Задачи:

- привлекать родителей к развитию физических качеств собственных детей;
- закреплять двигательные умения дошкольников;
- пропагандировать здоровый образ жизни;
- приобщать семью к физкультуре и спорту;
- создавать эмоционально положительный настрой в процессе совместной деятельности;
- воспитывать взаимовыручку, смелость, ловкость, силу.

Оборудование: кубики-ориентеры — 3 шт., мячи — 3 шт., обручи — 6 шт., пластмассовые кубики — 9 шт., гимнастические палки — 3 шт., канат — 2 шт., большие обручи — 4 шт., воздушные шары — 6 шт., большие кубы — 3 шт., подносы — 3 шт., конфеты — 6 шт., косынки — 3 шт., одноразовые стаканчики — 18 шт., коктейльные трубочки — 18 шт., листы писчей бумаги и карандаши, грамоты для награждения и призы, различные аудиозаписи для музыкального сопровождения упражнений.

* * *

Ведущий. Внимание! Внимание! Свой репортаж мы ведем из спортивного зала детского сада «Росинка»! Сегодня здесь проходят соревнования необычные, от других отличные: «Папа, мама, я — спортивная семья», в которых принимают участие

наши спортивные дети и уважаемые родители. В соревнованиях участвуют 6 команд.

Поприветствуем наших участников соревнований.

Команды друг за другом проходят по спортивному залу под веселую музыку и строятся во всю длину зала.

Мне хотелось бы представить жюри, которое будет оценивать спортивные возможности наших команд. *(Называет по фамилиям членов жюри.)*

В соревнованиях примет участие большое количество команд, поэтому мы проведем жеребьевку, для того чтобы узнать под каким номером будут участвовать команды. *(Подходит к каждой команде, ребенок достает бумажку с номером.)*

Прошу запомнить свои номера. Сначала между собой будут соревноваться первые три команды под номерами 1, 2, 3, затем команды под номерами 4, 5, 6.

Я хочу ребятам задать вопрос: «Как вы думаете, кто в вашей семье самый сильный, храбрый, выносливый?»

Дети. Папа!

Ведущий. Правильно, это папа. Поэтому капитанами команд будут наши папы.

Командам было дано домашнее задание: придумать название команды, эмблему и девиз.

А сейчас мы проверим, как наши участники справились с

этим заданием. Уважаемое жюри, я прошу быть внимательными, чтобы потом высказать свое мнение.

Итак, пожалуйста, по порядку номеров капитаны команд представляют свои команды.

Папы называют команду, девиз, а дети приносят эмблему членам жюри.

В е д у щ и й

Соревнуйтесь, не робей,
Пусть победа нелегка,
Но надейтесь на удачу —
И она придет всегда!

Для того чтобы приступить к выполнению заданий:

Вы друг другу улыбнитесь
На разминку становитесь!

Все команды выходят на разминку под песню «Танец маленьких утят» (сл. Ю. Энтина).

В е д у щ и й

Вы размялись хорошо —
Праздник веселей пошел.
Ждут вас новые задания,
Непростые испытания.
И вот первое из них...

Эстафета «Сороконожка»

От линии старта по сигналу ведущего папа бежит до ориентира, оббегает его, возвращается, берет за руку маму, оба бегут до ориентира, так же оббегают его и бегут за ребенком, и все вместе бегут на свое место.

В е д у щ и й. Сейчас жюри ставит оценки, и объявляет ре-

зультаты домашнего задания и 1-го испытания.

А теперь следующее задание.

Эстафета «Поменяй местами»

Начинает эстафету ребенок, потом продолжает мама и последним выполняет задание папа. Команда построена друг за другом. На дистанции расположено 2 обруча один за другим на расстоянии 2,5 м. В первом обруче лежит мяч. Участник бежит до первого обруча, берет мяч, пробегает к следующему обручу и кладет в него мяч. Затем оббегает ориентир и на обратном пути берет из обруча мяч и возвращает его в первый обруч. Затем передает эстафету.

В е д у щ и й. А теперь давайте проверим, чья команда самая ловкая.

Эстафета «Удержи равновесие»

Каждая команда получает по три кубика. Надо поставить кубики один на другой и, взявшись за нижний кубик, пронести их по всему маршруту до ориентира вперед и назад.

Жюри объявляет результаты конкурсов.

В е д у щ и й

Если хочешь быть здоровым
И ни капли не хворать,
Надо спортом заниматься,
Плывать, бегать и скакать!

А сейчас наши ребята превратятся в лихих наездников, а смогут им в этом папы.

Эстафета «Скачки»

Этап 1. Ребенок скачет на «лошадке» (гимнастическая палка) до ориентира и обратно;

Этап 2. Мама скачет на одной ноге, вторая поджата обручем до ориентира и обратно;

Этап 3. Папа с сидящим на спине ребенком передвигается на четвереньках до ориентира и обратно.

В е д у щ и й

Мы немного отдохнем,
Себе спину разомнем.

Предлагаю всем взрослым и детям сделать друг другу массаж спины «Дятел».

Участники команд и болельщики строятся в три колонны 1-я — папы, 2-я — мамы и 3-я — дети.

Дятел жил в дупле пустом,

Похлопывают ладонями по спине друг друга.

Дуб долбил, как долотом.
Тук, тук, тук! (2 раза)

Поколачивают пальцами по спине.

Долбит дятел крепкий сук.
Клювом, клювом он стучит,

Постукивают кулачками по спине.

Дятел ствол уже долбит.
Дятел в дуб все тук да тук.

Постукивают ребрами ладоней.

Дуб скрипит: Что там за стук?
Дятел клювом постучал,

Поглаживают ладонями спину.

Постучал и замолчал,
Потому что он устал.

Массаж делают два раза, по команде разворачиваются кругом.

В е д у щ и й. Продолжаем дальше наш спортивный праздник.

Эстафета «Нитка в иголку»

Папа и ребенок от линии старта встают боком, держа в каждой руке по два обруча. Ставят их сбoku от себя на ребро, образуя связку. Мама держит в руках длинную веревку, по команде ведущего бежит к обручам и пролезает в них боком или прямо. Протягивает за собой веревку. Оббегает вокруг ориентира и так же возвращается к линии старта. Чья мама быстрее прибежит, та команда и побеждает.

Жюри объявляет очередную оценку конкурсов.

В е д у щ и й. А сейчас объявляю следующее задание: конкурс «Мудрости-премудрости». В нем будут принимать участие только папы и мамы, а в это время наши ребята немного поиграют.

Каждая команда родителей получает карандаш и бумагу.

Жюри засекает время. За 1,5 мин родители должны написать на листке названия различных видов спорта. По истечении времени дается свисток, и родители отдают листы бумаги жюри. Побеждает команда, у которой будет написано больше названий видов спорта.

Подвижная игра с мячом «Стоп!»

Ведущий. Ребята, вы ведь любите сказки и сказочных героев?

Дети. Да!

Ведущий. Вот сейчас послушайте загадку об одном сказочном герое:

Толстяк живет на крыше,
Летает он всех выше.

Дети. Это же Карлсон!

Слышится жужжание, и в дверь «влетает» Карлсон. Он держит в руках воздушные шары.

Карлсон. Привет, друзья! Можно мне здесь на минуточку приземлиться?

Ведущий. Да, пожалуйста!

Карлсон. Друзья, а вы меня узнали?

Дети. Ну конечно!

Карлсон. Правильно, меня зовут Карлсон. *(Здоровается с каждым ребенком за руку.)*

Я красивый, умный и в меру упитанный мужчина. А что вы здесь делаете?

Ведущий. У нас спортивный праздник. Мы бегаем, играем, разные упражнения выполняем.

Карлсон. Я тоже люблю спортивные праздники. Ведь самый лучший в мире бегун кто?

Ведущий. Кто?

Карлсон. Лучший в мире бегун — Карлсон, который живет на крыше!

Ведущий. Вот здорово! Тогда присоединяйся к нам!

Карлсон *(вручает каждой команде по воздушному шару)*. С удовольствием! Я знаю одну очень веселую эстафету.

Эстафета «Ловкая пара»

Участвуют папа и мама. Им нужно пронести воздушный шар до ориентира и обратно, удерживая его лбами и находясь напротив друг друга.

Ребята поддерживают своих родителей.

Ведущий. Карлсон, ты доволен результатами этой эстафеты?

Карлсон. Да, конечно!

Ведущий. А ты сам-то умеешь бегать?

Карлсон. *(Достает из кармана пакет с конфетами.)* Что-то мне сладенького захотелось.

Ведущий. Подожди, Карлсон, я знаю очень интересный «Самый вкусный конкурс».

Сейчас наши родители покормят своего ребенка конфетами.

Этап 1 — Папа с завязанными глазами должен дойти до кубика, взять с него конфету, развязать глаза и бегом принести ее маме.

Этап 2 — Мама бежит до ориентира приставным боковым галопом и возвращается таким же способом к своей команде. Пока она бежит, ей предстоит развернуть конфету. Под-

бежать к ребенку и отдать ее ему.

Этап 3 — Ребенок съедает конфету.

Итак, кто быстрее?!

Пока проходит конкурс, Карлсон угощает оставшихся детей конфетами.

Карлсон. Молодцы! Мне понравилось, как вы едите конфеты.

Теперь вам, наверное, очень хочется пить?

Дети отвечают.

Ведущий. Карлсон, что ты придумал?

Карлсон. Я хочу угостить лимонадом наших участников соревнований.

Эстафета «Лимонад в кружке»

На большие кубы ставится поднос, на котором устанавливаются три стакана с лимонадом. Участникам раздаются трубочки. Каждый

участник (по очереди) подбегает к подносу со стаканами, вставляет трубочку и выпивает весь лимонад из стакана.

Чья команда быстрее?

Ведущий. Карлсон, ты научил нас веселым эстафетам. Спасибо тебе! А теперь я попрошу наше жюри подвести итоги всех конкурсов и выявить победителей веселых соревнований.

Жюри подводит итоги конкурсов и называет победителей.

Ведущий. Вот и подошел к концу наш спортивный праздник.

Пусть вам семейные старты
запомнятся,
Пусть все невзгоды пройдут
стороной,
Пусть все желания ваши
исполнятся,
А физкультура станет родной!

Семейные команды совершают круг почета.

Предлагаем вашему вниманию книгу



С ФИЗКУЛЬТУРОЙ ДРУЖИТЬ — ЗДОРОВЫМ БЫТЬ! Методическое пособие

Автор — Маханева М.Д.

В данном пособии предлагаются рекомендации по физическому воспитанию детей дошкольного и младшего школьного возраста. Пособие содержит перспективные планы физкультурных занятий, уроков, занятий по плаванию, сценарии спортивных праздников и примерный комплекс закаливающих процедур из опыта работы МОУ «Прогимназия № 117» учителя физкультуры Г.В. Барановой.

www.tc-sfera.ru

Спортивные соревнования для детей и взрослых

Васильева С.М.,

*инструктор по физкультуре МБДОУ д/с № 53,
г. Северск Томской обл.*

Дети и родители... В нашем детском саду их совместные спортивные праздники всегда проходят на позитиве. Мама и папы с удовольствием бегают с детьми, вспоминая свое детство. Как однажды сказала участница соревнований, мама одного из воспитанников: «Не важно, сколько времени родители проводят или уделяют своим детям, главное, как они его проводят!» Поэтому ежегодно в ноябре в нашем детском саду проводится спортивный праздник: «Мама, папа, я — спортивная семья!». Подобные мероприятия способствуют сближению семьи, объединению педагогов и родителей для совместной работы по пропаганде ЗОЖ, учат доверять друг другу, воспитывать уважение, гордость за своих близких. Вниманию коллег предлагается сценарий одного такого спортивного праздника, который на протяжении нескольких лет пользуется неизменным успехом у детей и взрослых.

Цели:

- активизировать двигательную деятельность детей, внимание;
- развивать ловкость, быстроту, координацию движений;

- создавать веселое, праздничное настроение;
- способствовать сплочению семьи.

Оборудование: стойки — 4 шт., кегли — 8 шт., фитболы — 2 шт., лавки — 2 шт., туннели — 2 шт., обручи — 8 шт., корзины — 2 шт., мячи (по количеству детей); диски — 2 шт., веревки — 2 шт.

* * *

Под звуки музыки выходит ведущий и приветствует собравшихся.

В е д у щ и й. Здравствуйте уважаемые зрители, дети и их родители! Открываем наш спортивный праздник: «Мама, папа, я — спортивная семья». Разрешите поприветствовать участников соревнований. *(Проходит приветствие и представление семей-участниц мероприятия.)*

Ведущий объявляет номер сада и фамилии семей участников.

От каждой команды звучит название и девиз.

В е д у щ и й. Поприветствуем наших уважаемых судей. *(Представляет судей.)* Семья — это счастье и любовь! Это то, что

сложно найти и страшно потеть! Это самое дорогое, что есть у каждого из нас! Сегодня на нашем празднике участники соревнований покажут не только свою ловкость, быстроту, волю к победе, но и сплоченность, взаимовыручку и любовь друг к другу.

Звучит задорная музыка, под которую выезжает на самокате Карлсон.

Карлсон. Всем здравствуйте! Самый лучший игрок в мире — это я, Карлсон, который живет на крыше. Вот это да! Как вас много! Но что-то я заскучал! Никто на люстре не висит, в мяч не играет. Знаете, это я вовремя к вам залетел. Кто самый веселый в мире?

Ведущий. Конечно ты, Карлсон!

Карлсон (*обиженно*). Нет, я так не играю. Я вам уже сказал, как меня зовут, а вы мне ни разу. Давайте скорее знакомиться. Я буду бросать вам мяч, а тот, кто поймает его, называет свое имя.

