

ПРОГРАММА «ИСТОКИ»

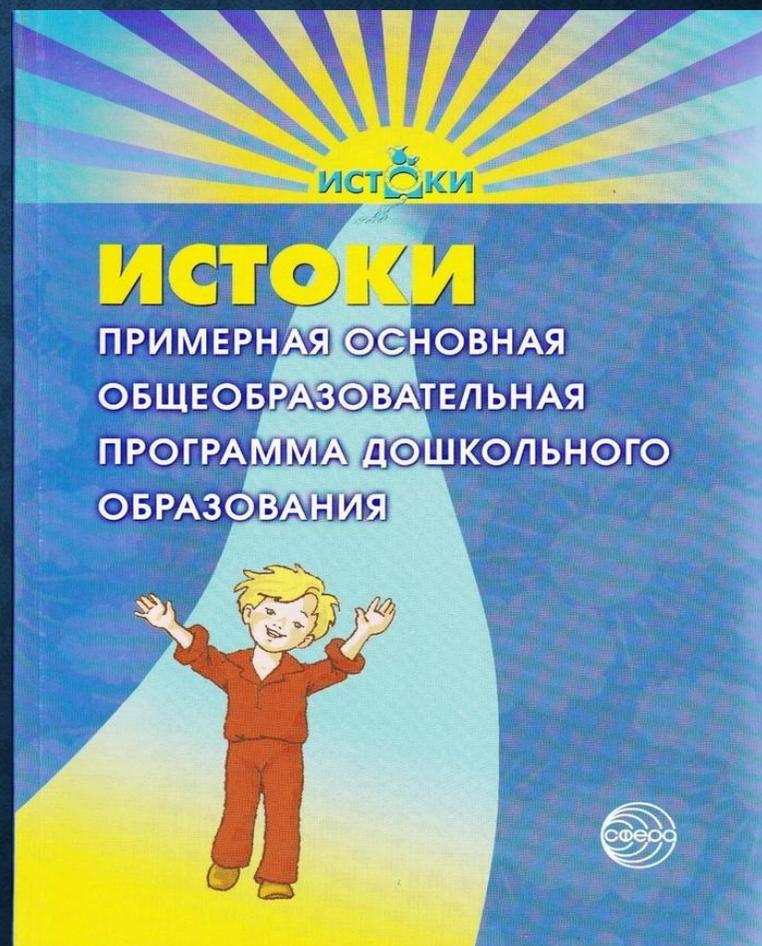
Гофман

Алёна

ПЗЛО121

РАЗДЕЛ: «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ».

- Программа имеет четкую структуру. Содержание программы ориентировано на детей раннего (от 1 года до 3 лет) и дошкольного (младший – 3 – 5; старший – 5 – 7) возраста.



ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

Образовательные задачи

- Своевременное развитие основных движений (ползание, ходьба).
- Активизация сенсомоторной активности.
- Освоение действий с предметами.

СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

- укладывает ребенка на спину, на живот;
- побуждает приподнимать голову, разгибать позвоночник в положении лежа на боку, на животе
- удерживать голову, находясь в вертикальном положении на руках у взрослого; разговаривая с ребенком, улыбаясь ему, вызывает ответную улыбку, оживленные движения, произнесение звуков
- создает условия для упора ног в положении лежа на спине, на животе, а также в вертикальном положении на руках у взрослого, вызывая у ребенка движение отталкивания ногами

В ПРОГРАММЕ ПРЕДСТАВЛЕНЫ ДВА РАЗДЕЛА:

«Физическое развитие»

- В разделе «Физическое развитие» даны характеристики возрастных возможностей, задачи физического развития детей, примерный двигательный режим для детей каждого возраста, определены показатели физического, функционального развития и физической подготовленности.

«Здоровье»

- В разделе «Здоровье» отражены современные представления о здоровье ребенка. Здоровье рассматривается и как одно из условий, определяющих возможность полноценного физического и психического развития ребенка, и как результат процесса нормального хода развития ребенка. В этом разделе характеризуются режим дня, организация сна и питания, гигиенические условия и закаливающие процедуры, культурно – гигиенические навыки.

