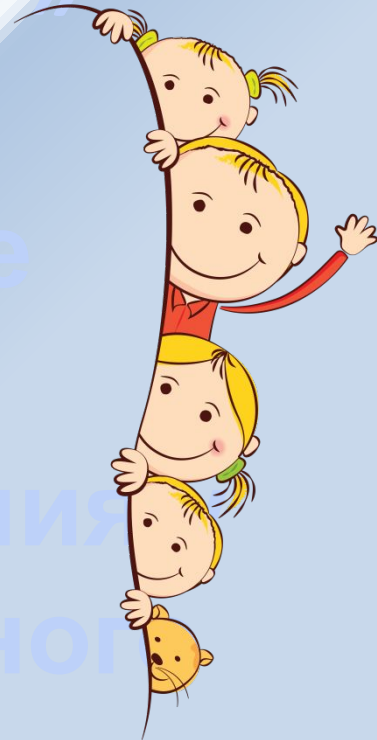


# Кружок «ЗДОРОВЕЙКА»

**Цель:** «Формирование правильной осанки и профилактика плоскостопия детей старшего дошкольного возраста в условиях детского сада»



Кружок «ЗДОРОВЕЙКА»  
посещают дети старшего  
дошкольного возраста:  
старшие, подготовительные  
группы в количестве 58 детей  
ИЗ НИХ

30- мальчики, 28 – девочки;  
данные 2015 – 2016 учебного года



Комплектование групп для занятий в кружке проводится с учётом общего функционального состояния детей, данных медицинского осмотра, рекомендаций врачей специалистов (педиатра, ортопеда) результатов проверки исходного уровня физической подготовленности



- В учебном процессе оздоровительные занятия вписываются в учебную и оздоровительную работу ДООУ в качестве кружковой работы, в виде обязательных еженедельных занятий ;
- занятия проводятся с октября по май месяц,  
2 раза в неделю по 25 - 30 мин;
- численность в группах 6 – 8 человек;
- форма и тип оздоровительного занятия в основном соответствует физкультурному занятию классического типа по общепринятой методике для дошкольных учреждений



2 раза в год проводится тестирование состояния мышечной системы детей : октябрь, май.

Тестирование проводится по методике Н.А.Гукасова:

- подвижность позвоночника вперёд (см);
- силовая выносливость мышц спины (мин);
- силовая выносливость мышц брюшного пресса (кол – во раз)





- Подвижность позвоночника  
вперёд(см)



- СИЛОВАЯ ВЫНОСЛИВОСТЬ МЫШЦ СПИНЫ (МИН) от 1 – 2 мин.





- СИЛОВАЯ ВЫНОСЛИВОСТЬ МЫШЦ  
брюшного пресса (кол – во раз) от







*Сравнительная таблица состояния мышечной системы  
детей старшего дошкольного возраста на период  
2015– 2016 учебный года (подготовительные группы)*

Возраст 6 – 7 лет	Уровень %	Подвижность позвоночника вперед (см)		Силовая выносливость спины (мин)		Силовая выносливость брюшного пресса (сек)	
		Начало года	Конец года	Начало года	Конец года	Начало года	Конец года
Группа №6 «Смородинка»	Высокий	5-36%	<u>11-79%</u>	8-57%		7-50%	<u>12-86%</u>
	Средний	7-50%	<u>3-21%</u>	6-43%	<u>14-100%</u>	7-50%	<u>2-14%</u>
	Средний	2-14%	<u>0%</u>	0%	<u>0%</u>	0%	<u>0%</u>
	Низкий				<u>0%</u>		
Группа №3 «Подсолнушек»	Высокий	3-21%	<u>10-71%</u>	6-43%	<u>9-64%</u>	4-29%	<u>9-64%</u>
	Средний	8-58%	<u>4-29%</u>	7-50%	<u>5-36%</u>	9-64%	<u>5-36%</u>
	Средний	2-21%	<u>0%</u>	1-7%	<u>0%</u>	1-7%	<u>0%</u>
	Низкий						



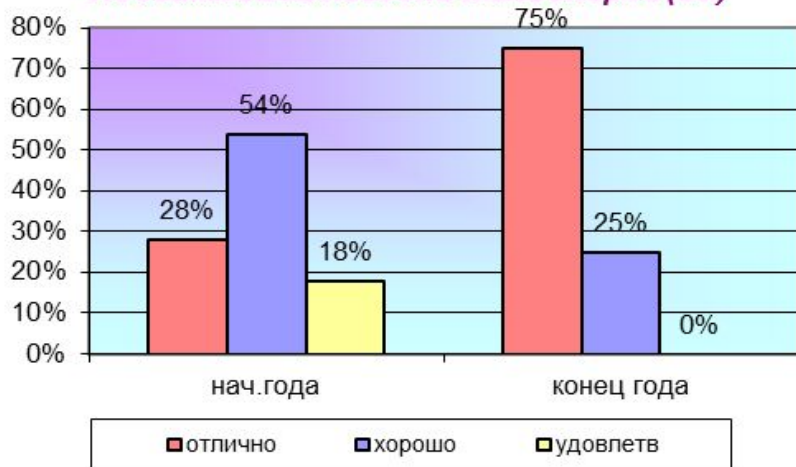
*Сравнительная таблица состояния мышечной системы детей старшего дошкольного возраста на период 2015– 2016 учебный года (старшие группы)*