Игра «Знакомство»

Карлсон бросает большой мяч участникам соревнований и болельщикам, а те называют свои имена.

Карлсон. Ой, как вас много! Мы так до вечера будем знакомиться. А давайте назовем свои имена все вместе.

Присутствующие одновременно называют свои имена.

Ой, как здорово! Сколько вас много: Боря, Степа, Лиза, Таня... (*Перечисляет имена, которые услышал в этом многоголосии.*)

Ну что ж, вот и познакомились, а теперь давайте пошалим. Раз, два, три, четыре, пять — будем ножки разминать! На разминку становись! (*Под ритмичную музыку Карлсон проводит разминку с участниками соревнований.*)

Ведущий. Итак, начинаем наши соревнования! Команды, на старт! Но прежде чем приступить к соревнованиям, вспомним о правилах.

Карлсон. О, я знаю одно правило — как правильно есть варенье! Слушайте, берешь трехлитровую банку любого варенья и съедаешь ее за минуту.

Ведущий. Нет, дорогой Карлсончик. Послушай правила соревнований, которые нельзя нарушать.

— игра начинается по сигналу ведущего;

— нельзя заступать за линию старта;

— следующий игрок начинает движение только после того, как предыдущий передал ему эстафету.

Карлсон. Я понял, что правила нарушать нельзя и нужно играть честно!

Ведущий. Молодец! Ребята, начинаем наши соревнования!

Взрослый объявляет эстафеты, напоминает участникам ход соревнований и их правила.

Эстафета «Конек Горбунок»

Участники кладут мяч на спину, бегут до стойки «змейкой» (в обе стороны), преодолевая препятствия и передают мяч следующему игроку.

Оборудование: стойки — 2 шт., мячи — 3 шт., кегли — 8 шт.

Эстафета «Три медведя»

Ребенок преодолевает дистанцию на фитболе, мама катит фитбол «змейкой», папа — зажимает коленями, обратно все возвращаются бегом.

Оборудование: большие стойки — 2 шт., кегли — 8 шт., фитбол — 3 шт.

Карлсон. Какие интересные, ну просто сказочные эстафеты! А у меня для вас сюрприз! Сейчас перед вами выступит самое лучшее и дружелюбное представление с мотором!

Ведущий. Карлсончик, ты не ошибся? Ведь наши дети боятся приведений, они испугаются и заплачут.

Карлсон. Ой, это я так шалю! *(Убирает руки за спину, чертит ногой по полу.)* Сейчас перед вами выступят сказочные гимнастки с номером «Антошка».

Выступление гимнасток со скалкой.

Ведущий. Ну что ж, наши участники отдохнули, а теперь продолжим наши эстафеты!

Карлсон. Так, Конек Горбунок был, три медведя были, а

сейчас, наверное, должна появиться Шапокляк!

Ведущий. Нет, следующая эстафета называется «Бусы Золушки».

Эстафета «Бусы Золушки»

Первым бежит до стойки папа, там он встает и делает ноги на ширине плеч. Второй бежит мама, она пролезает под ногами папы, поднимается и тоже делает ноги на ширине плеч. Третьим бежит ребенок, он пролезает под папиными и маминими ногами, поднимается, обегает третью стойку, а возвращаясь назад, берет за руку маму, затем папу — и к началу эстафеты бежит уже вся семья.

Оборудование: стойки большие — 2 шт., кегли — 4 шт.

Карлсон. Что-то мне стало скучно без приключений.

Ведущий. А вот следующая эстафета как раз и называется «Дорога приключений».

Карлсон. Вот здорово! Приключения я люблю! А что это за приключения?

Ведущий объясняет ход эстафеты.

Эстафета «Дорога приключений»

Сначала бежит ребенок. Он проползает по скамейке на животе, помогая себе руками. Папа и мама пролезают через туннель, бегут через обручи и метают мяч в корзину. Обратно все возвращаются бегом.



Оборудование: лавки — 2 шт., туннели — 2 шт., обручи — 8 шт., корзины — 2 шт., маленькие мячи — 2 шт.

Карлсон. А сейчас самый дружный танец в мире! Встречайте! *(Демонстрирует несколько ритмичных танцевальных па.)*

Ведущий. Ребята, Карлсон хочет сказать, что пришло время для самых интересных и необычных эстафет.

Карлсон. Это каких же?

Ведущий. Ну, например, «Федорино горе!»

Карлсон. Это что же, тараканы будут бегать?

Ведущий. Да нет, не тараканы. *(Объясняет участникам соревнований ход новой эстафеты.)*

Эстафета «Федорино горе»

Участники передвигаются «тараканчиками» между стоек, держа на голове «блинчик». Обратно возвращаются бегом.

Оборудование: стойки — 8 шт., мешочки с песком («блинчики») — 2 шт.

Эстафета «Змей Горыныч»

Родители стоят по обе стороны от своего ребенка, тот находится посередине их. У всех участников ноги на ширине плеч. Ведущий и Карлсон связывают ноги участников одной семьи вместе. По команде ведущего первые тройки начинают движение. Во время бега родители и ребенок машут свободной

рукой вверх-вниз, изображая полет Змея Горыныча. Обратно они возвращаются таким же способом.

Оборудование: стойки — 2 шт., веревки (по количеству семей-участниц).

Ведущий. А пока наше жюри подводит предварительные итоги, Карлсон проведет игру со зрителями.

С болельщиками проводится перетягивание каната. (Участвуют по 5 чел. с каждой стороны.)

Эстафета «Морское приключение»

При помощи двух обручей участникам необходимо преодолеть дистанцию эстафеты и вернуться к своим командам в свободном стиле. Способы передвижения определяются игроками самостоятельно.

Оборудование: обручи — 4 шт.

Эстафета «Дюймовочка»

Эстафету начинает ребенок. Он бежит до стойки и возвращается обратно. Далее в эстафете принимают участие родители малыша. Они делают руки скрестно и переносят своего ребенка до стойки и обратно. Далее эстафету принимает следующая семья.

Оборудование: стойки — 4 шт.

Выступление гимнасток с лентами с номером «Вдохновение».

Карлсон. Ух, какие красивые гимнастки! А можно и я попробую лентой поуправлять?

(Берет у девочек-гимнасток ленту, пытается выполнить «змею», запутывается в ленте и смешно падает.)

В е д у щ и й. Слово предоставляется нашему уважаемому жюри.

Проходит подведение итогов соревнований и награждение наи-

более отличившихся семейных команд.

Карлсон помогает раздавать призы.

На этом спортивный праздник заканчивается. Ведущий и Карлсон прощаются с участниками и зрителями.

Праздник спорта

«Играем с папами в зарницу»

Для детей 5–6 лет с участием родителей

Мкртычян С.С.,
воспитатель;

Залетова А.А.,
воспитатель;

Бирюкова И.А.,
воспитатель по физкультуре ГБОУ д/с № 7,
пос. Акулово, Москва

Цели:

- закреплять у дошкольников навыки выполнения циклических упражнений;
- создавать положительные эмоции и повышать интерес воспитанников к занятиям физической культурой;
- закреплять навыки выполнения основных движений и физических упражнений, умения действовать в соответствии с правилами;
- воспитывать товарищество, дисциплинированность, ува-

жительное отношение к соперникам;

- пополнять словарный запас и обогащать речь детей.

Оборудование: плакаты на спортивную тематику, флажки, декоративные звезды, корзины, санки, кегли, конусы.

* * *

В е д у щ и й

Защитник Отечества —
звание гордое,
Его все мальчишки готовы
носить.

Но нужно быть смелым,
выносливым, твердым,
Со спортом для этого нужно
дружить!

Ребята! Сегодня у нас не просто праздник, сегодня состоится честный поединок мальчишек и их пап.

Прошу команды поприветствовать друг друга.

Команда «Летчики»

Наш девиз: «Когда мы едины, мы непобедимы!»

Команда «Танкисты»

Наш девиз: «Один за всех и все за одного!»

Ведущий. Всем командам наш пламенный привет!

А как вы думаете, ребята, с чего начинается утро солдата? Правильно — с разминки. Предлагаю участникам нашего состязания провести разминку.

Проводится разминка под песню Л. Агутина «Граница».

Команды к соревнованиям готовы?

Дети. Готовы!

Команды выстраиваются парами (папа — ребенок).

Ведущий. Самое главное качество солдата в нашей эстафете — скорость передвижения.

Эстафета «На танке»

Папа везет ребенка на санках (в танке), у которого в руке находится кегля (граната). Они объезжают корзину — ребенок бросает в нее кеглю, затем пара возвращается к команде и передает санки следующему игроку. В конце эстафеты подсчитывается коли-



чество заброшенных в корзины кеглей.

В е д у щ и й. Разведчики — это особая военная специальность. Воины-разведчики обладают огромной выдержкой, терпением и умением действовать сообща.

Эстафета «Разведчики»

Папа с ребенком, крепко держась за руки, «змеейкой» обегает 6 конусов, поставленных в один ряд, и возвращаются к своей команде.

Эстафета «Переправа»

При помощи двух обручей игроки должны перебраться через «болото» (стоя в одном обруче, переложить второй вперед, перейти в него, первый переложить вперед по ходу движения и т.д.).

Эстафета «Скорая помощь»

Папа переносит на руках ребенка — «раненого бойца».

Игра «Пограничники и нарушители»

Папы-пограничники берутся за руки и образуют круг. Дети — местные жители. Пограничники несут свою службу, они находятся в дозоре. Если пограничники подняли вверх руки, значит граница открыта, и местные жители могут забегать и выбегать в эти ворота. Но как

только прозвучит слово «Патруль!», бойцы опускают руки, и те, кто оказался внутри круга, будут временно задержаны (встанут в круг).

В е д у щ и й. Давайте посмотрим, насколько надежно охраняют границу наши пограничники. *(Подсчитывает количество местных жителей, оказавшихся в круге.)*

А сейчас я объявляю привал и приглашаю всех отведать настоящей военной каши на полевой военной кухне.

Воспитатели в белых халатах и поварских колпаках на санках вывозят полевую кухню — горячую гречневую кашу с тушенкой и сладкий чай в термосах. Пока все кушают, звучит музыка военных времен.

Ну что, отдохнули? А теперь давайте споем!

Команда «Летчики» исполняет песню «Первым делом самолеты» (муз. В. Соловьева-Седого, сл. С. Фогельсона), а команда «Танкисты» — песню «Три танкиста» (муз. братьев Покрасс, сл. Б. Ласкина).

Вот и подошел к концу наш праздник, дорогие папы и ребята! Вы все проявили находчивость, ловкость, смелость и, конечно же, дружбу! А сейчас состоится награждение!

Всем участникам мероприятия вручаются памятные призы.

Аквааэробика для старших дошкольников

Скворцова Л.И.,

инструктор по плаванию МБДОУ д/с № 15

«Дюймовочка», г. Старый Оскол Белгородской обл.

Одно из важнейших направлений социальной политики нашего государства — обеспечение здоровья нации. Несомненно, проблема раннего формирования культуры здоровья актуальна, своевременна и достаточно сложна. «Здоровье детей — главное достояние нации» — подчеркивается в резолюции Всероссийского совещания по проблемам оптимизации здоровья.

В последнее время увеличение числа детей с гиподинамией определило необходимость поиска эффективных средств и их коррекции в условиях ДОО.

В нашем детском саду с 2010 по 2013 гг. проходил эксперимент по оптимизации двигательной активности воспитанников. Одним из направлений работы стали занятия по аквааэробике в старших группах.

При вводной диагностике был выявлен низкий уровень двигательной активности у детей, невысокий уровень физической подготовленности, отмечался высокий уровень заболеваемости.

Целью экспериментальной работы стало укрепление здоровья и повышение двигательной активности дошкольников средствами аквааэробики.

Исходя из поставленной цели были определены основные задачи:

- формировать культуру здорового образа жизни;
- способствовать закреплению навыков плавания и преодолению чувства боязни воды;
- развивать такие качества, как силу, выносливость, гибкость и ловкость;

- формировать новые двигательные умения и навыки, используя средства аквааэробики;
- способствовать развитию чувства ритма и умению управлять телом в воде;
- развивать творческие способности и акватворчество;
- воспитывать художественный вкус, любовь к воде и движениям в ней.

Аквааэробика — это синтетический вид деятельности, основанный на умеренных по интенсивности движениях в воде под музыку. Эффективность ее — в разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы ребенка.

Занятия по аквааэробике я строю на основе танцевальных движений, выполняемых под ритмичную музыку в воде.

Основу комплексов аквааэробики составляют простые, но вместе с тем разнообразные движения (общеразвивающие, имитационные, танцевальные и др.), позволяющие выразить эмоциональные состояния дошкольников, волнующие их сюжеты, образы.

Для активизации движений в воде и обеспечения эмоционального подъема на занятиях аквааэробикой я вношу нестандартное оборудование (султанчики, цветы и др.), элементы костюмов (шапочки «рыбок», «лягушек», нарукавники и др.).

Детская аквааэробика — это сбалансированный комплекс физических упражнений. Для растущего и еще в полной мере не сформировавшегося детского организма важно правильно подобрать нагрузку, чтобы дошкольник не утомлялся, а получал от занятий пользу и удовольствие.

В нашем детском саду аквааэробика начиналась с секционных занятий, которые проводились один раз в неделю и продолжались 25—30 мин.

Наша программа по аквааэробике рассчитана на два года обучения: старшую дошкольную группу и подготовительную к школе группу.

Содержание занятий определяется для каждого возраста и включает в себя упражнения и игры, которые подбираются в порядке усложнения. На втором году занятий аквааэробикой используются элементы синхронного плавания, что позволяет придумывать различные хореографические композиции для праздников и развлечений на воде. При планировании занятий по аквааэробике мы учитываем основные педагогические принципы: от простого к сложному, доступность, последовательность, систематичность, fascination, т.е. «очарование» действием.

