

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сада № 23 городского округа-город Камышин

Рассмотрена на заседании

педагогического совета

протокол от 30.08.2022г. №1

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий МБДОУ Дс № 23

И.О.Малявина



Пр.№ 137-о от «30» августа 2022г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

организации деятельности по образовательной области «Физическое развитие». Кружок «Наш девиз – здоровью «ДА!»

с детьми 6-7 лет, подготовительной к школе группы №5 компенсирующей направленности

разработана на основе основной образовательной программы дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 23 городского округа-город Камышин

срок реализации программы (учебный год) – с 01.10.22г. по 31.05.23г.,
одногодичная

Воспитатель

Левченко Любовь Ивановна

Содержание

1. Пояснительная записка
2. Актуальность программы
3. Цель, задачи программы
4. Пути реализации программы
5. Принципы реализации
6. Педагогические средства
7. Структура программы
8. Взаимодействие с родителями
9. Планируемые результаты освоения программы
10. Учебно-тематическое планирование
11. Диагностика
12. Уровни освоения программы
13. Табель посещаемости кружка
14. Список используемой литературы
15. Результативность работы кружка

Пояснительная записка

В период дошкольного детства у ребенка закладываются основы здоровья, всесторонней двигательной подготовленности и гармонического физического развития. Поэтому проблему здоровья следует рассматривать в широком социальном аспекте. Основная направленность программы «Наш девиз – здоровью «ДА!»» - сохранение и укрепление здоровья детей. Кружок проводится 1 раз в неделю, 16-00 (в зависимости от смены педагога), продолжительностью 30 минут, во вторую половину дня. В начале и конце учебного года с детьми, посещающими кружок, проводится диагностика, сравниваются результаты на начало и на конец учебного года, делается вывод об усвоении программного материала.

Особенность кружковой работы заключается в том, что данная деятельность представляет систему увлекательных дидактических игр и упражнений для детей, тем самым помогает качественному усвоению программных задач детьми. Организуя деятельность на основе интересов, потребностей и склонностей детей, тем самым стимулирую желание детей заниматься физическими упражнениями. Особое внимание при проведении кружковой работы уделяю часто болеющим ОРЗ детям и с ослабленным иммунитетом.

Актуальность программы

Исследования, проведенные НИИ гигиены и охраны здоровья детей, научным центром здоровья детей, академией медицинских наук, показывают, что состояние здоровья детей России за последнее время резко ухудшилось, а число здоровых дошкольников составляет всего около 10%. Поэтому

сохранение и укрепление здоровья дошкольников – одна из актуальнейших проблем нашего времени. На состояние здоровья наших детей оказывает существенное влияние неблагоприятные социальные факторы, экологические, климатические условия, а именно:

- наследственность;
- неблагоприятная экологическая обстановка;
- электронно-лучевое и «металло -звук», облучение детей (компьютерные игры, длительное пребывание перед телевизором, постоянно звучащая громкая музыка) ;
- образ жизни (который оказывает наибольшее влияние на состояние здоровья) .

Отклонения в опорно- двигательном аппарате, являющиеся первопричиной многих болезней, которые не поддаются медикаментозному лечению оказывают не менее серьезное влияние на здоровье и развитие ребенка. Наблюдая за детьми в свободной деятельности, я обратила внимание на то, что у некоторых детей неправильная осанка, быстро наступает усталость стоп, дети часто и долго болеют, что является развитию сколиоза и плоскостопия, нарушению функций организма. На такие мелочи родители не всегда обращают внимание. Именно сейчас, когда ребенок активно растет, а нога и позвоночник испытывают нагрузки, начинается их нарушение. Понимая необходимость совершенствования процесса профилактики плоскостопия и нарушения осанки, укрепление здоровья у дошкольников, в целях укрепления опорно-двигательного аппарата детей дошкольного возраста, я разработали программу физкультурно- оздоровительного кружка «Наш девиз – здоровью «ДА!»»

Данная программа обеспечивает сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.

Цель программы

Выявление тех механизмов и методов, с помощью которых можно организовать физическое воспитание таким образом, чтобы оно обеспечивало ребенку гармоничное развитие, укрепления здоровья и повышения его уровня, приобщение детей к физической культуре.

Задачи программы

Оздоровительные

1. Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей.
2. Совершенствование функций организма, повышение его защитных свойств и устойчивости к различным заболеваниям.
3. Формирование правильной осанки и укрепление всех групп мышц, содействие профилактике плоскостопия.

Образовательные

1. Создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности.
2. Развивать двигательные способности детей и физических качеств (быстрота, сила, выносливость, гибкость, подвижность в суставах, ловкость).