Возраст 5 – 6 лет	Уровень %	Подвижность позвоночника вперед (см)		Силовая выносливость спины (мин)		Силовая выносливость брюшного пресса (сек)	
		Начало года	Конец года	Начало года	Конец года	Начало года	Конец года
Группа №2 «Клубничка»	Высокий	1-8%	<u>4-34%</u>	3-25%	<u>8-67%</u>	5-42%	<u>8-67%</u>
	Средний	6-50%	<u>5-41%</u>	6-60%	<u>3-25%</u>	4-33%	<u>2-16,5%</u>
	Низкий	5-42%	<u>3-25%</u>	3-25%	<u>1-8%</u>	3-25%	<u>2-16,5%</u> <u>5 %</u>
Группа №9 «Незабудка»	Высокий	5-42%	<u>9-75%</u>	5-42%	<u>10-83%</u>	7-58%	<u>9-75%</u>
	Средний	6-50%	<u>3-25%</u>	6-50%	<u>2-17%</u>	4-32%	<u>3-25%</u>
	Низкий	1-8%	<u>0%</u>	1-8%	<u>0%</u>	1-8%	<u>0%</u>
Группа №10 «Лесовичок»	Высокий	2-33%	<u>3-50%</u>	1-17%	<u>2-33%</u>	1-17%	<u>4-66%</u>
	Средний	1-17%	<u>2-33%</u>	4-66%	<u>4-67%</u>	3-50%	<u>1-17%</u>
	Низкий	3-50%	<u>1-17%</u>	1-17%	<u>0%</u>	2-33%	<u>1-17%</u> <u>%</u>

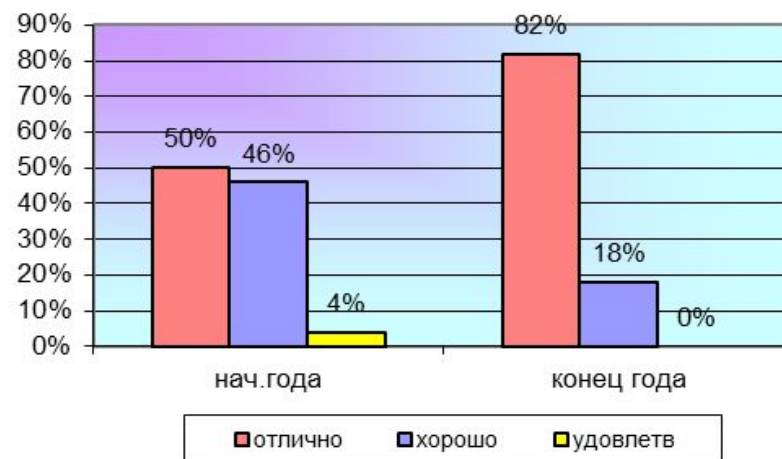
# Результаты тестирования детей в кружке «Здоровейка» по профилю нарушения осанки на 2015 – 2016 учебный год

## подготовительные группы № 3, 6 (28 детей)

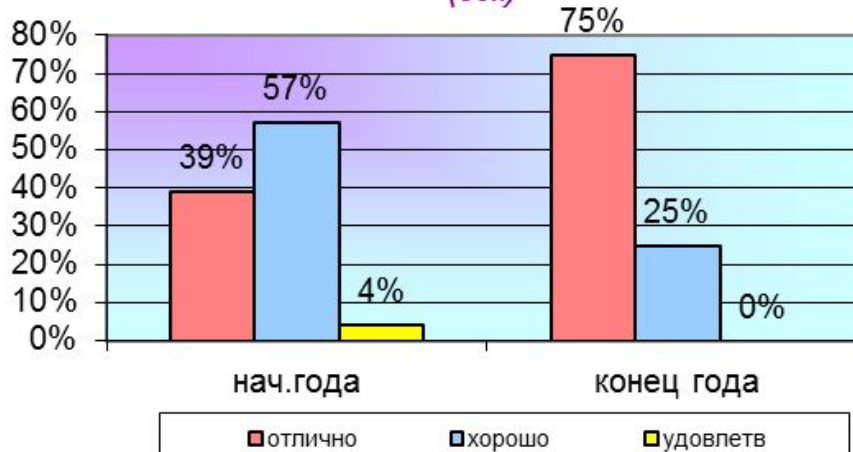
### Подвижность позвоночника вперед (см)



