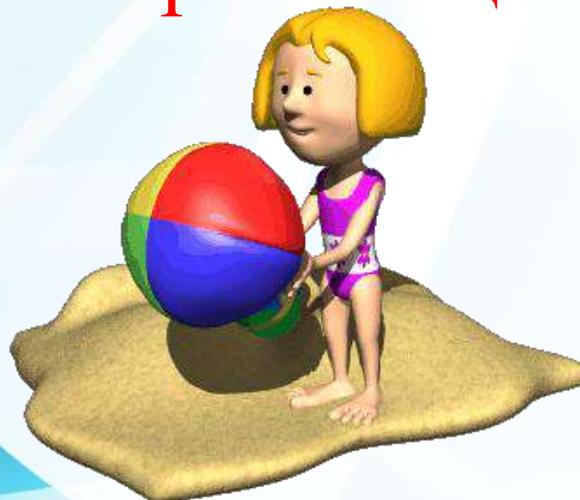




Районное методическое  
объединение инструкторов  
по физическому развитию  
«Особенности работы инструктора  
по физической культуре  
по формированию основ  
здорового образа жизни  
в условиях реализации ФГОС ДО»





**Муниципальное автономное  
дошкольное образовательное  
учреждение центр развития  
ребенка - детский сад № 14**

**Из опыта работы инструкторов по  
физической культуре Чеповой В.А. и  
Лавренова С.А.**

**на тему:**

**«Аспекты формирования культуры  
здорового образа жизни средствами  
физической культуры»**





**«Сохранение и укрепление здоровья детей.  
Снижение заболеваемости, повышение защитных сил организма  
ребенка.**

**Использование в работе оздоровительных технологий»**

**Виды здоровьесберегающих технологий  
применяющихся в дошкольном образовании:**

- медико-профилактические;**
- физкультурно-оздоровительные;**
- технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;**
- валеологического просвещения родителей;**
- здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дошкольного образования.**
- здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду.**



# ПРОГРАММА «Детство»

Программа «Детство» создана авторами как программа обогащенного развития детей дошкольного возраста, обеспечивающая единый процесс социализации — индивидуализации личности через осознание ребенком своих потребностей, возможностей и способностей.

**Цель программы** – создать каждому ребенку в детском саду возможность для развития способностей, широкого взаимодействия с миром, активного практикования в разных видах деятельности, творческой самореализации.

Программа направлена на развитие самостоятельности, познавательной и коммуникативной активности, социальной уверенности и ценностных ориентаций, определяющих поведение, деятельность и отношение ребенка к миру.







Киселева  
Принят 11 августа 2019 г.

## **ПРОГРАММА**

**оздоровления и физического развития  
детей дошкольного возраста**

**МАДОУ ЦРР-д/с № 14**

**«Здоровячок»**

**на 2019-2020 учебный год.**

**Цель данной системы** заключается в содействии гармоничному физическому развитию ребенка и своевременной коррекции психофизических нарушений.

### **Задачи:**

- формирование базы данных о состоянии здоровья, индивидуальных психофизиологических особенностях и резервных возможностях организма воспитанников;
- разработка и реализация индивидуальных и коллективных программ оздоровления детей в образовательном учреждении, исходя из особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей, этнонациональных условий;
- разработка организационно-педагогических рекомендаций по оптимизации образовательного процесса на валеологической основе;
- разработка методик, направленных на сохранение здоровья воспитанников, на обучение их здоровому образу жизни.



