

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

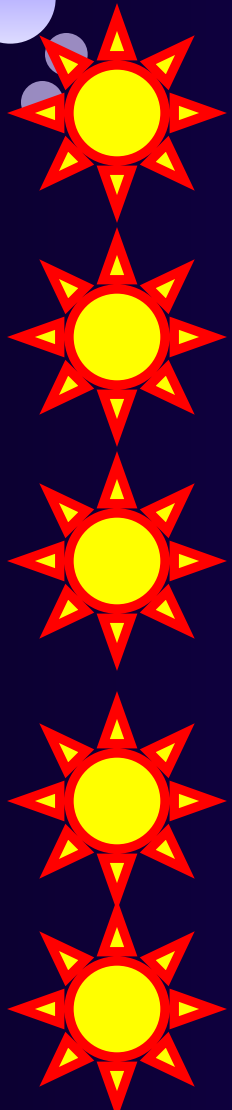
совершенствование организма

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

Принцип

последовательности и систематичности

Принцип

сознательности и активности

Принцип сочетания общего и специального воздействия

Принцип

индивидуально-дифференцированного подхода

Принцип наглядности и доступности

Принцип построения программы

Принцип синкретичности

Принцип индивидуального подхода к каждому ребенку

Принцип творческой направленности

Принцип учета возрастного развития движений

Принцип чередования, или рассеянной мышечной нагрузки

Принцип от простого к сложному

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ



Улучшение физического развития, стимулирование роста 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



Разработка методического обеспечения программы:

- ❖ **Перспективное планирование по обучению детей старшего дошкольного возраста;**
- ❖ **Перспективное планирование методической работы с родителями, прилагаемые конспекты 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	
	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%		