3. Формировать у детей умения и навыки правильного выполнения движений.

Воспитательные

1. Воспитание потребности в здоровом образе жизни
2. Воспитывать положительные черты характера.
3. Воспитывать чувство уверенности в себе.

Пути реализации программы

1. Консультации с старшей медсестрой ДОУ.
2. Поиск информации в специальных источниках (медицинская литература по профилактике сколиоза и нарушениям плоскостопия, по оздоровлению детей; методическая литература по проведению НОД по физическому развитию детей в детском саду).

Принципы реализации программы

1. Принцип индивидуальности.
2. Принцип доступности.
3. Принцип систематичности.
4. Принцип активности, самостоятельности, творчества.
5. Принцип последовательности.
6. Принцип эмоционального благополучия каждого ребенка.
7. Принцип научности.
8. Принцип оздоровительной направленности.

Педагогические средства

1. НОД в игровой форме.
2. Подвижные игры.
3. Беседы.
4. Физкультминутки.
5. Профилактические и оздоровительные упражнения.
6. Игровые занимательные задания.
7. Художественно-литературный материал.

Структура программы

Комплектование группы детей для занятий в физкультурно-оздоровительном кружке «Наш девиз – здоровью «ДА!»» проводится с учетом общего функционального состояния детей старшего дошкольного возраста, данных медицинского осмотра врачей-специалистов, педиатра (изучение медицинских карт воспитанников).

Программа рассчитана на 32 занятия, они проводятся с учетом предусмотренного учебного плана.

Занятия проводятся с октября по май 1 раз в неделю по 25 минут, во второй половине дня, когда дети не заняты на основных программных занятиях.

В структуру оздоровительных занятий тесно вплетены различные виды деятельности: двигательные упражнения, основные виды движения (ходьба, прыжки, оздоровительный бег, упражнения на равновесие и т. д., дыхательная гимнастика, разнообразные виды самомассажа, упражнения на релаксацию.

Способ организации детей на занятии в физкультурно-оздоровительной группе зависит от поставленной цели и задач каждого занятия. На занятиях используются три основных способа организации детей: фронтальный, групповой, индивидуальный.

Методика составления комплексов оздоровительных занятий состоит из трех частей. В подготовительную часть включают общеразвивающие и корригирующие упражнения, соответствующие нарушению осанки и коррекции плоскостопия. Темп выполнения – медленный, умеренный, средний, дозировка 6-8 повторений. В основную часть входят упражнения из положения лежа на спине, на боку, животе, сидя и стоя. Дозировка упражнений зависит от самочувствия. Все упражнения обязательно выполняются в обе стороны. Заключительная часть состоит из упражнений на расслабление (релаксация, подвижные игры).

С целью закаливания стоп и профилактики плоскостопия, укрепления организма детей во время оздоровительных занятий дети занимаются босиком.

Для эмоционального комфорта во время организации и проведения двигательной активности детей способствует музыкальное сопровождение физкультурно-оздоровительных занятий.

Создание полноценной физкультурно-оздоровительной среды для работы по профилактике опорно-двигательного аппарата у дошкольников, предусматривает наличие оборудования и инвентаря, способствующего формированию осанки, укреплению мышц стопы и оказывающего положительное влияние на формирование сводов стопы (ребристые и наклонные доски, гимнастическая стенка, обручи, мячи, скакалки, гимнастические палки, батут, специальные тренажеры и т. д.)

Таким образом, акцент в оздоровительной работе программы кружка «Азбука здоровья» делается на повышение сопротивляемости организма к ОРВИ, профилактику плоскостопия и нарушений осанки у детей.

Взаимодействие с родителями

Взаимоотношения с родителями строятся на основе родительского договора. Процесс физкультурно-оздоровительной совместной работы с семьей включает:

1. Ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в ДООУ, направленной на физическое, психическое и социальное развитие ребенка.
2. Результаты диагностики состояния здоровья ребенка и его психомоторного развития доводятся до сведения каждого родителя. Отмечаются сильные и слабые стороны развития, намечаются пути оказания помощи в укреплении здоровья, физического развития и дальнейшего его совершенствования. К разговору с родителями привлекаются медицинские работники детского сада.
3. Обучение родителей конкретным приемам и методам оздоровления (дыхательная гимнастика, самомассаж, разнообразные виды закаливания и т. д.).

4. Ознакомление родителей с лечебно-профилактическими мероприятиями, проводимыми в ДОУ, обучение отдельным нетрадиционным методам оздоровления детского организма.

Работа по просвещению родителей проводится на основании опроса.

