

ЗАЩИТА АВТОРСКОЙ ПРОГРАММЫ

ЗДОРОВЬЕ С ДЕТСТВА

ПРОГРАММА ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ
СТАРШЕГО
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА
ОСНОВНЫМ ДВИГАТЕЛЬНЫМ
УМЕНИЯМ И НАВЫКАМ С
ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ЭЛЕМЕНТОВ
ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Автор – составитель: инструктор по физической культуре
МАДОУ ДСКВ №1 «Сказка»
Антипина Марина Валерьевна

г. Мегион
2013 г.



ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:

Функциональное

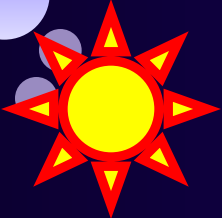
совершенствование организма

детей старшего дошкольного

возраста посредством лечебной

физической культуры

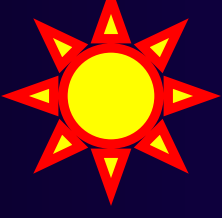
ЗАДАЧИ:



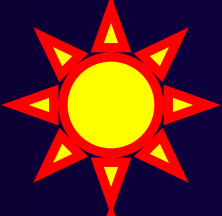
Способствовать улучшению физического развития, стимулировать работу органов и систем, нормализовать протекание нервных процессов, повысить эмоциональное состояние детей 5-7 лет



Выработать силовую и общую выносливость мышц туловища, укрепить мышечный «корсет»



Сформировать и закрепить навык правильной осанки



Способствовать правильному формированию свода стопы;



Производить коррекцию плоскостопия и косолапости



The diagram features a central yellow oval with a red border containing the text 'Принцип построения программы'. Eight yellow triangles with red borders point outwards from this central oval towards eight blue cloud-like shapes. Each cloud contains a principle of program construction. The background is a solid blue color. In the top-left and bottom-right corners, there are decorative clusters of overlapping circles in shades of purple and blue.

**Принцип
последовательнос-
ти и
систематичности**

**Принцип
сознательности
и активности**

**Принцип
сочетания общего
и специального
воздействия**

**Принцип
наглядности
и доступности**

**Принцип
индивидуально-
дифференцирова-
нного подхода**

**Принцип
синкретичности**

**Принцип
индивидуальног-
о подхода к
каждому
ребенку**

**Принцип
творческой
направленности**

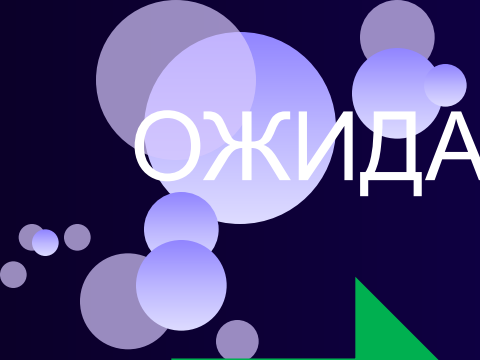
**Принцип учета
возрастного
развития
движений**

**Принцип
чередования, или
рассеянной
мышечной
нагрузки**

**Принцип от
простого к
сложному**

**Принцип
построения
программы**

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ



Улучшение физического развития, стимулирование росту органов и систем, нормализация протекания нервных процессов, повышение эмоционального состояния детей 5-7 лет;

Выработка силовой и общей выносливости мышц туловища, укрепление «мышечного» корсета;

Формирование и закрепление навыка правильной осанки;

Формирование правильного свода стопы;

Коррекция плоскостопия и косолапости.



ПРИНЦИПЫ ПОСТОРОЕНИЯ КОМПЛЕКСОВ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ ЛФК В МАДОУ

РАССЕИВАНИЕ НАГРУЗКИ (Т.Е. НЕОБХОДИМО ЧЕРЕДОВАТЬ УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗЛИЧНЫХ МЫШЕЧНЫХ ГРУПП: ВЕРХНИХ И НИЖНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ, МЫШЦ СПИНЫ И БРЮШНОГО ПРЕССА, МЫШЦ ШЕИ И ГРУДНЫХ МЫШЦ И Т.Д.);

**ПОСТЕПЕННЫЙ ПЕРЕХОД ОТ ПРОСТЫХ УПРАЖНЕНИЙ
К БОЛЕЕ СЛОЖНЫМ;**

ПОСТЕПЕННОЕ УВЕЛИЧЕНИЕ НАГРУЗКИ;

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ДЫХАТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ
ПОСЛЕ ИНТЕНСИВНЫХ, ТРУДНЫХ УПРАЖНЕНИЙ
И УПРАЖНЕНИЙ, ПРИ КОТОРЫХ ГЛУБОКОЕ
ДЫХАНИЕ ЗАТРУДНЕНО**



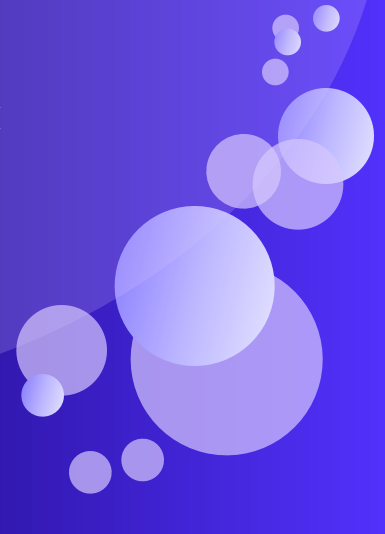
Механизм реализации программы «Здоровье с детства»

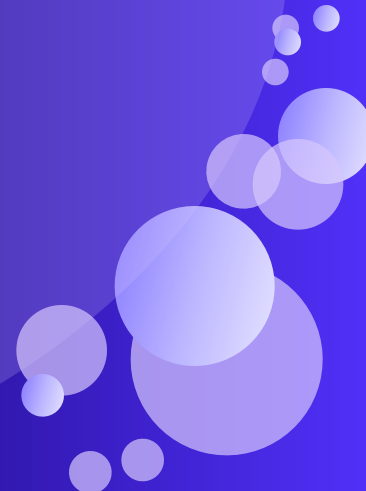
Разработка методического обеспечения
программы

Диагностический этап (2007 - 2009)

Практическая реализация программы
(2008-2009)

Анализ полученных результатов



- ❖ **Перспективное планирование по обучению детей старшего дошкольного возраста;**
 - ❖ **Перспективное планирование методической работы с родителями, прилагаемые конспектами занятий**
 - ❖ **Система физкультурно – оздоровительных мероприятий в соответствии с индивидуальными прогнозами здоровья ребенка;**
 - ❖ **Модель организации работы по оформлению представлений и навыков здорового образа жизни;**
 - ❖ **Модель организации здоровьесформирующей деятельности в детском саду;**
 - ❖ **План – график распределения упражнений на профилактику нарушений осанки и плоскостопия на учебный год;**
 - ❖ **План – график распределения основных видов движений на учебный год**
- 

Динамика физического развития детей старшего дошкольного возраста

Период	2007-2008 уч. год		2008-2009 уч. год		2012 – 2013 уч. год	
Уровень	Начал о года	Коне ц года	Начало года	Конец года	Начал о года	Конец года
Высокий	42%	70%	48%	72%		
Средний	43%	25%	42%	25%		
Низкий	15%	5%	10%	3%		