# Утренняя гимнастика





# Физкультурные занятия





# Физкультурные занятия на улице



# ПРАЗДНИКИ

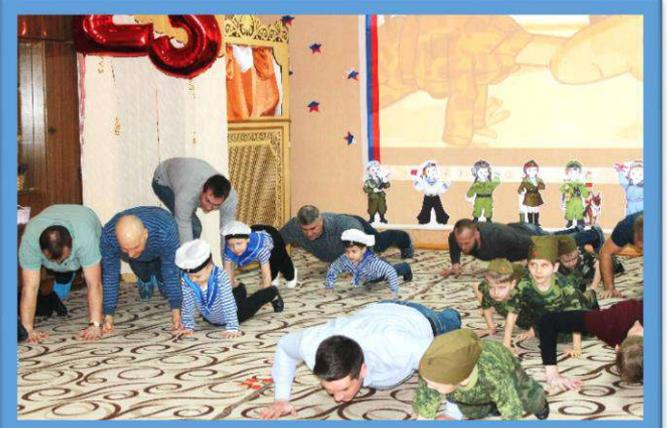
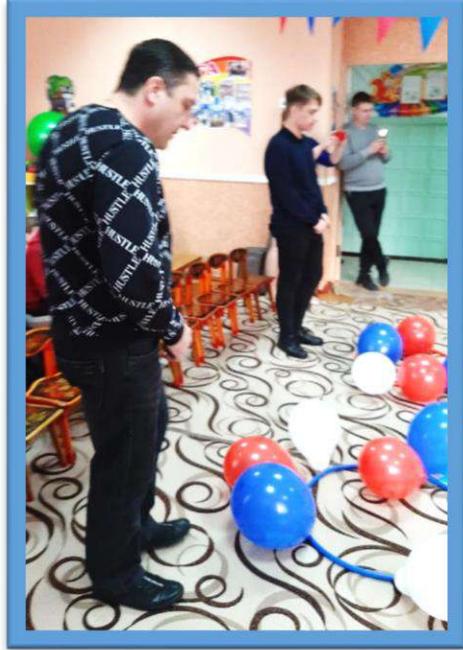




# СПОРТИВНАЯ КАРУСЕЛЬ



# РАБОТА с РОДИТЕЛЯМИ





# «Профилактика и коррекция негативных тенденций»

Распределение детей по группам здоровья

Год	Группа здоровья			
	1	2	3	4
IV квартал 2019	90	207	18	2





# Плантография – это наука, изучающая особенности отпечатков человеческих стоп



## ПЛАНТОГРАФ

### Назначение

**Плантограф** – прибор для снятия и фиксации на бумаге отпечатков стоп для детей и взрослых.

### Технические данные

**Габаритные размеры** – 400 x 350 x 32 (мм);

**Масса (кг)** – не более 1,2

### Комплектность

**Основание плантографа** – 1 шт.;

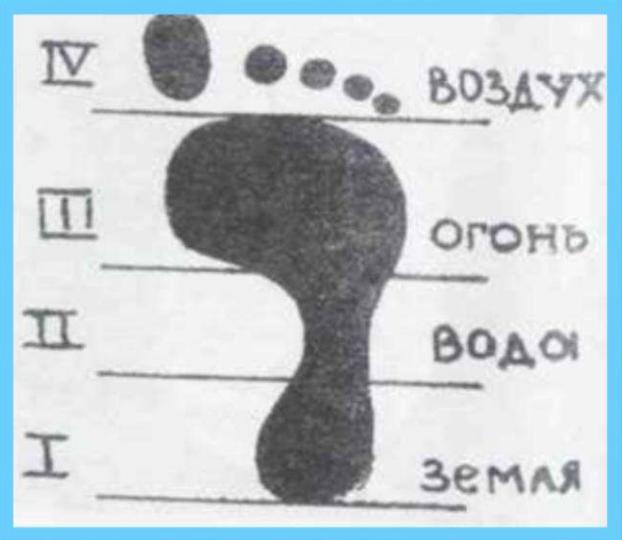
**Рамка с полиэтиленовой мембраной** – 1 шт.;