Выявляются следующие группы родителей:

1 группа- родители обладают достаточным объемом знаний по проблемам воспитания и образования, по проблемам здоровья ребенка.

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

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

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

- информация для родителей на стендах, папках-передвижках, консультации;
- инструктивно-методические занятия по профилактике нарушений осанки, деформации стопы;

- «открытые дни» для родителей с просмотром разнообразных занятий в физкультурном зале, закаливающих лечебных процедур;

- физкультурные досуги и праздники с участием родителей;

Планируемые результаты освоения программы

1. Повышение уровня физического, психического здоровья детей.

2. Снижение количества дней, пропущенных одним ребенком по болезни.

3. Увеличение детей, вовлеченных в профилактические мероприятия.

4. Усвоение программы.

5. Развитие общей и мелкой моторики.

6. Положительный результат темпов прироста физических качеств.

7. Скоординированность действий педагога и специалиста в физкультурно-оздоровительной работе с детьми.

8. Повышение активности родителей в совместной работе по укреплению здоровья детей.

Диагностика

Методики тестирования

Метод тестирования нарушения осанки

а) Для контроля эффективности занятий были использованы тесты на статическую мышечную выносливость, предложенные И. Д. Ловейко
тест для мышц шеи:

И. П. – лежа на спине, руки вниз

1 – приподнять голову и шею, смотреть на носки и зафиксировать положение.

Тест для мышц живота:

И. П. – лежа на спине, руки вниз

1 – поднять ноги до угла 45° и зафиксировать положение.

Тест для мышц спины:

И. П. – лежа на животе, руки вверх

1 – прогнувшись и зафиксировать положение

б) Для определения подвижности позвоночника использована методика, разработанная научными сотрудниками научно-исследовательского института детской ортопедии им. Г. И. Турнера (г. Санкт-Петербург) О. С. Байловой и К. Ф. Зеңкевич:

И. П. – стоя на скамейке, стопы параллельно.

1 – наклон вперед, не сгибая ног в коленях (измеряется с помощью линейки в сантиметрах – 0 от скамейки) .

Метод тестирования для выявления плоскостопия

Для выявления плоскостопия у детей посещающих ДОУ тест проводится при помощи плантографа.

Плантограф – это деревянная рамка (высотой 2 см. и размером 30*30 см., на которую натянуто полотно или мешковина) и сверху него полиэтиленовая пленка. Полотно смачивается штемпельной краской или чернилами для авторучек, на окрашенную сторону кладется лист бумаги, на котором написано Ф. И. ребенка, группа, дата обследования. Ребенок становится обеими ногами на середину рамки (на бумагу, при этом на бумаге остаются отпечатки стопы – плантограмма.

Оценка плантограммы: заключение о состоянии свода стопы делится на основании расположения двух линий, проведенных на отпечатке. Первая линия соединяет середину пятки со вторым межпальцевым промежутком. Вторая линия проводится от середины пятки до середины основания большого пальца (смотреть приложение).

Если контур отпечатка стопы в срединной части не перекрывает эти линии – стопа нормальная. Если первая линия проходит внутри отпечатка – уплощение свода стопы. Если оба контура расположены внутри контура отпечатка – стопа плоская. Дети с неправильно сформированной стопой, направляются на консультацию к ортопеду.

Учебно-тематическое планирование кружка «Наш девиз – здоровью «ДА!»

Месяц	Тема образовательной деятельности и цель.	Структура занятия	Работа с родителями
Сентябрь	<u>1.Диагностическое обследование детей.</u>		Консультация «Что такое нарушение опорно-двигательного аппарата»
Октябрь	<u>1.«Береги свое здоровье»</u> Цель: Развитие умения	1. Комплекс гимнастики «Утята» 2. П/И «Сделай	

	сохранять правильную осанку во время ходьбы.	фигуру» 3. Упражнение регулирующий мышечный тонус «Дерево»	
	<u>2. «Почему мы двигаемся? »</u> (познавательное) <u>Цель:</u> Дать понятие об опорно-двигательной системе.	1.Беседа. 2. Комплекс с гимнастической палкой. 3. П/И «Ловишки» 4. Релаксация «Лес»	
	<u>3. «Путешествие в страну Здоровья»</u> <u>Цель: Дать представления о здоровье и здоровом образе жизни.</u>	1. Стих «Знай своё тело» 2. Ходьба по дорожкам для осанки и стоп. 3. Комплекс «Матрешки» 4. П/И «Удочка»	Консультация «Растим детей здоровыми, крепкими и жизнерадостными»
	<u>4. «Ловкие ребята»</u> <u>Цель:</u> Совершенствовать двигательную систему, формировать правильную осанку.	1. Комплекс корригирующей гимнастики. 2. Самомассаж «Нарисуем ёлочку» 3. П/И «Мы весёлые ребята» 4. Упражнение «В лесу»	
Ноябрь	<u>1.«Что я знаю о себе?»</u> <u>Цель: Чем больше мы узнаём о себе, тем лучше будем заботиться о себе.</u>	1.Беседа. 2.Упражнения с массажными мячиками. 3.Упражнения для правильной осанки «Найди правильный след» 3.Упражнения для профилактики плоскостопия	Оформление папки передвижки «Игры и упражнения с нарушением осанки»