Организация и проведение занятий секции аквааэробики такая же, как и при плавании. Путем различных методов и

приемов занятия становятся интересными, они приносят детям радость, обеспечивая их психологический комфорт, что важно для укрепления здоровья.

Работу с дошкольниками по аквааэробике мы условно делим на три этапа. На первом этапе обучения дети подражают инструктору, осваивая разнообразные виды движений, и постепенно начинают их применять в самостоятельной деятельности.

На втором этапе обучения дети приобретают некоторый опыт. У них развивается умение самостоятельно выполнять выученные ранее упражнения и комплексы в целом. На этом этапе обучения можно применять такие приемы, как словесная инструкция, показ движения ребенком, показ инструктором.

На третьем этапе обучения дети уже способны к самовыражению в движении в воде под музыку, у них формируются умения самостоятельного подбора и придумывания собственных движений.

В ортопедии принято считать, что показателем гармоничного развития физических и нравственных сил является осанка человека. Находясь в воде, ребенок испытывает ощущения, во многом сходные с состоянием невесомости, поэтому упражнения ему легче выполнять в воде, чем на суше. В тоже время вода создает сопротивление и для получения необходимой нагрузки для мышц. Во время занятий в водной среде мышцы конечностей напрягаются и расслабляются ритмично. Выполнение статических упражнений способствует самовытяжению по-

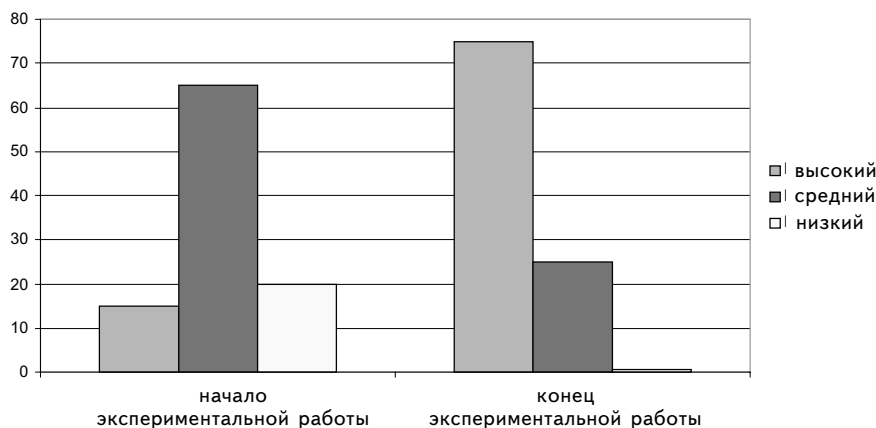


Рис. 1. Контрольная диагностика уровня развития плавательных навыков у детей

звоночника, его естественной нагрузке при одновременном укреплении всех групп мышц, в результате чего формируется правильная осанка.

Для воспитателей групп проводятся консультации, разработан план мероприятий по аквааэробике.

С родителями дошкольников регулярно проводятся беседы о пользе аквааэробики, о проведении закаливающих процедур дома, о совместном посещении бассейна в выходные дни. В день открытых дверей родители посещали занятия в бассейне детского сада, также устраивались встречи с медицинскими работниками, инструктором по физической культуре и плаванию.

Практика показала, что регулярный цикл занятий аквааэробикой эффективен для профилактики нарушения осанки и ее коррекции у детей старшего дошкольного возраста, способствует улучшению индекса здоровья.

Контрольная диагностика уровня развития плавательных навыков у детей на конец экспериментальной работы свидетельствует о значительном повышении уровня развития специальных умений и навыков, повышении уровня ДА у дошкольников (рис. 1).

В ходе наблюдения за дошкольниками было отмечено, что гиперактивные дети стали качественнее выполнять различ-

ные двигательные задания, научились управлять своим поведением в соответствии с установленными правилами в бассейне. У малоподвижных детей пробудился интерес к играм и игровым упражнениям в воде, возникло желание участвовать в коллективных играх, развилась потребность в двигательной активности и улучшились показатели двигательной подготовленности.

Занятия аквааэробикой дали положительную динамику, о чем свидетельствуют следующие показатели:

- координация движений улучшилась у 12,5% детей;
- количество детей с правильной осанкой увеличилось на 15%;
- у воспитанников стала наблюдаться гармоничность телосложения, улучшилось физическое здоровье;
- у всех занимающихся отмечен повышенный уровень сопротивляемости к простудному фактору;
- нервно-психические процессы стали совершеннее;
- дети обогатились не только двигательным, но и эстетическим, эмоциональным, танцевальным, волевым опытом; раскрыли свои творческие способности.

Имея такие показатели состояния здоровья, дети быстрее адаптируются в школе и успешнее овладевают школьной программой.

Рекомендации по проведению занятий аквааэробикой

1. Занятия необходимо проводить маленькими подгруппами.

2. При обучении целесообразен фронтальный метод.

3. Освоение упражнений идет быстрее, если дети стоят в шеренге, лицом к инструктору.

4. Упражнения лучше разучивать сначала на месте, потом — в движении.

На занятии двигательный режим детей должен быть рациональным, с учетом их возрастных особенностей и обеспечения благоприятных условий статической нагрузки — снижения ее продолжительности и величины.

Аквааэробику как разминку уместно включать на занятиях плаванием, праздниках и развлечениях.

Таким образом, можно сделать вывод, что аквааэробика

содействует укреплению здоровья и обогащению двигательной активности дошкольников, выступая как сопутствующая форма обучения плаванию, к тому же она является его преемственным продолжением, так как содержит упражнения на развитие плавательных способностей. Помимо этого, аквааэробика делает процесс обучения более эффективным, разнообразным, интересным; придает занятиям яркую эмоциональную окраску, приносит ощутимую пользу здоровью, развивает у дошкольников творчество и фантазию. Специалистам не стоит забывать, что в физкультурно-оздоровительной работе необходимо использовать нетрадиционные формы и средства, которые позволяют не только стимулировать улучшение здоровья детей, но и сформировать у воспитанников интерес к физической культуре и здоровому образу жизни.

Предлагаем вашему вниманию книгу



ЗАНЯТИЯ В БАССЕЙНЕ С ДОШКОЛЬНИКАМИ

Автор — Рыбак М.В.

В издании представлена образовательная программа по плаванию «Морская звезда» для детей старшего дошкольного возраста.

В программе предложена структура занятий и специфика обучения плаванию. Ее содержание построено на интеграции образовательных областей: «Физическая культура», «Здоровье», «Безопасность», Труд», «Художественное творчество» и др.

www.tc-sfera.ru

О готовности инструкторов по физкультуре к работе в новых условиях Из опыта работы г. Краснокаменска

Петрова И.В.,

*главный специалист Комитета по управлению образованием
Администрации муниципального района «Город Краснокаменск
и Краснокаменский район»;*

Пастушкова Л.А.,

инструктор по физкультуре МАДОУ ЦРР д/с № 14 «Дельфинчик»;

Скобина Г.И.,

инструктор по физкультуре МАДОУ ЦРР д/с № 12 «Родничок»;

Ермолаева В.В.,

*инструктор по физкультуре МАДОУ ЦРР д/с № 13 «Сказка»,
г. Краснокаменск Забайкальского края*

В ходе делового конструктивного разговора в новом учебном году с инструкторами по физической культуре детских садов, расположенных на территории муниципального района «Город Краснокаменск и Краснокаменский район», были обсуждены инновационные подходы к физкультурно-оздоровительной работе ДОО в условиях принятия ФГОС; проанализирована готовность специалистов к предстоящим изменениям в связи с внедрением стандартов второго поколения; проведен первичный анализ ресурсов учебной и методической литературы, программного оснащения, используемого

для обеспечения системно-деятельностного подхода в физическом развитии дошкольника, в том числе рассмотрены перспективы расширения возможностей здоровьесберегающей деятельности в детских садах. К здоровьесберегающим образовательным технологиям относятся технологии, которые основаны на возрастных особенностях познавательной деятельности детей, обучении на оптимальном уровне трудности (сложности), вариативности методов и форм обучения, оптимальном сочетании двигательных и статических нагрузок, обучении в малых группах, использовании наглядности,

сочетании различных форм предоставления информации, создании эмоционально благоприятной атмосферы, формировании положительной мотивации к учебе («педагогика успеха»), культивировании у детей знаний по вопросам здоровья.

Была проанализирована непосредственно образовательная деятельность по реализации образовательной области «Физическая культура» и «Здоровье» у инструкторов по физкультуре ДОУ № 8 Н.С. Лалетиной, ДОУ № 4 Баженовой Е.О., ДОУ № 2 Шестопаловой Н.А. Все мероприятия с детьми прошли на высоком методическом уровне, с использованием системно-деятельностного подхода в обучении физическим навыкам и качествам. Свой профессионализм педагоги продемонстрировали через презентацию передового педагогического опыта по изготовлению нестандартного спортивного оборудования и учебно-методических пособий для организации самостоятельной двигательной деятельности детей. Было предложено в рамках районного методического объединения обобщить и представить на муниципальном уровне методическое пособие «Использование нестандартного спортивного оборудования и учебных пособий как инновационный ресурс в физическом развитии детей дошкольного возраста». *К подготовке данного пособия подключились все*

желающие — инструкторы по физкультуре и плаванию. Некоторые разработки специалистов отражены в их авторских статьях, предложенных для диссеминации педагогического опыта на страницах журнала «Инструктор по физкультуре».

В ходе дискуссии педагоги убедились в том, что мало знать названия здоровьесберегающих технологий и уметь их применять на практике. Главное — понимать, как к ним относиться самим, научить пользоваться всех участников образовательного процесса этими технологиями и пропагандировать здоровый образ жизни на собственном примере и примере родителей воспитанников. В процессе работы слушатели получили информацию с последних курсов повышения квалификации для инструкторов по физической культуре в ЗАБКИПКРО (организатор курсов И.Н. Крицкая, старший методист факультета «Дошкольного и общего начального образования»), убедились в важности рассматриваемых вопросов по аттестации и решения первоочередных задач по расширению своего кругозора, педагогической компетентности.

В итоге работы был сделан вывод о том, что деятельность в новых условиях потребует от специалистов-практиков осуществления преемственности на ступени «Детский сад — начальная школа», умения глубоко и всесторонне анализировать ре-

зультаты своей деятельности, работать не только над личностью воспитанников, но и над собой — видеть перспективы собственного творческого роста, нести ответственность за качество своей работы.

В продолжение разговора о здоровом образе жизни на базе МАДОУ ЦРР д/с № 13 «Сказка» состоялся городской фестиваль-конкурс спортивного танца «Грация. Движение. Здоровье» среди дошкольных образовательных организаций. Основными задачами проведения оздоровительно-образовательного мероприятия стали:

- формирование интереса к спортивному танцу, сознательного отношения к культуре движения под музыку и культуре общения среди детей дошкольного возраста;
- привлечение детей к систематическим занятиям ритмической гимнастикой, активному и здоровому досугу, занятиям спортом;
- выявление лучших образовательных организаций и одаренных воспитанников для занятий спортом;
- повышение профессионализма в преподавании ритмической гимнастики;
- расширение круга общения и обмена опытом воспитателей по физической культуре и инструкторов по физкультуре.

Программа конкурса представляла собой командное выполнение только одной компози-

ции спортивного танца с элементами ритмической, художественной гимнастики без предметов или с предметами. Фестиваль-конкурс был ярким праздником, олицетворением красоты, грации, спорта. Команды использовали ленты, мячи, обручи, предметы, степы. В ходе выступлений были продемонстрированы профессионализм, качество, высокое мастерство. Судейская коллегия состояла из представителей координационного совета по организации детских конкурсов отдела детских дошкольных учреждений Комитета по управлению образованием по организации детских конкурсов, директора детского оздоровительно-образовательного центра (ДООЦ), преподавателей школы искусств, хореографов. Украшением фестиваля стало выступление городской хореографической группы «Меридиан». Призовые места распределились следующим образом: I место завоевал творческий коллектив МАДОУ ЦРР — д/с № 20 «Почемучка», руководитель М.А. Федотова, II место — творческий коллектив МАДОУ ЦРР — д/с № 13 «Сказка», руководитель В.В. Ермолаева, III место — творческий коллектив МАДОУ ЦРР — д/с № 14 «Дельфинчик», руководитель Л.А. Пастушкова.

Все творческие коллективы, принявшие участие в фестивале, получили почетные грамоты в различных номинациях. Нашим коллегам мы предлагаем

ознакомиться с одним из сценариев праздника и положением о фестивале-конкурсе.

Начало I тура

Сценарий конкурса
спортивного танца
«Красота в движении —
здоровье с детства»

Зимний сад. Звучит фоновая музыка, все гости рассаживаются по местам. Танцевальные команды строятся за «кулисами» с одной или двух сторон. Звучат фанфары. Выходит ведущий.

В е д у щ и й. Здравствуйте, дорогие друзья, уважаемые гости, педагоги, организаторы соревнований! Всем добрый день!

Не зря звучат сейчас
фанфары,
Не зря собрался здесь народ,
Весь зал уж замер в ожиданье:
Что здесь сейчас произойдет?!
Откроем вам секрет до срока,
Зачем от вас его скрывать:
Конкурс спортивного танца
Сейчас мы будем начинать!

Раздаются громкие аплодисменты.

Мы рады приветствовать вас в ЦРР д/с № 13 «Сказка» на конкурсе спортивного танца «Красота в движении — здоровье с детства».