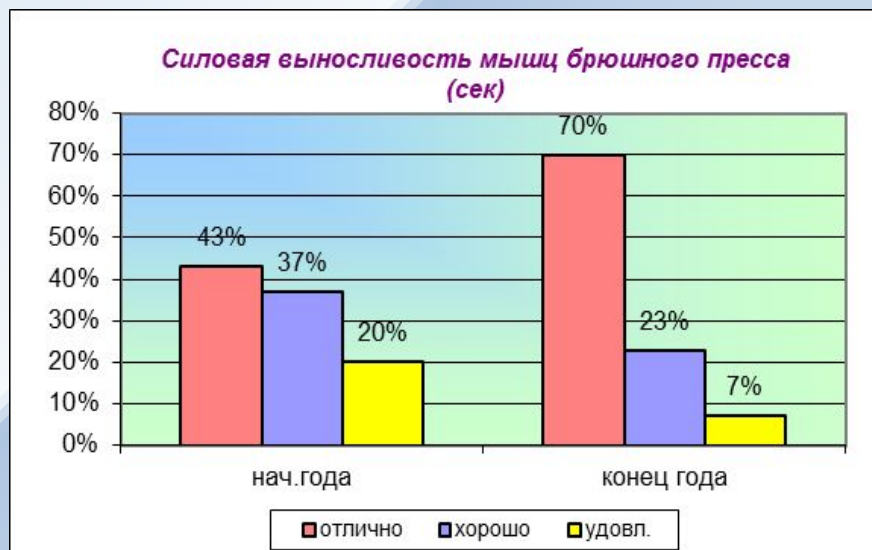
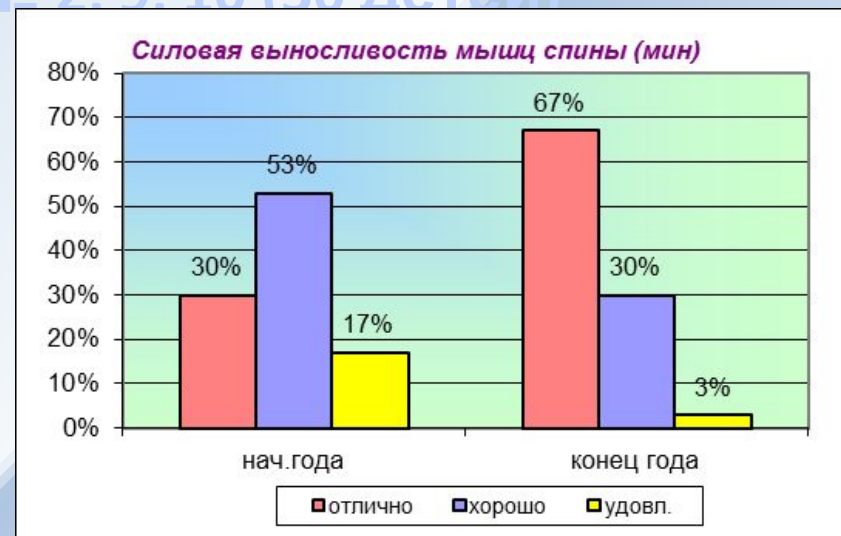
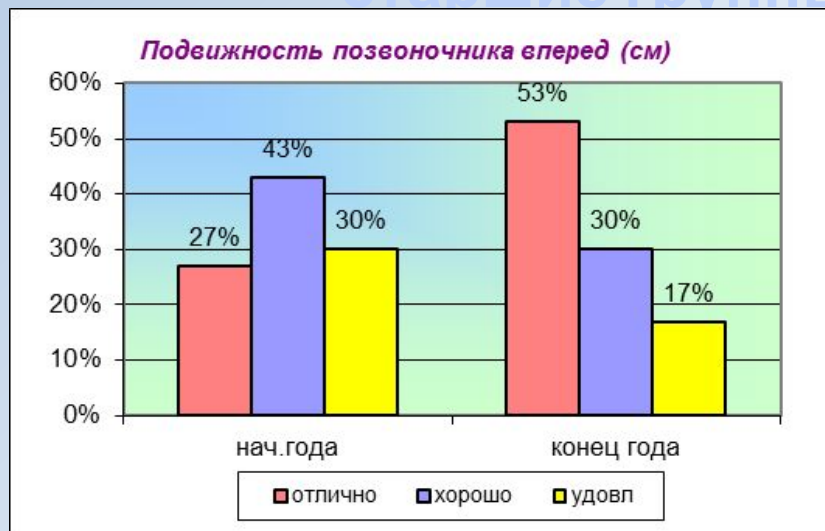
### Силовая выносливость мышц спины (мин)



### Силовая выносливость мышц брюшного пресса (сек)



# Результаты тестирования детей в кружке «Здоровейка» по профилю нарушения осанки на 2015 – 2016 учебный год старшие группы № 2, 9, 10 (30 детей)







# По итогам медицинского осмотра (весна 2016 год), сняты с учета:

Группа №6	Группа №3	Группа №2	Группа №9
Бусыгин Б.	Дутов В.	Дюмаева Л.	Шестакова Д.
Жукова Я.			
Иванов Т.			
Каимов Х.			
Петрушова М.			
Итого: 8 детей 14%			