		«Полоса препятствий» 4. П/И «Хитрая лиса»	
	<u>2. Физкультурный праздник «Милости просим на праздник в гости»</u> <u>Цель: Повысить эмоциональный уровень детей, дать возможность детям проявлять себя.</u>	1. Упражнения на ловкость «Пробежать под верёвкой» 2. Игры-эстафеты «Собери листочки» «Собери грибочки» 3. П/И «Мы весёлые ребята», «Кто лучше прыгнет?» 4. Хоровод «Осень»	
	<u>3. «Вот так ручки»</u> <u>Цель: Сформировать потребность к здоровому образу жизни.</u>	1. Разминка в виде самомассажа (плечевых суставов, спины, коленных суставов, ступней) 2. П/И «Мышеловка» 3. Д/И «Что такое хорошо, что такое плохо?» 4. Расслабление в позе полного отдыха, лежа на спине.	Предложить родителям понаблюдать дома за детьми. Соблюдение правильной позы при сидении за столом.
	<u>4. «Весёлая зарядка»</u> <u>Цель: Формировать умения осознанно выполнять движения.</u>	1. Упражнение «Встань правильно» 2. Игровое упражнение «Найди правильный след» 3. П/И «Парный бег» 4. Игра «Ровным кругом»	Консультация «Физическая культура вашего малыша»
Декабрь	<u>1. «Научим Незнайку»</u> <u>Цель: Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.</u>	1. Разновидности ходьбы и бега. 2. Упражнения «Ровная спина» 3. Упражнения «Здоровые ножки» 4. Самомассаж 5. Релаксация «Отдыхаем»	Беседа на тему «Как приучить ребенка делать зарядку»
	<u>2. «Зачем носик</u>	1. Стихотворение Ю.	Консультация

	<u>малышам?»</u> <u>Цель: Раскрыть значение органа, сформировать рекомендации по охране.</u>	Прокопович 2. Беседа-рассуждение 3. Упражнения дыхательной гимнастики Стрельниковой 4.Релаксация «Ветерок»	старшей медсестры ДОУ «Насморк и как с ним бороться»
	<u>3. «Ребята и зверята»</u> <u>Цель: Формировать выразительность и грациозность движений.</u>	1. Ходьба со сменой темпа и сохранением осанки. 2. Ритмический танец «Забавные зверята» 3. Гимнастический комплекс с элементами корригирующей гимнастики. 4. Релаксация под звучание музыки.	
	<u>4. «Если хочешь быть здоров – занимайся!»</u> <u>Цель: Развивать физические качества: быстроту, силу, выносливость.</u>	1. П/И «Пустое место» 2. Упражнение «Бег по кругу» 3. Упражнения для укрепления осанки 4. Релаксация «Снег»	Мастер-класс «Упражнения для укрепления здоровья детей»
Январь	<u>1.«Идём на прогулку»</u> <u>Цель: Продолжать работу по укреплению здоровья и закаливанию организма.</u>	1.Игровое упражнение «Допрыгни до сосульки» 2. «Скользим по ледяной дорожке» 3.П/И «Охотники и зайцы», «Попади в цель» 4. Релаксация «Снег»	Консультация «Закаливающие процедуры-воздушные, солнечные, водные»
	<u>2. «Весёлая игротека»</u> <u>Цель: Воспитывать стремление участвовать в играх, соревноваться,</u>	1. Упражнение «Встань правильно» 2. Игровое упражнение «Найди правильный след»	