Впервые в нашем городе этот конкурс проводится между дошкольными организациями. И участвуют в нем дети 5—7 лет. Состязание будет проходить в два этапа, в каждом из которых вы-

ступят по четыре танцевальных команды. Победители сегодняшних туров выходят в финал и выступают в гала-концерте.

Что же такое спортивный танец? Это дисциплина менее известная, чем балльные танцы — более спокойные, более «отдыхающие». Спортивные танцы — это, конечно же, спорт. Они практикуются во всем мире, и с каждым днем становятся все популярнее, искуснее и совершеннее. Чтобы стать танцором высокого уровня, надо обладать хорошей ловкостью и координацией, музыкальностью и изяществом движений, растяжкой и гибкостью, физической силой и телосложением, а также дисциплиной и умением работать в команде. Многие родители мечтают о том, чтобы их дети стали профессиональными танцорами или просто развивались всесторонне. Осуществить эту мечту помогут спортивные танцы. Грация, движения и ритм, пластика, радость от умения владеть своим телом, хорошая физическая форма и, конечно, здоровье — вот бесценный подарок танцорам за их труд и упорство!

А сейчас встречайте участников конкурса! Звучат фанфары, раздается торжественный марш.

Команды выходят во главе с тренером и выстраиваются по периметру по обозначенным местам.

Разрешите представить участников первого тура: МАДОУ № 4 «Тополек», тренер Бажено-

ва Елена Олеговна; МАДОУ № 8 «Малышок», тренер Лалетина Наталья Сергеевна; МАДОУ № 9 «Росинка», тренер Ведерникова Ольга Петровна; МАДОУ № 17 «Ручеек», тренер Калашникова Марина Владимировна.

Разрешите представить участников второго тура: МАДОУ № 13 «Сказка», тренер Ермолаева Виктория Витальевна; МАДОУ № 14 «Дельфинчик», тренер Пастушкова Людмила Анатольевна; МАДОУ № 16 «Дюймовочка», тренер Селина Татьяна Владимировна; МАДОУ № 20 «Почемучка», тренер Федотова Марина Аркадьевна.

Чудесная страна

Спортландия,

Страна здоровья, грации

и красоты,

Страна терпения, силы и воли.

Страна Побед, Страна Мечты.

Но в эту чудную страну

Не каждый попадет.

Лишь только тот, кто любит

Спорт и верно по пути идет.

Пусть мальчишки

и девчонки,

Вся озорная детвора

Сегодня скажут

звонко-звонко:

Спортивному танцу

трижды —

Дети. Ура! Ура! Ура!

Ведущий. Объявляю конкурс спортивного танца: «Красота в движении — здоровье с детства» — открытым!

Звучат фанфары. Раздаются аплодисменты.

И сейчас я хочу предоставить слово для приветствия и напутствия командам организатору конкурса И.В. Петровой.

Приветственные слова организатора.

А еще, дорогие участники, вас пришли поприветствовать и пожелать удачи участницы ансамбля «Меридиан», которые уже добились немалых успехов в спортивных танцах.

Проходит выступление ансамбля «Меридиан».

Благодарим наших гостей за такое замечательное приветствие. А нам пора приниматься за дело. Прошу обратить внимание на наше многоуважаемое жюри, которому предстоит не только наслаждаться увиденным, но и оценивать — и танец, и внешний вид, и артистичность, и технику исполнения, и даже поведение детей и взрослых. Ну вот, все слова сказаны. Жюри к работе готово. А я попрошу встать команды ДОУ № 4, № 8 и выйти для подготовки к танцу спортивным маршем.

Звучит музыка.

Дорогие зрители, наш конкурс рассчитан, конечно, на ваши улыбки, теплоту сердец и вашу поддержку! Не жалейте аплодисментов!

В спортивном танце —

Нам известно —

Так кураж необходим!

А еще движенья вместе,

Торжественное построение.

Слово жюри.

Объявление призовых мест.

Еще раз поздравляю всех участников конкурса!

Давайте же будем, друзья,
улыбаться!

И конкурсов с вами не будем
бояться!

Ведь все-таки это большое
везенье,

Что можно показать полет
своей души,

Фантазию и творчество,
И спортивные достижения!

Пусть конкурс наш пройдет
еще не раз,

И лучшие команды порадуют
всех вас!

Наша программа на сегодня
завершена!

Пусть ваши сердца будут открыты для творчества, душа — для прекрасного, тело — для физического развития, здоровья и красоты!

Звучат фанфары.

Объявляю I тур конкурса спортивного танца «Красота в движении — здоровье с детства!» — закрытым! Можно сделать фотографии на память.

Начало II тура

Традиционное представление участников и жюри.

Ведущий. Ну вот, все слова сказаны. Жюри к работе готово. А я попрошу встать команды ДОУ № 16, № 20 и выйти для подготовки к танцу.

Команды выходят под музыку.

Дорогие зрители, наш конкурс рассчитан, конечно, на ваши улыбки, теплоту сердец и вашу поддержку! Не скупитесь на аплодисменты!

Звучат громкие аплодисменты.

Полюбуйтесь, посмотрите
На задорных дошколят!
Олимпийские надежды
Нынче ходят в детский сад!
Время мчится,
Будто птица.

И, наверно, в добрый час
В гордой форме олимпийца
Выйдет кто-нибудь из нас!

Вот так смело заявили участники команды ДОУ № 13 «Сказка». А их тренер Ермолаева Виктория Витальевна, мне кажется, просто уверена в этом. Ведь не зря они назвали свой номер «Герои спорта!». Встречайте.

Звучит музыка. После выступления раздаются бурные аплодисменты.

Весна идет — текут ручьи.
И конкурс наш зажег огни.
Здоровья, счастья вам желаем!
И «Весенней фантазией»
Турнир наш продолжаем!

«Весенняя фантазия» — так называли свой гимнастический номер участники из ДОУ № 14 «Дельфинчик» вместе со своим тренером Пастушковой Людмилой Анатольевной.

Художественная гимнастика!
Реальность и фантастика!

В гимнастике не только форс,
Не только бицепсы и торс,
Не только точность и расчет,
Царит тут смелость

и серьезность.
Настойчивость
и грациозность!

Звучит музыка. После выступления раздаются бурные аплодисменты.

А вот участницы танцевальной команды ДОУ №16 «Дюймовочка» вместе со своим тренером Селиной Татьяной Владимировной считают:

Если спортом заниматься,
Бегать, прыгать, танцевать —
Ты тогда в спортивных танцах
Чемпионом можешь стать!

Сегодня в их команде только девочки! Да девчонки непростые!

Они девчонки озорные,
Они девчонки удалые.
Они спортсменки —
хоть куда,
Побеждать пришли сюда!

Звучит музыка. После выступления раздаются бурные аплодисменты.

Дети в ДОУ № 20 «Почемучка» всегда с удовольствием бегут на зарядку. Наверное, Федотова Марина Аркадьевна — их инструктор по физкультуре — знает какой-то секрет?

Посмотрев выступление ее команды, вам захочется делать зарядку каждый день! Не верите? Тогда смотрите!

Каких спортсменов ловких
увидим мы сейчас.

Что значит тренировка.
Ну просто — высший класс!
Их личный маленький
рекорд:
Все с детства выбирают спорт!

Наверное, они считают потешным каждый день, в котором не танцевали вот такую «Оздоровительную гимнастику».

Звучит музыка. После выступления раздаются бурные аплодисменты.

Ну, вот и закончился второй тур нашего конкурса — все участники выступили. Жюри очень внимательно наблюдало за работой команд и сейчас приступает к обсуждению.

**Положение о проведении
конкурса спортивного танца
«Грация. Движение. Здоровье»
среди дошкольных
образовательных организаций**

Общие положения

Конкурс «Красота в движении — здоровье с детства» проводится для дошкольных образовательных организаций г. Краснокаменска и Краснокаменского района.

Цели и задачи конкурса:

— формировать интерес к спортивному танцу, сознательное отношение к культуре движения под музыку и культуре общения среди детей дошкольного возраста;

- привлекать детей к систематическим занятиям ритмической гимнастикой, активному и здоровому досугу, занятиям спортом;
- популяризировать спортивный танец среди детей дошкольного возраста;
- выявлять лучшие образовательные организации и одаренных детей для занятий спортом;
- повышать профессионализм в преподавании ритмической гимнастики с элементами художественной;
- расширять круг общения и обмен опытом воспитателей физической культуры и инструкторов физической культуры.

II. Сроки и место проведения конкурса

Конкурс «Красота в движении — здоровье с детства» проводится в один этап на базе ДОУ № 13. Начало: С 10-00 до 11-00 ДОУ № 4, 8, 9, 17. С 11-00 до 12-00 ДОУ № 13, 14, 16, 20.

III. Участники конкурса

1. Общие положения

К участию в конкурсе допускаются команды дошкольных образовательных организаций, изъявивших желание принять в нем участие. В состязаниях могут принять участие команды детских садов, в композицию которых должны войти движения, доступные детям.

Возрастная категория — дети старшего дошкольного возраст-

та. Состав команды — 8—16 человек, независимо от количественного состава девочек и мальчиков.

Все члены команд конкурса должны иметь допуск от врача.

2. Требования к внешнему виду

Внешний вид участников — опрятный. Все участники должны быть одеты в спортивную форму и обувь, не создающую затруднений при выполнении композиции и соответствующую виду деятельности и требованиям техники безопасности.

Допускаются: спортивные купальники, лосины, велосипедки и топы, спортивные облегчающие брюки, шорты, короткие юбочки; обувь — спортивные или балетные тапочки, чешки. Головные уборы не рекомендуются.

На участниках не должно быть украшений, создающих травмоопасность. Длинные волосы должны быть убраны в пучок, хвост или косу.

Нарушение требований к внешнему виду является основанием для снижения 0,5 балла.

3. Порядок выступления

Для исполнения композиции команды распределяются в соответствии со стартовым номером по протоколу.

Прежде чем команда начнет свое выступление, должны быть четко объявлены название и номер образовательного учреждения. После вызова у команды есть 30 с, чтобы начать выполнение упражнения.

Оценка действий команды и отсчет времени начинается с первого движения.

Длительность программы не более 3—4 мин (музыкальная фраза должна быть закончена).

Все команды и участники должны находиться в специально отведенном для них месте. Их поведение и поведение взрослых, сопровождающих команду, не должно мешать другим участникам. В противном случае команда получает штрафные баллы (2 балла за каждое замечание).

Музыка должна быть записана на аудиодиск с указанием порядкового номера выступления и номера ДОУ (желательно иметь дубликат на электронном носителе). Качество записи музыки учитывается при выставлении общей оценки.

4. Повторное выступление

Выступление команды может быть начато повторно в случаях, вызванных непредвиденными обстоятельствами, к которым относятся:

- поломка оборудования, произошедшая в процессе выступления;
- неполадки в работе общего оборудования, освещения; задымление помещения и т.п.;
- появление на площадке или в непосредственной близости от зоны выполнения упражнения посторонних предметов, создающих травмоопасную ситуацию.

При возникновении указанных выше ситуаций, команда должна немедленно прекратить выступление. Если выступление будет завершено, оно будет оценено.

Только главный судья имеет право разрешить повторное выполнение упражнения. В этом случае команда выполняет свое упражнение сначала, после выступления всех участников.

Если выступление прервано по вине команды или участника, выполнение упражнения команде будет не засчитано.

5. Разминка.

Перед началом выступлений участникам предоставляется разминка для ознакомления с площадкой — 1 минута на команду.

IV. Программа конкурса и регламент

1. Общие положения

Программа конкурса «Красота в движении — здоровье с детства» представляет собой командное выполнение только одной композиции спортивного танца с элементами ритмической, художественной гимнастики без предметов или с предметами. Допускается использование предметов: ленты, мячи, скакалки, гимнастические палки, обручи. Композиция должна нести спортивно-танцевальную направленность. Она должна иметь четко выраженное начало и окончание, выполняться слитно, без неоправданных

пауз. При выполнении композиции команда должна использовать всю площадку.

В композицию могут быть включены следующие элементы:

- ОРУ (упражнения для рук, ног, наклоны, подскоки);
 - повороты на 180°, 360° (на выбор); или повороты на 90° — на одной ноге на носке (махом вперед, махом назад, нога вперед, нога назад, согнув ногу в колене);
 - прыжковая связка (выполнение различных прыжков, не менее двух, с продвижением или перестроением, исполненное всей командой одновременно или поочередно);
 - равновесие: выполняется удержание на одной ноге, на всей стопе (вперед, в сторону, назад) не менее трех секунд (возможно движение свободной ногой);
 - «партер»: выполнение элементов на полу, исполненное всей командой одновременно или поочередно;
 - должно быть не менее трех перестроений (изменений фигуры);
 - допускаются на полу акробатические элементы: (стойка на лопатках — «Березка», «Колечко», «Мост», «Колесо», «Шпагат», сед углом, «Волна» туловищем по желанию).
- Запрещено:
- использовать элементы спортивной аэробики (статическая и динамическая сила);

Композиция не будет оценена, если ее содержание будет состоять из более 50% базовых шагов аэробики.

2. Судейство конкурса

Судейская бригада формируется из Координационного совета и жюри по организации детских конкурсов, оценивающих артистичность, и исполнение (технику) участников.

3. Оценка исполнения композиции

Судьи оценивают качество исполнения композиции в сравнении с идеально возможным вариантом исполнения. Максимально возможная окончательная оценка — 20,0 баллов (10,0 — исполнение, 10,0 — артистичность). При выставлении оценки судьи из 10,0 баллов вычитают сбавки за ошибки в технике и артистичности исполненной командой композиции. При составе жюри из пяти судей высшая и низшая из оценок вычеркиваются, а окончательная оценка является средней арифметической из трех оставшихся оценок.

