

Департамент образования и науки Брянской области
Государственное автономное профессиональное
образовательное учреждение
«Клинцовский индустриально-педагогический колледж»

Реферат

**по дисциплине: МДК 01.02. «Теоретические и методические основы
физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного
возраста»**

**на тему: «Вариативные программы по физическому воспитанию
детей»**

Выполнила студентка 1 курса группы Д-19

Рословец Я. В.

Проверил преподаватель:

Надточей А.Н.

Клинцы

2020

Содержание

1. Цели программы.....	
2. Задачи.....	
3. Основные принципы программы.....	
4. Ожидаемые результаты.....	
5. Объекты программы.....	
6. Методическое обеспечение программы.....	

Цели программы:

- обеспечение укрепления физического и психического здоровья воспитанников;
- применение эффективных методов закаливания в условиях детского сада и семьи;
- внедрение в практику работы педагогов инновационных оздоровительных технологий;
- разработка психогигиенических требований в условиях логопедической группы;
- исследование динамики состояния здоровья и психического развития дошкольников;
- усовершенствование образовательно-воспитательного процесса с учетом личностных качеств, состояния здоровья ребенка.

Задачи:

1. Совершенствование оздоровительных технологий педагогов группы.
2. Осуществление валеологического образования всех участников процесса.
3. Создание положительного социально-психологического микроклимата в группе.
4. Пополнение материально-технической базы.

Основные принципы программы:

1. Принцип научности - подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками,
2. Принцип активности и сознательности — участие коллектива педагогов группы и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению детей.
3. Принцип комплексности и интерактивности- решение оздоровительных и профилактических задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.
4. Принцип личностной ориентации и преемственности – организация и поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого и разновозрастного развития и состояния здоровья.
5. Принцип гарантированной результативности – реализация прав и потребностей детей на получение необходимой психолого-педагогической

помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возрастной категории детей и уровня их физического развития.

6. Принцип природосообразности - определение форм и методов воспитания на основе целостного психолого-педагогического знания о ребенке, его физиологических и психологических особенностях. Формирование у дошкольников стремления к здоровому образу жизни.

7. Принцип дифференциации содержания педагогического процесса- педагогический процесс необходимо ориентировать на индивидуальные особенности каждого ребенка, темпы развития и физические возможности детей.

8. Принцип единства развития, воспитания, обучения и оздоровления.

Ожидаемые результаты:

- Разработка эффективной комплексной системы сохранения и укрепления здоровья детей среднего и старшего дошкольного возраста.
- Создание материальной базы для формирования правильной осанки и стопы детей.
- Снижение уровня заболеваемости и отклонений в формировании осанки и стопы.

Объекты программы:

1. Дети логопедической группы.
2. Семьи детей, посещающих группу.
3. Педагогический коллектив, работающий в группе.

Методическое обеспечение программы:

- пособия физкультурно-валеологического содержания;
- пособия по формированию правильной осанки.

Образовательные задачи:

1)Физическое здоровье

Средняя группа:

- знакомить детей с присутствием в организме микроорганизмов, вредных для здоровья;

- формировать понятия об основных требованиях к режиму и гигиене питания;
- вызывать позитивное отношение к практическим действиям в уходе за частями тела и органами;
- содействовать проявлению самостоятельности при выполнении гигиенических процедур и использовании индивидуальных гигиенических средств: полотенца, расчески, зубной щетки;
- обогащать знания детей о собственном организме и здоровье;
- формировать потребность систематично заниматься физическими упражнениями, спортом, закаливаться, беречь здоровье и здоровье окружающих;
- формировать устойчивые двигательные навыки и умения качественно их выполнять;
- развивать понятия о необходимости в ежедневной двигательной активности для развития своего организма;
- способствовать самостоятельным действиям во время выполнения закаливающих процедур;
- формировать стремление заботиться о красивой и правильной осанке.

Старшая группа:

- обогащать знания детей о собственном организме и здоровье;
- формировать потребность в постоянных занятиях спортом, физкультурой, закаливанием, заботиться о своем здоровье;
- способствовать систематической заботе о своем организме, формированию навыков ухода за ним;
- формировать устойчивые двигательные навыки и обеспечивать качество их выполнения;
- развивать двигательные качества - быстроту, выносливость, гибкость и силу, улучшать ориентировку в пространстве, чувство равновесия, умение удерживать прямую осанку всегда;
- воспитывать самостоятельность в двигательных играх, выполнении правил игры, помощи друг другу;
- содействовать проявлениям быстроты, выносливости, смелости и изобретательности, корректного отношения к своим ровесникам, сопереживания при неудачах сверстников;
- поддерживать интерес к занятиям физкультурой, закаливающим процедурам и др. моментам оздоровительных технологий.