	<u>добиваться цели.</u>	3. П/И «Выше ноги от земли» 4. Игра «Ровным кругом»	
	3. <u>«Незнайка в стране здоровья»</u> <u>Цель:</u> <u>Совершенствовать культурно-гигиенические навыки, формировать осанку.</u>	1. Беседа «Соблюдаем правила личной гигиены» 2. Разновидности ходьбы и бега. 3. Упражнения «Здоровые ножки шагают по дорожкам» 4. Самомассаж 5. Релаксация «Отдыхаем»	
	4. <u>«Путешествие в сказку»</u> <u>Цель: В процессе физкультурно – оздоровительной работы развивать физические, психические, нравственные качества.</u>	1. Упражнения дыхательной гимнастики «Паровозик» 2. Комплекс корригирующей гимнастики 3. Упражнения для равновесия и укрепления мышц спины. 4. П/И «С кочки на кочку»	Дни открытых дверей. Просмотр занятий по работе кружка «Наш девиз – здоровью «ДА!»»
Февраль	1. <u>«Мы весёлые ребята»</u> <u>Цель: Закрепление правильной осанки</u>	1. Упражнения «Бег по кругу», «Быстро в колону» 2. Упражнение в равновесии «По мостику». 3. П/И «Мы весёлые ребята» 4. Игра малой подвижности «Найди и промолчи»	Консультация «Учим ребенка следить за своим здоровьем»
	2. <u>«Если хочешь быть здоров- закаляйся»</u>	1. Игровое упражнение	Оформление ширмы

	<u>Цель: Продолжать работу по укреплению здоровья, закаливанию организма (воздушное закаливание).</u>	«Пингвины». 2. Комплекс гимнастики 3. Упражнения «Проползи и не задень», «Дотянись до колокольчика» 4. П/И «Мышеловка»	«Закаливание естественными средствами»
	<u>3. «Мы солдаты»</u> <u>Цель: Продолжать развивать физические качества, воспитывать патриотизм.</u>	1. Комплекс упражнений «Веселая маршировка» 2. Упражнение «Проползи и не задень», «Попади в цель» 3. «Весёлые эстафеты» 4. П/И «Затейники» 5. Самомассаж «Рисунок на спине»	День открытых дверей.
	<u>4. «Шар воздушный надувной я люблю играть с тобой»</u> <u>Цель: Расширять представление о важных компонентах здоровья.</u>	1. Дыхательная гимнастика «Надуем шары» 2. Упражнения на фитбол-мяче 3. Упражнение «Закати мяч в ворота» 4. П/И «Мяч водящему» 5. Релаксация «Шарик»	
Март	<u>1. КВН «А ну-ка, девочки!»</u> <u>Цель: Воспитывать стремление участвовать в играх-эстафетах, желание побеждать.</u>	1. Ходьба с различным выполнением заданий. 2. Упражнение «Пройди через болото» 3. Игры-эстафеты 4. П/И «Не оставайся на полу»	Ознакомительная беседа «Схема комплекса закаливающих процедур в весенний период»

		5. Релаксация «Цветочек»	
	<u>2. «В гостях у Петрушки»</u> <u>Цель: Продолжать совершенствовать двигательные умения и навыки.</u>	1. Упражнение «Строевые упражнения» 2. Ритмический танец «Аэробика» 3. Самомассаж стоп (нестандартное оборудование) 4. П/И «Хитрая лиса» 5. Самомассаж «Нарисуем ёлочку»	Оформление папки передвижки «Упражнения для профилактики и коррекции плоскостопия»
	<u>3. «Растём сильными и ловкими»</u> <u>Цель: Развивать психофизические качества, координацию движений, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.</u>	1. Беседа «Полезные и вредные продукты для здоровья» 2. Упражнения с мячом «Ловкие ребята» 3. Игровые задания «Попади в корзину», «На одной ножке по дорожке», «Не упали в ручей». 4. П/И «Ловишки» 5. Релаксация «Ветерок»	Консультация «Зарядка-это весело»
	<u>4. «Игрище»</u> <u>Цель: Развивать интерес к русским народным играм.</u>	1. Комплекс дыхательной гимнастики 2. Игровые упражнения «Сей кеглю», «Пробеги и не задень» 3. П/И «Гори, гори ясно!», «Золотые ворота» 4. Психогимнастика «Слушай хлопки»	

Апрель	<u>1.«Чтобы сильным быть и ловким, всем нужна нам тренировка»</u> <u>Цель: Воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования.</u>	1. Упражнение разминка «Дышите – не дышите» 2. Комплекс упражнений для профилактики плоскостопия 3. Игры-эстафеты «Дорожка препятствий», «Кто быстрее?» 4. П/И «Гуси-лебеди» 5. Психогимнастика «Тень»	Выставка рисунков выполненных дома на тему: «Что любит наш организм?»
	<u>2. «Будь здоров!»</u> <u>Цель: Продолжать формировать умения осознанно выполнять движения, добиваться положительного результата.</u>	1. Игра на преодоление двигательного автоматизма «Реченька» 2. Комплекс пластической гимнастики 3. Упражнения «Не упади в ручей», «Перешагни не задень» 4. П/И «Затейники»	Выставка рисунков выполненных дома на тему: «Какие продукты вредят нашему организму?»
	<u>3. «Волшебные полянки»</u> <u>Цель: Учить детей легко выполнять упражнения, поддерживать интерес к спортивным играм.</u>	1. Самомассаж стоп. «Дорожки здоровья» 2. Танец «Маленьких утят» 3. Упражнения с массажными мячами. 4. Упражнения «Попади в корзину», «Перешагни не задень» 5. П/И «Бездомный заяц» 6. Релаксация «Спокойный сон»	Консультация «Учим детей осознанно относиться к своему здоровью»