Командам выставление оценок по композициям будет проводиться по номинациям: спортивно-гимнастическая, ритмическая, художественная гимнастика, композиция без предмета, композиция с предметом.

Снижение оценки

- нарушение длительности композиции более (снижение 0,1 балла за несоответствие между музыкальным стилем

- и характером движений (0,5 балла);
- прекращение выступления (не оценивается);
- несоблюдение требований к внешнему виду: костюму, обуви (снижение 0,5 балла);
- потеря предмета (снижение 0,5 балла за каждую потерю);
- проявление неуважения к официальным лицам конкурса (1 балл);
- некорректное поведение взрослых, сопровождающих команду (1 балл).

Итоговое место определяется по сумме баллов артистичности и техники исполнения. В случае равенства окончательной оценки нескольких команд приоритет отдается той команде, у которой выше оценка за артистичность.

V. Руководство проведения конкурса

Общее руководство, организация и проведение конкурса «Красота в движении — здоровье с детства» среди дошкольных образовательных организаций, а также непосредственное проведение конкурса возлагается на руководителя РМО Л.А. Пастушкову,

инструктора по физическому воспитанию ДОУ №13 В.В. Ермолаеву, воспитателя по физической культуре С.В. Федосову.

VI. Награждение

Команды, занявшие I, II, и III места в каждой композиции, награждаются дипломами.

Все команды-участники конкурса награждаются грамотами и памятным сувенирами. Педагоги, подготовившие команды к конкурсу, награждаются грамотами.

VII. Заявки

Предварительные заявки от районов на участие в конкурсе представляются до определенного срока, установленного организаторами.

Необходимо подать именную заявку, правильно оформленную, с печатью заверенной заведующим дошкольной организацией, воспитателем физической культуры и медработником.

В случае замены участника в день соревнования предоставляется другая заявка. Заявка-оригинал подается в день соревнований час до начала конкурса. Форма заявки прилагается ниже.

Заявка

на участие команды МАДОУ № ____ Район _____ в конкурсе спортивного танца «Красота в движении — здоровье с детства»

№	Фамилия, имя	Дата рождения	Домашний адрес	Допуск врача
1	2	3	4	5
1.				

Окончание табл.

1	2	3	4	5
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				

К соревнованиям допущено _____ человек.

Врач _____ (подпись) _____

Руководитель МАДОУ _____ (подпись)

Инструктор по физической культуре _____ (подпись)

Ответственный за жизнь и здоровье детей _____ (подпись)

Дата _____

VIII. Протесты

Любой протест подается представителем команды в судейскую коллегию в письменной форме не позднее одного часа после сложившейся спорной ситуации, но в любом случае до церемонии награждения.

Протесты относительно окончательной оценки не принимаются. Протесты подаются только в случаях, касающихся своей команды.

Все протесты обсуждаются апелляционным жюри. Судейская коллегия рассматривает

протест в течение 24 ч после его подачи и сообщает заявителю результат проверки в письменном виде.

Дисциплинарные меры

Нарушение представителями команд норм поведения и спортивной этики, давления на судей наказывается снижением оценки на 2 балла с окончательного результата команды.

При нарушении правил комплектования команды организационный комитет конкурса аннулирует результат команды, и она выступает вне конкурса.

Маленькие туристы из Забайкалья

Федотова М.А.,

*воспитатель по физкультуре МАДОУ ЦРР д/с № 20 «Почемучка»,
г. Краснокаменск Забайкальского края*

Федеральный закон от 29.04.1999 № 80-ФЗ «О физической культуре и спорте Российской Федерации» рассматривает физическую культуру и спорт как средства профилактики заболеваний, укрепления здоровья, поддержания высокой работоспособности человека, воспитания патриотизма граждан, подготовке их к защите Родины. В наш век стрессовых нагрузок и серьезных нарушений в экологии проблема воспитания здорового подрастающего поколения особенно актуальна. В последние годы в рамках национального проекта ведется целенаправленная работа по оздоровлению населения России.

Спорт, физическая культура — одни из самых эффективных средств профилактики заболеваний и психоэмоционального напряжения; укрепления здоровья, поддержания высокой работоспособности человека, а также нравственно-патриотического воспитания подрастающего поколения.

Одной из основных задач физического воспитания дошкольников является использование разнообразных форм рабо-

ты с детьми. Эти формы работы нацелены не на оттачивание техники выполнения тех или иных упражнений, а на воспитание положительных эмоций, высокую двигательную активность детей, свободное и непринужденное взаимопонимание.

Разнообразные формы работы с детьми дошкольного возраста ценны тем, что обеспечивают условия для эмоционально-психологического благополучия, так как оказывают большое влияние на развитие ума, воспитание характера, воли, нравственности, создают определенный духовный настрой, побуждают интерес к самовыражению, не только способствуют лучшему усвоению знаний и закреплению навыков, но и благотворно влияют на детскую психику. К этим формам относятся и туристические прогулки.

Организация туристических прогулок в детском саду позволяет углубленно решать задачи образовательной области «Физическая культура». А именно: — расширять адаптационные и функциональные возможности детей путем развития ос-

- новых органов и систем организма в ходе выполнения физических упражнений;
- совершенствовать естественные виды движений и обогащать двигательный опыт (учиться простейшим упражнениям туристского многоборья, выполнять двигательные задания педагога на ориентировку в пространстве);
 - развивать координационные способности и выносливость как основу физической подготовки ребенка — будущего туриста;
 - способствовать развитию психических процессов и расширению объема знаний в области физической культуры и туризма;
 - формировать межличностные, в частности, дружеские отношения дошкольников в процессе игровой туристской деятельности.

В процессе решения данных задач педагог должен добиться, чтобы каждый ребенок почувствовал и полюбил движение, что поможет ему приобщиться к спорту, здоровому образу жизни, а значит, будет способствовать становлению позиции созидателя в отношении собственного здоровья и здоровья окружающих.

Традиционно в нашем саду мы организуем с детьми туристские прогулки. Часть времени отводим для подготовки детей к предстоящей деятельности. С этой целью проводим цикл бесед, игр, занятий, на которых дети

получают необходимые знания о туризме и предстоящих походах. Учим детей правильно укладывать рюкзак, устанавливать палатку, знакомим с правилами поведения на природе.

Дети овладевают специальными терминами: турист, палатка, компас, маршрут, карта, привал и т.д. Также мы планируем содержание активного отдыха с учетом индивидуальных особенностей воспитанников, так, чтобы все дети смогли принять в нем активное участие, использовать свой двигательный опыт, проявить творчество, умение преодолевать препятствия. По возможности нами используется музыкальное сопровождение, поскольку это позволяет повысить эмоциональный фон двигательной деятельности, сделать ее более привлекательной и эффективной для ребят.

При проведении похода участвуют не менее двух взрослых, а также родители. Обязательно проводится инструктаж о правилах безопасности. Каждый взрослый должен хорошо знать содержание походной аптечки и уметь ею пользоваться.

Большую роль в походах играют родители. Работу с ними мы начинаем задолго до похода. На родительском собрании обсуждаем и оговариваем маршрут, сопровождение.

Туристский поход начинается с построения детей, осмотра снаряжения, одежды, обуви. Детям сообщается цель похода, что

придает большую серьезность и значимость предстоящему мероприятию.

Во время походов дети не только обучаются туристическим умениям и навыкам, но и учатся заботиться о природе. Дети кормят птиц, развешивают кормушки, убирают мусор, с малых лет приучаются беречь растения — не ломать ветки кустов и деревьев.

Туристские походы мы организуем в первую половину дня за счет времени, отведенного на утреннюю прогулку и физкультурное занятие на воздухе, что позволяет детям реализовать свою потребность в ежедневной двигательной активности.

Походы включают в себя следующие моменты:

- наблюдение за природой;
- выполнение имитационных движений: подражание действиям птиц, зверей;
- самостоятельные игры детей на привале;
- общие спортивные и подвижные игры.

Так как подвижные игры являются незаменимым средством пополнения знаний и представлений ребенка об окружающем мире, развития мышления, смекалки, ловкости, сноровки, ценных морально-волевых качеств, мы используем игры на малых и большом привале. Для этого в нашем детском саду составлена картотека подвижных игр: «Собери рюкзак», «Тропинка», «Следопыты» и т.д.

После туристского похода дети получают задание: нарисовать маршрут похода, изобразить свои впечатления в общем альбоме по теме: «Как мы ходили в поход». Совместными усилиями оформляется фотовыставка для родителей из интересных фотоснимков.

Подобные походы благотворно влияют на здоровье детей — повышают выносливость растущего организма, устойчивость к простудным заболеваниям, учат детей преодолевать различные препятствия, укрепляют мышечную систему, развивают наблюдательность, способствуют воспитанию любви к родному краю. Наши воспитанники становятся более подвижными, смелыми, ловкими.

Яркие впечатления, радость от ощущения свободы и красоты забайкальской природы побуждают детей к проявлению своих возможностей. Когда за спиной рюкзак, а в душе хорошее настроение, то все это сопровождается веселой и задорной походной песней!

Литература

Бочарова Н.И. В поход всей семьей. М., 2007.

Бочарова Н.И. Туристические прогулки в детском саду. М., 2004.

Шарманова С.Б. По дорогам бродит осень. Сценарии мероприятий активного отдыха для детей дошкольного возраста: Учеб.-метод. пособие. Челябинск, 2003.

Шебеко В.Н., Ермак Н.Н., Шишкина В.А. Физическое воспитание дошкольников: Учеб. пособие. М., 1996.

На I Всероссийском съезде работников дошкольного образования

В Москве с 30 сентября по 1 октября 2013 г. проходил I Всероссийский съезд работников дошкольного образования, организованный Минобрнауки России и Российским книжным союзом. На нем присутствовали представительные делегации из всех регионов России: министры и заместители министров образования субъектов Федерации, представители органов управления, заведующие, старшие воспитатели, воспитатели, музыкальные руководители и другие представители дошкольного образования.

Приветственное слово от Президента РФ передал А.А. Фурсенко. Министр образования и науки РФ Д.В. Ливанов выступил перед делегациями с докладом о государственной политике в сфере дошкольного образования.

К участникам съезда обратились с поздравлениями и выступлениями о детстве и особенностях современных детей, взаимосвязи науки и практики и.о. президента Российской академии образования Д.И. Фельдштейн и директор Федерального института развития образования А.Г. Асмолов.

Издательство «ТЦ Сфера» активно участвовало в работе съезда, выступив в роли информационного партнера.

Утреннее пленарное заседание первого дня посвящалось введению ФГОС ДО. Рассматривались задачи организации внедрения, проблемы и пути их решения, современные тенденции дошкольного образования в России и за рубежом, подготовка современных специалистов для детских садов. Вечернее пленарное заседание посвящалось рассмотрению вопросов организации жизни детей в детском саду: здоровье и критерии успешности, социология дошкольного детства, психологические основы ФГОС, возможности негосударственных детских садов и др.

Во второй день работы съезда делегаты приняли участие в секционных заседаниях, конкретизирующих и углубляющих прозвучавшие накануне доклады. Их тематика охватывала широкий круг вопросов: «Организация апробации и внедрения ФГОС дошкольного образования», «Профессиональный и личностный рост педагогов дошкольного образования», «Особенности разработки основной образовательной программы дошкольного образования образовательными организациями» и др.

Подробнее о работе съезда читайте на сайте **tc-sfera.ru**.

Резолюция I Всероссийского съезда работников дошкольного образования

30 сентября — 1 октября 2013 г. в Москве состоялся I Всероссийский съезд работников дошкольного образования.

В работе Съезда приняли участие более 1000 человек из всех субъектов Российской Федерации, в том числе:

- ♦ руководители органов законодательной и исполнительной власти Российской Федерации и субъектов Российской Федерации;
- ♦ руководители и специалисты органов управления образованием муниципальных образований;
- ♦ ведущие российские ученые;
- ♦ представители образовательных организаций среднего, высшего и дополнительного педагогического профессионального образования;
- ♦ руководители и педагоги образовательных и педагогических организаций дошкольного и дополнительного образования;
- ♦ представители родительской общественности;
- ♦ руководители издательств учебной и детской литературы;
- ♦ производители детской и игровой продукции;
- ♦ представители средств массовой информации.

Работа Съезда была посвящена обсуждению основных направлений развития дошкольного образования в Российской Федерации в свете вступления в силу Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» и введения нового уровня общего образования в стране — «Дошкольное образование».

Участниками Съезда были рассмотрены вопросы:

- ♦ дошкольное детство и современные тенденции развития дошкольного образования;
- ♦ объединение усилий профессионального сообщества, семьи, общества и государства в вопросах реализации государственной политики в области дошкольного образования;
- ♦ особенности ФГОС дошкольного образования, организация его внедрения в практику дошкольных образовательных организаций;
- ♦ повышение качества дошкольного образования;

- ♦ межведомственное взаимодействие в реализации государственной политики в области дошкольного образования на федеральном, региональном и муниципальном уровнях;
- ♦ особенности включения детей с ОВЗ в образовательное пространство дошкольной организации;
- ♦ подготовка, переподготовка и повышение квалификации работников дошкольного образования;
- ♦ частно-государственное партнерство в системе дошкольного образования;
- ♦ роль семьи в повышении качества дошкольного образования, сотрудничество семей и образовательных организаций в реализации ФГОС;
- ♦ роль производителей учебной продукции в реализации ФГОС дошкольного образования.