**Крышка плантографа** – 1 шт.;

**Планочка** – 1 шт.;

**Ремень резиновый** – 1 шт.



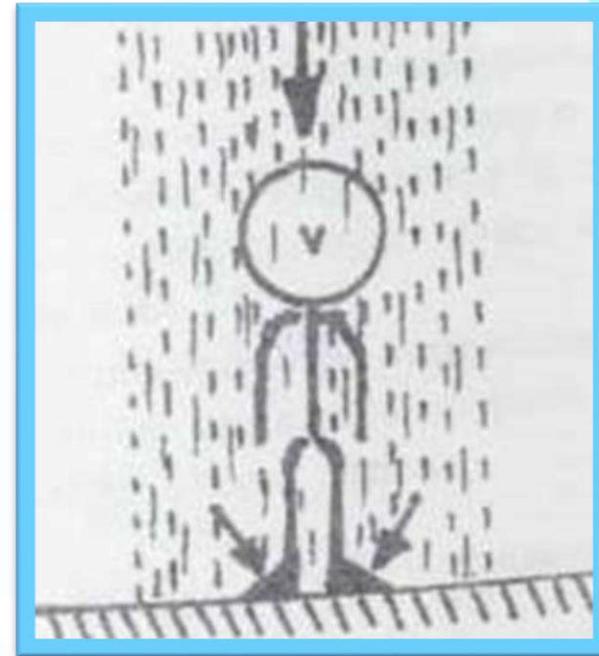


### Рефлекторные участки ступней ног

Ступня правой ноги

Ступня левой ноги

<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Щечные и носовые пазухи, зубы.</li> <li>2. Черепная коробка.</li> <li>3. Шиловидная железа.</li> <li>4. Гипофиз (нижний мозговой придаток).</li> <li>5. Большие полушария мозга.</li> <li>6. Малые полушария мозга.</li> <li>7. Затылок и область горла.</li> <li>8. Щитовидная железа с придатками.</li> <li>9. Позвоночник (грудь).</li> <li>10. Надпочечник.</li> <li>11. Переход на желудок и 12-перстную кишку.</li> <li>12. Позвоночник (бедро).</li> <li>13. Мочеточник.</li> <li>14. Позвоночник (крестец и копчик).</li> <li>15. Мочевой пузырь.</li> <li>16. Геморроидальные узлы.</li> <li>17. Шляпа.</li> <li>18. Седалищный нерв, органы таза.</li> <li>19. Бедро и колени.</li> <li>20. Клапан толстой кишки и аппендикс.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>21. Тонкая кишка.</li> <li>22. Восходящая толстая кишка.</li> <li>23. Поперечная толстая кишка.</li> <li>24. Покс.</li> <li>25. Поджелудочная железа.</li> <li>26. Желчный пузырь.</li> <li>27. Печень.</li> <li>28. Почка.</li> <li>29. Желудок.</li> <li>30. Солнечное сплетение, диафрагма.</li> <li>31. Плечевой сустав.</li> <li>32. Легкие.</li> <li>33. Шея спереди.</li> <li>34. Уши.</li> <li>35. Лимфа в движении.</li> <li>38. Глаза.</li> <li>41. Бронхи.</li> <li>42. Нисходящая толстая кишка.</li> <li>43. Прямая кишка.</li> <li>44. Сердце.</li> </ol>
--	--



## Гипертонический тип (полые стопы)



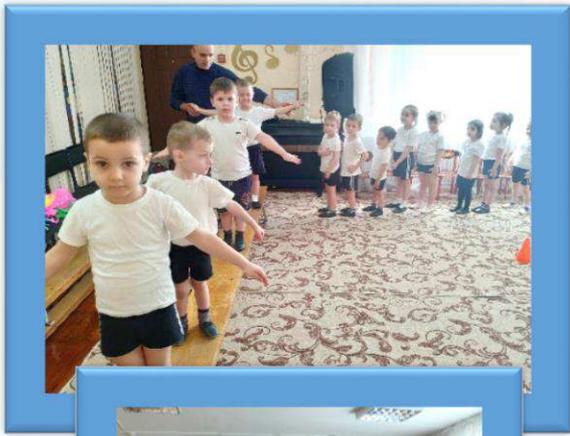
## Гипотонический тип (плоскостопие)



## Дистонический тип (косолапость)









# СЯНГУН для детей

**Сянгун – древнейшая  
китайская  
оздоровительная система.**

**Упражнения Сянгун лечат  
не только «болезнь  
которая есть», но и  
«болезнь которой нет».**