	<u>4. День здоровья</u> <u>«Путешествие в Спортландию»</u> <u>Цель: Показать физические и морально-волевые качества, дружеские взаимоотношения.</u>	1. Народная игра «Золотые ворота» 2. Игры-эстафеты «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в корзину», «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?» 3. П/И «Выше ноги от земли», «Караси и щука» 4. Психогимнастика «Сделай фигуру»	
Май	<u>1. КВН «Я здоровье берегу – быть здоровым я хочу»</u> <u>Цель: Формировать привычку к здоровому образу жизни, через осознанное отношение к своему здоровью.</u>	Задания и конкурсы. 1. «Мой додыр» 2. «Выбери вкусные и полезные продукты» 3. «Дорожка препятствий» 4. «Весёлые соревнования» 5. Релаксация «Цветок»	Подведение итогов конкурса «Нестандартное оборудование своими руками»
	<u>2. «Короб чудес»</u> <u>Цель: Закрепление правильной осанки и коррекция плоскостопия</u>	1. Упражнения на выполнения строевых команд 2. Упражнения «Волшебные дорожки» 3. Комплекс упражнений для коррекции осанки 4. П/И «Мышеловка», «Удочка» 5. Самомассаж «Нарисуем ёлочку»	Дни открытых дверей с просмотром работы кружка.

	<u>3. «Мы уже не малыши!»</u> <u>Цель: Развивать самостоятельность, формировать выразительность и грациозность движений.</u>	1. Ходьба с выполнением упражнений для стоп. 2. Комплекс гимнастики с лентами 3. Упражнение «Силачи» (мешочки с песком) 4. П/И «Карусель» 5. Упражнения на дыхание и расслабление «Цветок»	Анкетирование на тему «Ваше мнение о работе кружка «Азбука здоровья»
	<u>4. Диагностика</u>	Заключительная беседа «Зачем мы занимаемся физкультурой? »	Познакомить родителей с результатами диагностики

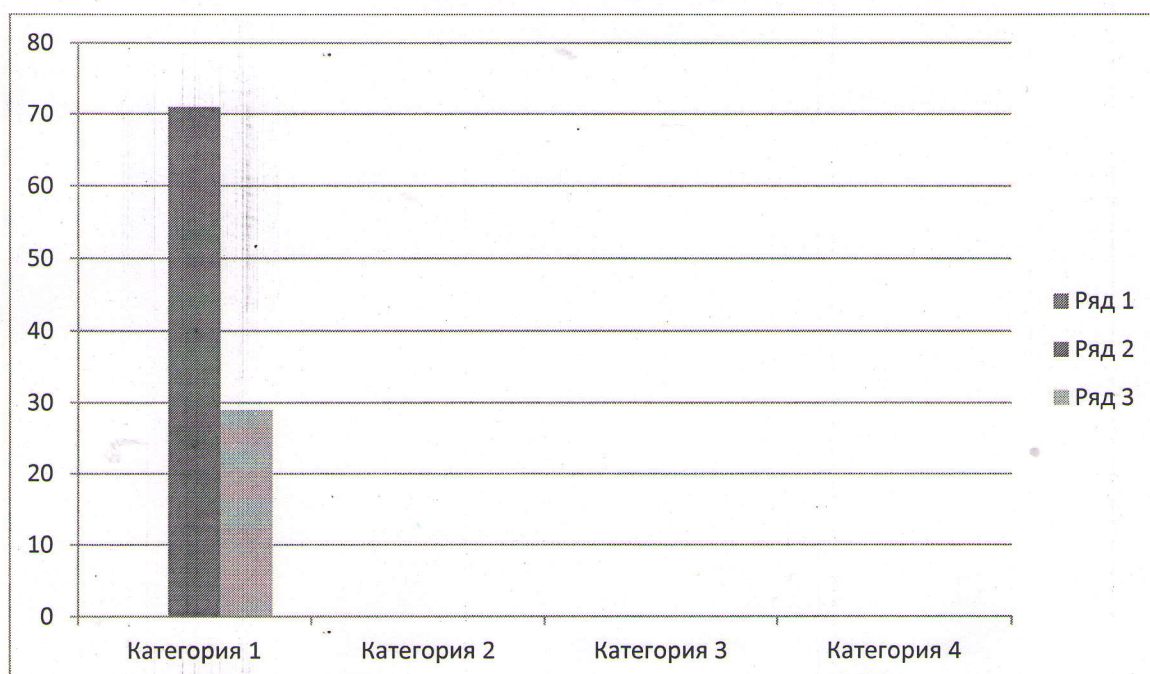
Уровни освоения программы кружковой работы «Наш девиз – здоровью «ДА!» с детьми подготовительной к школе группы №5 (по программе «Детство»)