По итогам обсуждений, работы секций выработаны предложения:

- ♦ по совершенствованию механизмов реализации государственной политики в области дошкольного образования;
- ♦ организации апробации и внедрения ФГОС дошкольного образования;
- ♦ включению во ФГОС раздела о дошкольном образовании детей с ОВЗ;
- ♦ совершенствованию системы дополнительного профессионального педагогического образования, подготовки и переподготовки кадров для системы дошкольного образования;
- ♦ совершенствованию механизмов межведомственного взаимодействия в системе дошкольного образования;
- ♦ объединению усилий основных институтов социализации в решении ключевых проблем современного детства;
- ♦ формированию позитивного отношения общества к различным формам реализации ФГОС дошкольного образования;
- ♦ определению основных направлений фундаментальных и прикладных исследований в области дошкольного образования;
- ♦ взаимодействию органов управления образованием с производителями учебной продукции.

Участники Съезда отметили большое внимание Президента Российской Федерации, Федерального собрания Российской Федерации, Правительства Российской Федерации, Министерства образования и науки Российской Федерации к разработке и реализации целенаправленной государственной политики в области дошкольного детства.

Отмечено, что новый Закон «Об образовании в Российской Федерации» определил дошкольное образование как новый уро-

вень общего образования и существенно повысил статус работников дошкольного образования.

Сегодня созданы предпосылки для позитивных изменений в области государственно-частного партнерства в дошкольном образовании, обеспечивающие различные механизмы доступности, развития вариативных форм реализации дошкольного образования, дающие равные возможности реализации конституционного права каждого гражданина на получение бесплатного дошкольного образования, введение новых организационно-экономических механизмов в развитие данной сферы.

Участники Съезда поддержали главные принципиальные позиции Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования: уникальность дошкольного детства как важного этапа в общем развитии человека и поддержку его разнообразия; сохранение уникальности дошкольного детства; важность создания благоприятной социальной ситуации развития каждого ребенка в соответствии с его возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями; совместную деятельность и сотрудничество детей и взрослых в процессе развития детей; вариативность форм организации дошкольного образования.

СЪЕЗД ПОСТАНОВЛЯЕТ

Министерству образования и науки Российской Федерации, Российскому книжному союзу:

- ♦ обеспечить открытость и доступность информации о ходе введения ФГОС дошкольного образования и координацию подготовки деятельности субъектов Российской Федерации по введению ФГОС дошкольного образования;
- ♦ создать Координационный совет по организации введения ФГОС дошкольного образования;
- ♦ создать информационный сайт для освещения результатов апробации, введения и реализации ФГОС дошкольного образования, а также информационной и методической поддержки пилотных образовательных организаций. Обеспечить издание научной, учебной и методической литературы по вопросам дошкольного образования, в том числе введения ФГОС.

Признать необходимым:

На федеральном уровне обеспечить разработку:

- ♦ дорожной карты введения ФГОС дошкольного образования;
- ♦ нормативно-правовых актов, обеспечивающих введение ФГОС дошкольного образования;

- ♦ порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам дошкольного образования;
- ♦ методических рекомендаций по финансово-экономическому обеспечению введения ФГОС дошкольного образования в образовательных организациях различных организационно-правовых форм;
- ♦ комплекса мер по поддержанию негосударственных дошкольных общеобразовательных организаций;
- ♦ системы оценки качества дошкольного образования;
- ♦ рекомендаций по мониторингу развития ребенка в части реализации требований к результатам освоения ООП дошкольного образования;
- ♦ рекомендаций по психолого-педагогическому сопровождению родителей детей дошкольного возраста;
- ♦ разработку примерных дополнительных профессиональных образовательных программ по вопросам введения ФГОС дошкольного образования;
- ♦ федеральных требований к минимальной оснащенности образовательного процесса в дошкольной образовательной организации.

На уровне субъекта Российской Федерации необходимо организовать ряд мероприятий:

- ♦ разработать и утвердить дорожную карту введения ФГОС дошкольного образования;
- ♦ привести законодательную и нормативно-правовую базу, регулиующую отношения в сфере дошкольного образования в соответствие с ФГОС дошкольного образования;
- ♦ разработать и принять нормативно-правовые акты, конкретизирующие положения ФГОС дошкольного образования применительно к социально-экономическим, этнокультурным и иным особенностям субъекта Российской Федерации;
- ♦ при разработке бюджета на 2014 год учесть требования введения ФГОС дошкольного образования, в том числе с учетом его реализации в образовательных организациях, различных правовых форм, компенсации родителям (законным представителям) детей, посещающих образовательные организации, реализующих образовательные программы дошкольного образования, установления среднего размера родительской платы за присмотр и уход;
- ♦ обеспечить координацию взаимодействия учреждений дошкольного и дополнительного образования детей;

- ♦ создать региональные системы контроля качества дошкольного образования в условиях введения ФГОС дошкольного образования;
 - ♦ содействовать развитию вариативных форм дошкольного образования;
 - ♦ обеспечить предоставление методической, психолого-педагогической, диагностической и консультативной помощи без взимания платы с родителей (законных представителей) при получении детьми дошкольного образования в форме семейного образования;
 - ♦ обеспечить повышение квалификации всех работников дошкольного образования по вопросам реализации ФГОС дошкольного образования;
 - ♦ создать условия для получения дошкольного образования детьми с ограниченными возможностями здоровья;
 - ♦ разработать требования к минимальной оснащенности образовательной деятельности в дошкольной организации с учетом региональных и этнокультурных особенностей.
-

Издательство «ТЦ СФЕРА» представляет



ЗАКОН ОБ ОБРАЗОВАНИИ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Обложка, 192 с. Формат 60х90/16

В книге представлен Федеральный Закон РФ от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".

САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРАВИЛА И НОРМАТИВЫ ДЛЯ ДОО (СанПиН 2.4.1.3049-13)

Обложка, 80 с. Формат 60х90/16

В брошюре представлены санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных образовательных организациях (СанПиН 2.4.1.3049-13).

Для руководителей дошкольных образовательных организаций, методистов работников управления.

Эти и другие книги можно заказать по почте наложенным платежом.
Пришлите заявку **по адресу:** 129626, Москва, а/я 40, **по E-mail:** sfera@cnt.ru,
по тел.: (495) 656-75-05, 656-72-05

или закажите в **интернет-магазине:** www.tc-sfera.ru
Не забудьте разборчиво написать свой **индекс** и **обратный адрес**.

Указатель статей журнала «Инструктор по физкультуре» за 2013 год

Колонка редактора

Парамонова М.Ю. Журналу «Инструктор по физкультуре»

- 5 лет: время подводить итоги и строить планы
на будущее! № 1, с. 5
- Парамонова М.Ю.* Сезон проверки здоровья на прочность № 2, с. 5
- Парамонова М.Ю.* Физическое воспитание
в образовательном пространстве города № 3, с. 5
- Парамонова М.Ю.* Новые аспекты физического воспитания
дошкольников № 4 с. 5
- Парамонова М.Ю.* Старт должен быть высоким! № 5, с. 5
- Парамонова М.Ю.* Воспитание здорового образа жизни
с ранних лет № 6, с. 5
- Парамонова М.Ю.* Физическая культура и здоровье
детей — критерии социального развития общества № 7, с. 5
- Парамонова М.Ю.* Встречаем зиму и укрепляем
здоровье детей № 8, с. 5

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ РОСТ

Наука — практике

- Бабенкова Е.А.* Организация системной комплексной
работы по сохранению и укреплению здоровья детей № 4, с. 6
- Багадирова С.К.* Инновационные технологии в физическом
воспитании: точки риска № 3, с. 6
- Голикова Н.В., Никутьева А.Д.* Проектная деятельность
как средство формирования здорового образа жизни № 6, с. 6
- Кривоногова Т.С., Зезуль В.С.* Новые технологии
в физкультурно-оздоровительной работе с дошкольниками № 8, с. 6
- Мушина С.Н., Мисаренко Г.Г.* Структурные компоненты
психомоторных способностей и их развитие № 5, с. 6
- Полтавцева Н.В., Анохина И.А.* Информационная
компетентность дошкольников в области физической
культуры № 2, с. 6
- Прищепа С.С., Корзухина Н.Е.* Воспитание гуманных
взаимоотношений между дошкольниками средствами
физической культуры № 5, с. 16

- Шарманова С.Б.* Вариативные формы проведения утренней гимнастики № 6, с. 14
- Шарманова С.Б., Орешкова Е.В.* Подвижная игра как средство предупреждения плоскостопия № 2, с. 13

Повышение квалификации

- Белоглазова И.Н.* Воспитание ценностного отношения к здоровью у старших дошкольников № 6, с. 23
- Бондарь И.В.* Профессиональное самообразование как основа развития педагога № 7, с. 17
- Зимонина В.Н.* Роль методической службы в трансляции опыта физкультурно-оздоровительной работы № 4, с. 17
- Зорина Т.А., Борисова М.М.* Профилактика детского травматизма в процессе использования спортивного инвентаря № 5, с. 23
- Иванникова Е.В.* Взаимосвязь физической культуры с другими образовательными областями № 1, с. 13
- Иоакимиди Ю.А., Гринёва Д.А.* Значение и организация занятий плаванием в дошкольном учреждении № 3, с. 10
- Кормицкова Е.В., Кочнева А.В., Никитина Н.В.* Здоровье свыше нам дано, учись, малыш, беречь его! № 7, с. 6
- Лифарь Л.В.* На прогулку — за здоровьем № 2, с. 22
- Прищепа С.С.* Здоровьесберегающая деятельность в условиях работы стажировочной площадки № 4, с. 13
- Протченко Т.А.* Обучение плаванию дошкольников в детских садах Москвы № 5, с. 31
- Проценко О.А., Корнилова Т.А.* Интеграционный подход в психолого-педагогической работе ДОУ № 1, с. 6
- Сергеева С.В.* Профессиональная компетентность педагогов в области физического воспитания детей № 1, с. 21
- Соловова Н.А., Епифанова Н.А.* Управление здоровьесберегающей деятельностью в детском саду № 7, с. 14
- Татур Е.Е.* О роли инструктора по физической культуре № 1, с. 24
- Федорова С.Ю.* Современные подходы к повышению профессиональной квалификации воспитателей по физкультуре № 8, с. 15
- Шумская Т.В.* Вопросы преемственности формирования физической культуры дошкольников и младших школьников № 3, с. 14

Психофизическое развитие ребенка

- Арсеньева Л.Ю., Щербак А.П.* Физкультурные занятия для детей с речедвигательными нарушениями № 4, с. 24
- Брызгалова Н.Н., Щербак А.П.* Активизация внимания старших дошкольников на занятиях по физкультуре № 7, с. 21

- Герасимова Е.В., Щербак А.П.* Диагностика внимания детей на занятиях по физической культуре № 6, с. 34
- Доронина Н.В.* Влияние полового диморфизма на физическую подготовленность старших дошкольников № 3, с. 18
- Полтавцева Н.В., Краснова Р.С.* Объективная оценка двигательных действий дошкольников № 5, с. 35
- Тимошкина О.В.* Гендерное развитие на занятиях по физической культуре № 1, с. 28
- Шахбанова Г.И.* Индивидуальный подход в работе с детьми разного уровня физического развития и здоровья № 8, с. 27

Коррекционная работа

- Ахметзянова Л.Р., Бабенкова Е.А.* Игровая деятельность в условиях лекотеки № 3, с. 26
- Дунаева Э.А.* Лечебная гимнастика в оздоровительной работе с детьми № 1, с. 33
- Попова О.Г.* Лучше предотвратить, чем лечить № 3, с. 20
- Тропина М.Н.* Гимнастика с массажными мячиками су-джок № 2, с. 29

Нормативная база

- Маринюк А.А.* Управление дошкольным образованием в свете принятия нового закона «Об образовании в Российской Федерации» № 4, с. 36

ПЕДАГОГИКА ЗДОРОВЬЯ

Образовательная работа

- Бригинец Н.А., Ившина Н.В.* Комплексное занятие в старшей группе «От скуки спасет мяч» № 6, с. 45
- Гежа М.В.* История развития спорта № 3, с. 41
- Глушкова И.Г.* Урок здоровья № 3, с. 34
- Доброгорская О.В.* Физкультурное занятие «Праздник трясогузки» № 8, с. 39
- Егоровская Н.Ю.* Занятия по физкультуре для детей 3—4 лет «На арене цирка» № 7, с. 45
- Ермолова О.Ф.* Сюжетно-игровое физкультурное занятие «Утро в лесу» № 2, с. 34
- Жигаленкова Л.В.* Интегрированное занятие в бассейне «Игры с цифрами» № 4, с. 42
- Пугачева Э.В.* Занятие по физкультуре «Магазин игрушек» № 8, с. 43

<i>Румянцева Н.Г.</i> Интегрированные занятия по физической культуре	№ 5, с. 42
<i>Рыбакова Е.А.</i> Физкультурное занятие «Путешествие по планетам»	№ 2, с. 39
<i>Симонова Е.И.</i> Физкультурное занятие «Осьминожки» в подготовительной к школе группе	№ 6, с. 40
<i>Смирнова Т.В., Щербак А.П.</i> На спортивную площадку приглашаем, дети, вас!	№ 7, с. 28
<i>Татаринцева Л.В.</i> Интегрированное занятие оздоровительной направленности «Путешествуй, не скучай, планету нашу изучай!»	№ 8, с. 34
<i>Тимошкина О.В.</i> Оздоровительные технологии в образовательной работе ДОУ	№ 1, с. 38
<i>Яковлева Л.М.</i> Сюжетно-игровое занятие «В лесу»	№ 3, с. 46