КРОМЕ ЭТОГО, В РАЗДЕЛЕ УДЕЛЯЕТСЯ
ВНИМАНИЕ ОХРАНЕ ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ
ДЕТЕЙ, ПОЭТОМУ ВЫДЕЛЕН ПОДРАЗДЕЛ
«БЕЗОПАСНОСТЬ».

- *Отличительной особенностью программы*
являются представленные в конце каждого возрастного
периода базисные характеристики личности: компетентность,
эмоциональность, произвольность, креативность,
инициативность, самостоятельность, самооценка, свобода
поведения.

- В программе подробно описаны подразделы «Подвижные игры и игровые упражнения», «Спортивные игры», «Передвижения с техническими средствами».

В разделе «Упражнения для освоения движений в водной среде, плавание» описываются гигиенические требования к занятиям плаванием, упражнения для освоения плавания, игры – забавы.

В программе детально раскрыта организация двигательного режима.

- Для определения у детей физического развития и физической подготовленности в программе в виде таблиц представлены средние показатели физического развития (рост и масса тела, окружность грудной клетки) и показатели физической подготовленности (основные и дополнительные).
- В разделе «Здоровье» подробно описаны подразделы «Гигиенические условия» и «Закаливание».

ОТ 3 ДО 6 МЕСЯЦЕВ ВЗРОСЛЫЙ:

- помогает ребенку приподнимать туловище, лежа на животе, с опорой на предплечья; приподниматься, выпрямляя руки; переворачиваться со спины на бок, на живот и обратно;
- инициирует направление рук к игрушке, захват и удержание ее из разных положений; поощряет попытки ребенка лежа на животе дотягиваться до игрушки, подползать к ней; отталкиваться ногами от опоры в вертикальном положении при поддержке под мышки

ОТ 6 ДО 9 МЕСЯЦЕВ ВЗРОСЛЫЙ

- помогает ребенку менять позы: вставать на четвереньки, садиться из положения лежа, ложиться из положения сидя, сидеть без поддержки, вставать с поддержкой взрослого; вставать и опускаться, придерживаясь за опору; переступать при поддержке под мышки, при поддержке за обе руки; переступать, придерживаясь за опору;
- инициирует действия с предметами: перекладывание из руки в руку, размахивание игрушками, бросание их; выполнение некоторых движений, сначала повторяя за взрослым, а затем по его словесной просьбе: «Ползи ко мне», «Садись»;
- вызывает эмоциональную реакцию на веселую музыку, выполняя при этом ритмичные движения — слегка приседая, пританцовывая, помахивая рукой.

ОТ 9 ДО 12 МЕСЯЦЕВ ВЗРОСЛЫЙ:

- учит ползать; вползать и спускаться по скату горки; приседать и вставать; переползать через бревно; вставать и садиться; пытаться делать первые шаги; ходить за каталкой; само- стоятельно ходить, переходить от одного предмета к другому; подниматься и спускаться по ступенькам горки на четвереньках, ходить без поддержки по просьбе взрослого в определен- ном направлении («иди ко мне»);
- проводит игры-развлечения («Прятки», «Коза рогатая», «Догоню-догоню», «Сорока- белобока» и др.); инициирует эмоциональную отзывчивость на игровые действия, на музыку плясового характера

- На протяжении всего младенческого возраста взрослый проводит массаж и гимнастику, основанные сначала на пассивных упражнениях с фиксацией отдельных частей тела, переводит их в активные самостоятельные движения. К концу года в комплексы упражнений включает движения, формирующие прямостояние тела, приседания, наклоны и выпрямления туловища. Упражнения проводятся из исходных положений стоя, сидя, лежа. С первых дней жизни следует осуществлять закаливание во время гигиенических процедур — при переодевании, смене белья, подмывании и пр. Осторожно и постепенно в течение года вводить специальные закаливающие мероприятия: воздушные ванны, влажное обтирание, обливание, купание.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