Низкий. Неуверенно выполняет сложные упражнения. Не замечает ошибок других детей и собственных. Нарушает правила в игре, увлекаясь её процессом. С трудом сдерживает свои желания, слабо контролирует способ выполнения упражнений, не обращает внимание на качество движений, Интерес к физическим упражнениям низкий.

Средний. Правильно выполняет большинство физических упражнений, но не всегда проявляет должные усилия. Верно оценивает движения сверстников, иногда замечает собственные ошибки. Понимает зависимость между качеством выполнения упражнений и результатом, хорошо справляется с ролью водящего, правила не нарушает, но интереса к организации игр не проявляет.

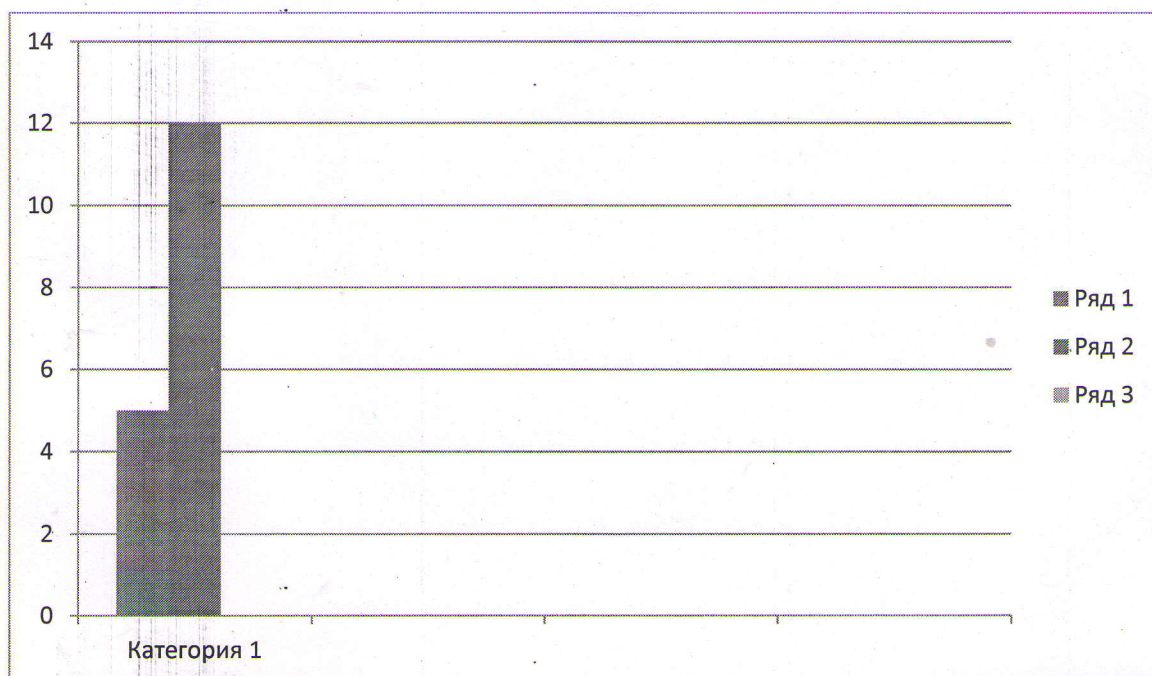
Высокий. Уверенно, точно в заданном темпе выполняет упражнения. Проявляет самоконтроль и самооценку. Стремиться к лучшему результату, осознаёт зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. Способен самостоятельно привлечь внимание и организовать знакомую игру. Интерес к физическим упражнениям высокий, стойкий.