Физкультурно-оздоровительная работа

<i>Аксенова Н.Ю., Полозова А.В.</i> Динамические познавательные-игровые сеансы на прогулке	№ 4, с. 46
<i>Большакова Е.Ю.</i> Здоровьесберегающие технологии в работе Службы ранней помощи	№ 4, с. 55
<i>Букреева Н.Л.</i> Оздоровление детей раннего возраста	№ 3, с. 55
<i>Ведерникова О.П., Лаптева Ж.В.</i> Развлечение с элементами психотренинга	№ 4, с. 51
<i>Голдобина Л.В.</i> Физкультурный досуг экологической направленности для детей 5—6 лет «Дары осеннего леса»	№ 7, с. 55
<i>Давидчик Р.М.</i> Малые зимние Олимпийские игры	№ 1, с. 40
<i>Досова Л.А.</i> Физкультурно-тематический досуг для старших дошкольников «Юные пожарные»	№ 7, с. 48
<i>Ефремова Е.А.</i> Зимний спортивный досуг «Зимушка-зима»	№ 1, с. 44
<i>Журавлева А.В., Ройченко О.И.</i> Физкультурно-оздоровительная работа в детском саду	№ 6, с. 52
<i>Зубова Е.Р., Плешкова Г.А.</i> Праздник «Малые Олимпийские игры»	№ 8, с. 49
<i>Зюзгина Л.А., Трофимова Н.Н.</i> Двигательная активность во время прогулки	№ 6, с. 49
<i>Ковеня Г.Н.</i> Спортивный праздник, посвященный Дню защитника Отечества	№ 2, с. 43
<i>Кутюбая Е.Э.</i> Укрепление здоровья детей в детском саду	№ 2, с. 61
<i>Лаврищева С.В.</i> Имитационная игра для старших дошкольников	№ 3, с. 50
<i>Ломова Г.В.</i> Занимаемся физкультурой на тренажерах	№ 5, с. 66
<i>Носенко И.В.</i> Спортивный досуг-развлечение «Масленица идет, блин да мед несет»	№ 1, с. 47
<i>Очнева Е.И., Панина М.И., Лохматова Л.В.</i> Заяц и его друзья	№ 3, с. 59

- Сальникова Л.И.* Театрализованное представление
«Цирк! Цирк! Цирк!» № 1, с. 54
- Сальникова Л.И.* Эмоционально-стимулирующая
утренняя гимнастика для детей третьего года жизни № 2, с. 66
- Сидоренко Н.С.* Игровые физкультурно-динамические
часы для дошкольников № 1, с. 50
- Тимошкина О.В.* Здоровьесберегающие технологии
в ДОУ № 2, с. 48
- Хлыстенкова Н.А.* Досуг «И в мороз, и в стужу
с физкультурой дружим!» № 8, с. 45
- Шабанова О.В.* Доступный спорт для старших
дошкольников № 3, с. 53
- Ярославцева И.Б.* Веселая физкультура с куклами
для малышей № 5, с. 58

Планирование

- Иванова Д.Н., Щербак А.П.* Планирование секционных
занятий легкой атлетикой со старшими дошкольниками № 4, с. 58
- Кравецкая Е.В.* Планирование подвижных игр
в повседневной жизни дошкольников № 6, с. 64
- Фролова Е.Н.* Проект «Знать об этом должен каждый:
безопасность — это важно!» № 8, с. 53

Коррекционная работа

- Саудаханова А.Ф.* Спортивные состязания
«Русские богатыри» № 6, с. 56
- Ступакова Л.В.* Лечебная физкультура для часто
болеющих детей № 6, с. 59
- Ярославцева И.Б.* Игровые физические упражнения
для детей раннего возраста в период адаптации
к ДОУ № 7, с. 60

СОТРУДНИЧЕСТВО

Взаимодействие со специалистами

- Анашкина Н.В.* Взаимодействие педагогов и родителей
в Центре игровой поддержки ребенка № 4, с. 83
- Виноградова С.Н.* Занятие на развитие мелкой моторики
«Туфелька для Золушки» № 1, с. 71
- Кабаян О.С., Леонова Е.И.* Организация эколого-
валеологического образования дошкольников № 3, с. 64
- Копытова О.А.* Здоровьесберегающие технологии
в работе с дошкольниками № 7, с. 80
- Копытова О.А.* Организация взаимодействия специалистов
с целью сохранения и укрепления здоровья детей № 8, с. 60

- Кручинина О.В.* Взаимодействие ДОУ и семьи
в организации туристических прогулок с дошкольниками № 2, с. 72
- Кутовая Е.Э.* Физкультурно-оздоровительная
деятельность в детском саду № 6, с. 95
- Макрушина И.В., Бородин А.Н.* Формирование
экологически ценностных ориентаций у детей 5—6 лет № 3, с. 69
- Мурзина Е.М.* Педагогический проект «Спортлотоша в
королевстве неведанных дорожек» № 4, с. 76
- Понамеренко Н.Н., Пяткова Л.П.* Проект «Здоровые
воспитатели — здоровые дети!» № 6, с. 84
- Фортова С.С., Тарасова Ю.В.* Партнерство ДОУ с семьями
воспитанников и физкультурно-оздоровительными
центрами № 1, с. 62
- Харыбина Т.Ю., Филатова Т.В.* Игровые физкультурно-
оздоровительные досуги № 5, с. 72
- Яковлева Л.М.* Физкультурный досуг с элементами
театрализации № 1, с. 74

Преемственность

- Ефремова Е.А.* Формирование здорового образа жизни
у дошкольников перед поступлением в школу № 2, с. 84
- Коршунова Л.В., Тимофеева Е.Н.* Коррекция когнитивных
и двигательных нарушений при подготовке детей
к школе № 1, с. 78

Работа с семьей

- Александрова Ю.Е.* Особенности физического воспитания
детей в условиях семейного детского сада № 4, с. 95
- Васильева С.М.* Спортивные соревнования для детей
и взрослых № 8, с. 79
- Вержбицкая Е.Г.* Воспитательные ресурсы семьи
в формировании физической культуры дошкольников № 3, с. 72
- Виноградова А.М., Симонова Е.В.* Досуг детско-
родительского спортивного клуба «Физкультура
вместе с мамой» № 5, с. 90
- Гарбуз Г.Е.* Совместный с родителями проект
«Плавание — это здоровье» № 1, с. 82
- Гончарик Т.А.* Взаимодействие с семьей с целью
формирования у детей здорового образа жизни № 6, с. 72
- Мкртычян С.С., Залетова А.А., Бирюкова И.А.*
Праздник спорта «Играем с папами в зарницу» № 8, с. 83
- Пашинова И.И.* Рекомендации для родителей
по обучению дошкольников плаванию № 5, с. 85
- Суровцева С.А.* Спортивно-массовые мероприятия
как средство оптимизации работы ДОО с родителями № 7, с. 70
- Торопова И.П.* Физкультурный праздник с родителями № 8, с. 73

- Хацкевич И.Г.* Взаимодействие детского сада и семьи
в приобщении детей к ценностям ЗОЖ № 5, с. 79
- Яковлева С.А.* Взаимодействие с родителями
по созданию системы закаливания в семье № 4, с. 86

Работа с родителями

- Мулюкова Л.Ф.* Спортивное путешествие с родителями
в природный мир Башкортостана № 2, с. 88

ЭТО ИНТЕРЕСНО

Дискуссионный клуб

- Антонишина Е.Н.* Игры-путешествия как форма
детского туризма № 6, с. 114
- Борисова М.М.* Фитнес-технологии в системе
здоровьесберегающего образования детей
дошкольного возраста № 5, с. 96
- Борисова М.М., Губжиков З.Б.* Обучение дошкольников
базовой технике каратэ-до № 4, с. 112
- Давидчик Р.М.* Игровой стретчинг в оздоровлении детей № 2, с. 96
- Зевайкина Н.С.* Элементы синхронного плавания
в детском саду № 5, с. 100
- Карягина Н.В.* Традиции и инновации в физическом
воспитании детей дошкольного возраста № 3, с. 76
- Огурёнова О.Н., Обьедкова С.В., Шорохова Т.Ю.*
Фитнес-программа для детей и родителей № 1, с. 88
- Понамеренко Н.Н., Пяткова Л.П.*
Проект «Маленькие йоги» № 4, с. 100
- Попова В.Г.* Фрироуп. Что это такое? № 3, с. 78
- Рукавичко И.А.* Цвет в физкультурно-оздоровительной
работе № 2, с. 92
- Скворцова Л.И.* Аквааэробика для старших
дошкольников № 8, с. 86

Вести из регионов

- Баженова Н.Ю., Жилина Т.Л.* Двигательная активность
детей на прогулке зимой в условиях Севера № 1, с. 102
- Белоглазова И.Н.* Воспитание у детей ценностного
отношения к здоровью № 2, с. 107
- Ермолова О.Ф.* Новый подход в организации
физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ № 1, с. 105
- Заболотная И.А.* Физкультурное развлечение из серии
«Поиграем с мамой» № 1, с. 98
- Ларцева Л.В.* Современные подходы к физическому
воспитанию дошкольников № 2, с. 100

Кокорина Т.Е., Кондрашова Я.А., Салина Л.В.

Организация работы специальной медицинской
группы по физкультуре в детском саду № 7, с. 92

Паутова Н.Г., Игоница Е.А. Конкурс «От физкультуры
и спартакиады — к вершинам Универсиады
и Олимпиады!» № 6, с. 100

Петрова И.В., Пастушкова Л.А., Скобина Г.И., Ермолаева В.В.

О готовности инструкторов по физкультуре к работе
в новых условиях № 8, с. 91

Пояркова Т.Ю. Олимпийские игры в детском саду № 6, с. 106

Селина Т.В. Путешествие на остров Здоровья № 1, с. 110

Тунчурина В.В. Проблемные ситуации валеологического
содержания № 7, с. 111

Федотова М.А. Маленькие туристы из Забайкалья № 8, с. 104

Щербак А.П. Технология физкультурного образования
дошкольников «Маленький дом большого
здоровья» № 3, с. 80

Народная педагогика

Потокова Т.Н. Национальные подвижные игры
как фактор здоровьесбережения № 3, с. 93

Кружки, секции

Железнова Е.В. Школа мяча для детей и родителей № 5, с. 106

Пологлазкова И.В., Щербак А.П. Организация секции
«Школа мяча» на базе ДОУ № 3, с. 100

Это интересно

№ 2, с. 33, 71, 117

Итоги конкурса «Воспитатель года России — 2012» № 1, с. 117

На I Всероссийском съезде работников дошкольного
образования № 8, с. 107

Протченко Т.А. Городские водно-спортивные праздники
«Умею плавать» и «Дельфиненок» № 5, с. 104

Резолюция I Всероссийского съезда работников
дошкольного образования № 8, с. 108

Образовательный проект издательства «ТЦ Сфера»

Уважаемые коллеги!

В условиях реформирования системы образования вопрос, где педагогу дошкольного образования пройти дополнительное обучение, становится все более острым. «Творческий Центр СФЕРА» в новом учебном году продолжает свой образовательный проект и приглашает на семинары педагогических работников ДОО.

Темы занятий:

♦ **Заведующим и методистам ДОО**

- о Образовательная политика РФ на современном этапе.
- о Детство в условиях современной социокультурной ситуации.
- о Социально-педагогические основы введения ФГОС дошкольного образования.
- о Требования к результатам освоения основной образовательной программы дошкольного образования.
- о Составление основной общеобразовательной программы ДОО в современных условиях.
- о Стил ь управления, мотивация персонала, выход из конфликта.

♦ **Воспитателям ДОО**

- о Проектирование, сопровождение и обогащение образовательных программ.
- о Развитие современного ребенка раннего возраста.
- о Развитие современного дошкольника.
- о Развитие интеллекта дошкольников.

♦ **Инструкторам по физической культуре**

- о Формирование физического и психического здоровья дошкольников.

Занятия объединяются в полноценные 16-, 20-, 72-часовые учебные курсы, слушатели могут составить для себя учебный курс самостоятельно, выбрав занятия на интересующие их темы. Учебные курсы включают в себя аудиторные занятия, мастер-классы, практические занятия и интерактивные тренинги.

Преподаватели — авторы методических пособий, выпущенных издательством «ТЦ СФЕРА», И.В. Мальцева, канд. пед. наук Н.В. Микляева, канд. пед. наук А.В. Найбауэр, канд. пед. наук В.В. Онишина, канд. пед. наук И.Ф. Слепцова и др.

Узнайте подробности на сайте издательства: www.tc-sfera.ru, раздел «Семинары». Зарегистрироваться для посещения занятий и оплатить обучение можно прямо на сайте.

По всем вопросам обращайтесь в издательство «ТЦ СФЕРА»

По электронной почте: edu@tc-sfera.ru

По телефонам:

(495) 656-7505, (499) 181-2158, методист Ирина Геннадьевна Глушкова

УВАЖАЕМЫЕ КОЛЛЕГИ!

Интернет становится незаменимым помощником, поэтому издательство «ТЦ Сфера» активно развивает свои интернет-сайты

Приглашаем посетить сайты:

www.tc-sfera.ru (книги);
www.apcards.ru (наглядная и поздравительная продукция);
www.udou.ru, www.vdou.ru, www.mrdou.ru,
www.logoped-sfera.ru (журналы).

*На сайте книг **www.tc-sfera.ru***

- ♦ Познакомьтесь с новостями о российском образовании, в том числе дошкольном, и о жизни издательства.
- ♦ Узнайте о вышедших новинках издательства и ассортименте имеющихся в наличии книг.
- ♦ Почитайте избранные главы из книг, статьи из журналов, другие публикации.
- ♦ Опубликуйте свой материал.
При размещении своих материалов на сайте, можно самостоятельно отредактировать их, исправить недостатки ее оформления, проявившиеся при переносе из текстового редактора на страницу сайта.
- ♦ Скачайте бесплатные материалы для вашей работы.
- ♦ Узнайте о семинарах и учебных курсах издательства, на которые можно зарегистрироваться на сайте и оплатить удобным способом.
- ♦ Подпишитесь на новостную рассылку.
- ♦ Сделайте заказ на книги издательства.