2) Психическое здоровье

Средняя группа:

- содействовать формированию позитивных контактов с ровесниками и взрослыми;

- развивать в себе такие важные качества, как сопереживание, сочувствие, правильно оценивать свои психические эмоции и поведение;
- содействовать чувству радости за успешное достижение и похвалу взрослого, добиваться ориентации в собственных достоинствах и недостатках.

Обеспечение реализации основных направлений программы

№ п/п	Организационно-педагогическое и психолого-педагогическое обеспечение
1	Разработка и организация здоровьесберегающих методик в педагогическом процессе
2	Поиск, изучение и внедрение эффективных технологий и методик оздоровления: • Элементы точечного массажа по А. А. Уманской). • Пальчиковая и артикуляционная гимнастика. • Дыхательная и звуковая гимнастика по Стрельниковой. • Психогимнастика по методике Чистяковой. • «Дорожки здоровья». • Элементы упражнений хатха-йога. • Театр физического развития и оздоровления Н. Ефименко. • Восточная гимнастика с элементами у-шу и комплекс тибетских монахов «Пять жемчужин». • Игровой массаж А. Уманской и К. Динеки. • Антистрессовый и интеллектуальный массаж Фрица Ауглина. • Оздоровительная гимнастика для глаз. • Комплексы упражнений для красивой и правильной осанки

Оздоровительная работа с детьми

№п/п	Содержание работы
1.	Максимальное пребывание детей на свежем воздухе (утренний прием, гимнастика, физкультурные занятия, прогулки, развлечения)
2.	Создание условий для повышения двигательной активности детей на свежем воздухе путем расширения ассортимента выносного оборудования
3.	Осуществление различных видов естественного закаливания в течение дня (воздушные и солнечные ванны, босохождение)

4.	Индивидуальная и подгрупповая работа с детьми по развитию основных движений на прогулке
----	---

Воспитательно-образовательная работа с детьми

1.	Календарное планирование согласно методическим рекомендациям по организации и проведению физкультурно-оздоровительной работы в ДУУ
2.	Ежедневное проведение физкультурных занятий (разных типов и видов)
3.	Физкультурные развлечения 1 раз в неделю
4.	Игры - занятия валеологического содержания
5.	Игры-занятия по безопасности жизнедеятельности
6.	Экскурсии и целевые прогулки с детьми за территорию детского сада
7.	Мини-туризм: пешие переходы, туристические тропы для старших дошкольников
8.	Наблюдения и эксперименты валеологического содержания

Модель двигательного-оздоровительного режима детей в логопедической группе

1.	Утренняя гимнастика с комплексами: * общеразвивающих упражнений • ритмической гимнастики • дыхательной гимнастики по Стрельниковой • дыхательной гимнастики по системе хатха-йога • аэробики	Ежедневно Два раза в год	8-30
2.	Закаливающие процедуры: • сухое обтирание • влажное обтирание • обширное умывание водой из-под крана • воздушные ванны • солнечные ванны • босохождение по траве и песку • контрастные пробежки босыми ногами (из комнаты	Сентябрь Октябрь-май Ежедневно Ежедневно В летний период В летние месяцы	8-40 перед сном после сна во время прогулки после сна

	в комнату с разной температурой полов) • ходьба босиком по кинезирефлексогенной дорожке • оздоровительная ходьба, бег	ежедневно	
3.	Минутка позитива (у барометра эмоций)	ежедневно	Перед играми-занятиями
4.	Подвижные игры	3-4 в день	Утро Игры-занятия Прогулка 1 Прогулка 2
5.	Физ. паузы	ежедневно	При смене видов деятельности
6.	Физ. минутки (общеразвивающие упражнения, гимнастика для глаз, для пальцев)	ежедневно	Игры-занятия
7.	Минутка релаксации (психогимнастика, мандры, аутотренинг)	ежедневно	При смене видов деятельности и признаков утомления, Перед сном По окончании физкультурного занятия
8.	Точечный, Антистрессовый интеллектуальный массаж	Раз в неделю Ноябрь Март	Перед занятиями с повышенной интеллектуальной нагрузкой
9.	Фронтально-подгрупповые игры-занятия	Ежедневно 2 раза в неделю – в зале 3 раза- на воздухе	9-00-12-00
10.	Игры-эстафеты	ежедневно	прогулка

11.	Иммунная гимнастика	Декабрь Январь Февраль	Перед сном
12.	Гимнастика пробуждения	ежедневно	После сна
13.	Мини-занятие в коррекционном уголке «Красивая осанка»	ежедневно	16-00
14.	Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно	Прогулки
15.	Физкультурный досуг	2 раза в месяц	2 половина дня
16.	Спортивный праздник	2 раза в год	30 минут
17.	Папа, мама, я – спортивная семья	1 раз в год	30 минут

Список литературы.

- 1. «Вариативная программа по физическому воспитанию старших дошкольников «Крепыш» [Электронный ресурс] -
<https://dohcolonoc.ru/programmy-v-dou/12143-variativnaya-programma-po-fizicheskomu-vospitaniyu.html>**