Диагностическое обследование детей
в подготовительной к школе группе № 5 кружка
«Наш девиз – здоровью «ДА!»
(начало 2022-2023 учебного года)



В-0 детей- 0%
С- 12 детей- 71%
Н- 5 детей- 12%

Диагностическое обследование детей
в подготовительной к школе группе № 5
кружка «Наш девиз – здоровью «ДА!»
(конец 2022-2023 учебного года)



В-5 детей- 29%
С- 12 детей- 71%
Н- 0 детей- 0%

[illegible]

Диагностическая карта кружка «Наш девиз – здоровью «ДА!»»

Подготовительная к школе группа №5 за 2022-2023 учебный год.

№ п.п.	Дата обследования	Фамилия, имя ребенка	Качество выполнения упр.	Интерес к физическим упр.	Соблюдает правила игры	Умеет организовывать п/и	Нарушение осанки	Имеется плоскостопие	Итого
1		Васина Милана							
2		Денисов Демьян							
3		Дунаев Влад							
4		Очеретниченко Диана							
5		Мережкин Саша							
6		Зайков Костя							
7		Пугачёв Денис							
8		Журавлева Варвара							
9		Изотов Никита							
10		Хайдарова							

[illegible]

Список используемой литературы:

1. Алямовская В. Г. Как воспитать здорового ребенка. - М., 1983.
2. Алямовская В. Г. Технология разработки базовой и профильной оздоровительной программы // Дошкольное образование, 2005.
3. Антонов Ю. Е., Кузнецова М. Н., Саулина Т. Ф. Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология 21 века. - М., АРКТИ, 2001.
4. Беззубцева Г. В., Ермошина А. М. В дружбе со спортом: Конспекты занятий с детьми 5-7 лет в спортивном зале и сценарии спортивных праздников по мотивам детских сказок и мультфильмов. - М., Издательство ГНОМид, 2003.
5. Богина Т. Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. Методическое пособие. - М.: Мозаика-Синтез, 2005.
6. Бычкова С. С. Современные программы по физическому воспитанию детей дошкольного возраста. - М., АРКТИ, 2002.
7. Волошина Л. Организация здоровьесберегающего пространства. Дошкольное воспитание № 1 / 2004.
8. Волошина Л. Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников: Учебно-методическое пособие. - М.: АРКТИ, 2005.
9. Двигательные качества и методика их развития у дошкольников / Сост. Н. А. Ноткина. - СПб.: Образование, 1993.
10. Доронова Т. Н., Голубева Л. Г. и др. Из детства - в отрочество: Программа для родителей и воспитателей по формированию здоровья и развитию детей 4-7 лет. - М.: Просвещение, 2002.
11. Доскин В. А., Голубева Л. Г. Растем здоровыми. - М.: Просвещение, 2003.
12. Егоров Б. Оздоровительно-воспитательная работа с ослабленными детьми // Дошкольное воспитание № 12 / 2001, стр. 10.
13. Зарицова Т. П., Ушакова Т. А. Планирование оздоровительной работы // Управление Дошкольным Образовательным Учреждением, № 1 / 2004, стр. 32.
14. Змановский Ю. Ф. Воспитаем детей здоровыми. - М., Медицина, 1989.
15. Кожухова Н. Н., Рыжкова Л. А., Борисова М. М. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста: Схемы и таблицы. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.
16. Козырева О. В. Лечебная физкультура для дошкольников (при нарушении опорно-двигательного аппарата): пособие для инструкторов лечебной физкультуры, воспитателей и родителей. - 2-е изд. - М.: Просвещение, 2005.
17. Кудрявцев В. Физическая культура и развитие здоровья ребенка // Дошкольное воспитание № 5 / 2004, стр. 66.
18. Кудрявцев В. Т., Егоров Б. Б. Ослабленный ребенок: Развитие и оздоровление. - М.: Институт ДО и СВ РАО, 2003.
19. Кузнецова М. Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в дошкольных образовательных учреждениях. - М.: АРКТИ, 2002.
20. Логинова В. И., Т. И. Бабаева Программа развития и воспитания детей в детском саду «Детство» Санкт-Петербург, издательство «Акцидент» 1997г.
21. Макарова З. С., Голубева Л. Г. Оздоровление и реабилитация часто болеющих детей в дошкольных учреждениях. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2004.
22. Милокова И. В. Евдокимова Т. А. Лечебная гимнастика при нарушении осанки и коррекции плоскостопия у детей. - М.: Издательство Эксмо; СПб.: Сова, 2003.

23. Моргунова О. Н. Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ: Из опыта работы. - Воронеж: ТЦ "Учитель", 2005.
24. Панкратова И. В., Юдина И. И. Растим здоровое поколение // Управление Дошкольным Образовательным Учреждением, № 1 / 2004, стр. 66.