Книги и наглядные пособия, заказанные на нашем сайте, доставляет интернет-магазин компании «Лабиринт», с которой издательство заключило партнерское соглашение об этих услугах. Доставка возможна в любую точку земного шара, оплата заказа любым способом.

Возможны прямые заказы через издательство: 1) по почте **наложенным платежом**, для этого пришлите заявку по адресу: **129626, Москва, а/я 40** или **e-mail: sfera@cnt.ru**; 2) курьерской доставкой по Москве, заявку сделайте по тел.: (495) 656-72-05, 656-75-05.

На сайте открыток www.apcards.ru

- ♦ Узнайте о вышедших новинках и имеющемся ассортименте.
- ♦ Сделайте заказ на наглядные пособия и открытки издательства. Сумма заказа должна быть не менее 10 000 рублей, при этом вы выиграете в цене, так как цены на сайте открыток оптовые. Заказы на меньшие суммы возможны через издательство: курьерской доставкой по Москве или самовывозом из магазина по адресу: Москва, ул. Сельскохозяйственная, д. 18, корп. 3 (м. Ботанический сад). Заявку сделайте по тел.: (495) 656-72-05, 656-75-05.

На сайтах журналов www.udou.ru, www.vdou.ru, www.mrdou.ru, www.logoped-sfera.ru

- ♦ Узнайте о вышедших номерах журналов, познакомьтесь с их содержанием.
- ♦ Загляните в архив журналов, воспользуйтесь указателем статей.
- ♦ Бесплатно скопируйте размещенные на сайтах материалы.

В ближайших планах:

- ♦ Сделать более удобным оптовые заказы на всю продукцию издательства. Для этого на сайте www.apcards.ru разместить информацию о всей продукции издательства «ТЦ Сфера».
- ♦ Создать единый сайт для всех подписных изданий.
- ♦ Усовершенствовать сайт www.tc-sfera.ru: сделать возможным отправку по запросу сертификата о публикации; открыть странички авторов с возможностью задавать им вопросы и общаться напрямую с ними.
- ♦ Создать раздел, посвященный семинарам и курсам повышения квалификации.

**ПРИСЫЛАЙТЕ ВАШИ ПОЖЕЛАНИЯ
ПО РАБОТЕ НАШИХ САЙТОВ!
ЖЕЛАЕМ УСПЕХОВ!**

Актуально!

Рекомендуем ознакомиться на сайте tc-sfera.ru с обсуждением внедрения ФГОС дошкольного образования!

Издательство «ТЦ СФЕРА» представляет книги серии «От рождения до трех»



ВЕСЕЛЫЕ ЛОШАДКИ Стихотворные игры для детей 2—3 лет. Методическое пособие

Автор — Савельева Е.А.

В книге представлены веселые стихотворные игры для детей 2—3 лет, органично сочетающие в себе простые логопедические упражнения и гимнастику для пальчиков. Данные игры служат средством стимуляции активности коры головного мозга, способствуют развитию мышления и могут использоваться на занятиях с детьми более старшего возраста.



ИГРАЮТ НЕПОСЕДЫ Игры и упражнения для детей от 1,5 до 3 лет. Методическое пособие

Автор — Литвинова М.Ф.

В книге представлены развивающие и познавательные игры, построенные на основе двигательного опыта детей, имеющих у них представлений и знаний об окружающем мире. На страницах пособия автор делится с читателями радостью от игры с малышами; рассказывает, как в процессе игровой деятельности мы — взрослые должны дарить им свои знания, внимание, любовь и дружбу.



ИГРОВЫЕ ЗАНЯТИЯ С ДЕТЬМИ 1—2 ЛЕТ Учебно-методическое пособие

Автор — Колдина Д.Н.

В книге содержатся 32 игровых развивающих занятия для детей 1—2 лет с сентября по май. Представленные занятия проводятся только в игровой форме, а задания объединены общей темой. Они позитивно настраивают детей, приучают их к самостоятельности, различным играм, помогают полностью раскрыться и познать окружающий мир, развивают восприятие, мышление, внимание, память, формируют навыки культурного поведения и др.



ИГРОВЫЕ ЗАНЯТИЯ С ДЕТЬМИ 2—3 ЛЕТ Методическое пособие

Автор — Колдина Д.Н.

В книге содержатся 36 игровых развивающих занятий для детей 2—3 лет с сентября по май. Представленные в данной книге занятия проводятся только в игровой форме, а задания объединены общей темой. Они позитивно настраивают детей, приучают их к самостоятельности, игре в различные игры, помогают каждому ребенку полностью раскрыться и познать окружающий мир, развивают восприятие, мышление, внимание, память, формируют навыки культурного поведения.



ИГРЫ С ДЕТЬМИ РАННЕГО ВОЗРАСТА Учебно-методическое пособие

Сост. М.А. Аралова

В пособии представлены теоретические и практические материалы, раскрывающие особенности воспитания и психического развития детей раннего возраста. Предложены игры и занятия, формирующие познавательную активность, восприятие и мышление, речевое развитие, коммуникативные навыки. Адресовано методистам, воспитателям и другим специалистам ДОУ, родителям, а также всем, кто интересуется вопросами дошкольной педагогики.



ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА ДЛЯ ДЕТЕЙ ПЕРВОГО ГОДА ЖИЗНИ

Учебно-методическое пособие

Авт.-сост. — Т.А. Максименко, Л.С. Вакуленко

Цель данного методического пособия — сформировать у читателей представления о возрастных рамках двигательного развития ребенка первого года жизни, а также ознакомиться с путями преодоления моторных расстройств средствами кинезитерапии. Для родителей детей раннего возраста, специалистов и воспитателей ДОУ и коррекционных образовательных учреждений.



РАЗВИВАЕМ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА Современные проблемы и их решение в ДОУ и семье. Методическое пособие

Автор — Печора К.Л.

В пособии рассматриваются актуальные проблемы развития и воспитания детей раннего возраста в условиях дошкольного учреждения и семьи, методы диагностики и коррекции. Представлены методические разработки проведения занятий по сенсорике, развитию речи, конструированию с детьми раннего и дошкольного возраста.



СОЛНЫШКО НА ЛАДОШКЕ Пальчиковые и жестовые игры для детей от 0 до года. Методическое пособие

Автор — Савельева Е.А.

Данная книга представляет собой уникальное сочетание телесной и эмоциональной игровой терапии для детей первых лет жизни. Здесь собраны увлекательные авторские игры, которые можно проводить с малышами с первого месяца жизни. Через прикосновения, речевое и эмоциональное воздействие в форме веселой пальчиковой и жестовой игры помочь укрепить мышечный аппарат, рано заговорить, развить мышление, эмоциональную сферу и др.

**Издательство «ТЦ СФЕРА» представляет
новое издание книг программы
«Детский сад — Дом радости»**



ДЕТСКИЙ САД — ДОМ РАДОСТИ
Примерная основная
общеобразовательная программа
дошкольного образования

Авторы — Крылова Н.М., Тимошенко Л.В.

Настоящая программа представляет один из вариантов проектирования содержания дошкольного уровня образования в соответствии с ФГТ к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования, проектом стандарта дошкольного образования и отражает авторскую концепцию целостного, комплексного, интегративного подхода к воспитанию дошкольника как индивидуальности.



МОНИТОРИНГ ДОСТИЖЕНИЯ ДЕТЬМИ
ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ
ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ
«ДЕТСКИЙ САД — ДОМ РАДОСТИ»

Авторы — Крылова Н.М., Тимошенко Л.В.

В пособии раскрываются теоретические и технологические основы мониторинга оценки результатов образования дошкольников в соответствии с основной общеобразовательной программой «Детский сад — Дом радости», определены и сформулированы направления мониторинга, критерии и показатели в соответствии с требованиями Программы, представлены подробная качественная и количественная характеристики показателей достижения детьми результатов ее освоения. Данное пособие создано с целью оказания методической помощи педагогам ДОО в разработке собственной системы мониторинга.



ДЕТСКИЙ САД — ДОМ РАДОСТИ
Методические комментарии
к примерной основной
общеобразовательной программе
дошкольного образования

Автор — Крылова Н.М.

Методические комментарии к примерной основной общеобразовательной программе дошкольного образования «Детский сад — Дом радости» раскрывают структуру, последовательность осуществления, информационное, технологическое и ресурсное обеспечение образовательного процесса, целостного, комплексного, интегративного подхода к воспитанию дошкольника как индивидуальности.



Созвездие подписных изданий для дошкольного образования!

*На наши журналы можно подписаться
с любого месяца!*

2014 1-е полугодие	Индексы в каталогах		
	Роспе- чать	Пресса России	Почта России
Комплект: «Управление ДОУ» с приложением; «Методист ДОУ», «Инструктор по физкультуре», «Медработник ДОУ»; Рабочие журналы для: — воспитателя группы детей раннего возраста — воспитателя детского сада — заведующего детским садом — инструктора по физической культуре — музыкального руководителя детского сада — педагога-психолога — старшего воспитателя — учителя-логопеда	36804 Подписка только в первом полугодии	39757 (без рабочих журналов)	10399 (без рабочих журналов)
«Управление ДОУ» с приложением и один выпуск «Методист ДОУ»	82687		
«Управление ДОУ»	80818		
«Медработник ДОУ»	80553	42120	
«Инструктор по физкультуре»	48607	42122	
«Воспитатель ДОУ» с библиотекой	80899	39755	10395
«Воспитатель ДОУ»	58035		
«Логопед» с библиотекой и учебно-игровым комплектом	18036	39756	10396
«Логопед»	82686		

Чтобы подписаться на все издания для специалистов дошкольного воспитания Вашего учреждения, Вам потребуется **три индекса:**

36804, 80899, 18036 — Роспечать

Подписаться на наши издания можно по каталогам
«РОСПЕЧАТЬ», «ПРЕССА РОССИИ», «ПОЧТА РОССИИ»

Если Вы не успели подписаться на наши издания, то можно заказать их по почте наложенным платежом по **адресу:** 129626, Москва, а/я 40.

Тел.: (495) 656-75-05, 656-72-05, (499) 181-34-52;

по **E-mail:** sfera@cnt.ru; в **интернет-магазине:** www.tc-sfera.ru

В СЛЕДУЮЩЕМ НОМЕРЕ

- ♦ Подвижные игры и зимние забавы для детей дошкольного возраста
- ♦ Степ-аэробика в детском саду
- ♦ Физкультурные праздники с родителями
- ♦ Современные подходы к физическому воспитанию дошкольников
- ♦ Игровые и сюжетные занятия по физкультуре

Уважаемые коллеги!

Проверьте, все ли номера наших журналов имеются в библиотеке вашего учреждения. Можно заказать наложенным платежом предыдущие номера журналов и приложений к ним. В заявке укажите свой точный индекс, адрес, наименование журнала. (Количество журналов ограничено.)



«ИНСТРУКТОР ПО ФИЗКУЛЬТУРЕ»
2013, № 8 (35)

Научно-практический журнал
ISSN 2220-1467

Журнал издается с 2008 г.

Выходит 8 раз в год: с февраля по май, с сентября по декабрь

Учредитель и издатель
Т.В. Цветкова

Главный редактор
М.Ю. Парамонова

Литературный редактор
А.А. Сахаров

Оформление, макет
Т.Н. Полозовой

Дизайнеры обложки
В. Чемякин, М.Д. Котова

Корректоры
Г.Н. Кузьмина, Л.Б. Успенская

Фото на обложке
Е.В. Кустаровой

Точка зрения редакции может не совпадать с мнениями авторов. Ответственность за достоверность публикуемых материалов несут авторы.

Редакция не возвращает и не рецензирует присланные материалы.

При перепечатке материалов и использовании их в любой форме, в том числе в электронных СМИ, ссылка на журнал «Инструктор по физкультуре» обязательна.

Журнал зарегистрирован в Федеральной службе по надзору в сфере массовых коммуникаций, связи и охраны культурного наследия.

Свидетельство ПИ № ФС77-28787
от 13 июля 2007 г.

Подписные индексы в каталогах:

«Роспечать» — 48607, 36804
(в комплекте), «Пресса России» — 42122, 39757 (в комплекте),
«Почта России» — 10399 (в комплекте)

Адрес редакции:

Москва, ул. Сельскохозяйственная, д. 18,
корп. 3. Тел./факс: (495) 656-70-33, 656-73-00.

Почтовый адрес:

129626, Москва, а/я 40.

E-mail: dou@tc-sfera.ru; www.tc-sfera.ru

www.udou.ru

Рекламный отдел:

Тел.: (495) 656-75-05, 656-72-05

Номер подписан в печать 20.11.13.

Формат 60×90^{1/16}. Усл. печ. л. 8. Тираж 5200 экз.
Заказ №

© Журнал «Инструктор по физкультуре», 2013

© ООО «ТЦ СФЕРА», 2013

© Цветкова Т.В., 2013



4 607091 440270



0 0034



Инструктор по физкультуре

НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

УЧИМСЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМИ



**Не забудьте подписаться
на свой профессиональный журнал!**



Подписные индексы в каталогах:

«Роспечать» — 48607; 36804 (в комплекте)
«Пресса России» — 42122; 39757 (в комплекте)
«Почта России» — 10399 (в комплекте)

Наш адрес: Москва, Сельскохозяйственная ул., д. 18, к. 3
Тел.: (495) 656-7505, 656-7255. E-mail: dou@tc-sfera.ru
www.tc-sfera.ru, udou.ru