

*Программа коррекции и профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата у детей раннего и дошкольного возраста*

## **«Здоровячок-Сибирячок»**



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующая МБДОУ ДСКВ №29  
\_\_\_\_\_ Т. М. Корнеенко  
29 сентября 2009г.  
№ 35 от 15 ноября 2009 год

МБДОУ ДСКВ «Ёлочка» для детей с  
нарушением опорно-двигательного  
аппарата  
г. Нижневартовск 2009

Программа принята на педагогическом совете  
МБДОУ ДСКВ № 29 от 27.09 .2009 г.  
Приказ « Об утверждении программы» №17  
от 15.11. 2009 № 35

### **Паспорт программы «Здоровячок – Сибирячок» на 2009-2014 год**

<b>Наименование программы</b>	Программа «Здоровячок - Сибирячок»
<b>Основание для разработки программы:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Закон РФ «Об образовании» в редакции;</li> <li>- Национальный проект «Образование» Государственный совет РФ. Доклад от 24.03.06;</li> <li>- Программа воспитания и обучение в детском саду под редакцией М.А. Васильевой, В. В. Гербовой, Т.С. Комаровой;</li> <li>- Закон РФ «Об образовании» от 10.07.92г №3266-1 (редакция Федеральных законов 13.01.96 г. №12 ФЗ от 16.11.97 №144-А3);</li> <li>- «Программа развития образования города Нижневартовска на 2009 – 2014 годы»;</li> <li>- Программа МДОУ ДСКВ № 29 «Елочка» «В здоровой семье – здоровый ребенок»;</li> <li>- Программа «В семье – особый ребенок» МДОУ ДСКВ «Елочка» для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата;</li> <li>- Стратегия модернизации Российского образования на период до 2010 года;</li> <li>- Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 22.11.89);</li> <li>- «Типовое положение о дошкольном</li> </ul>

образовательном учреждении» (утвержденное постановлением Правительства РФ от 01.07.95г. № 677);

- Федеральный закон о физической культуре и спорту от 29.04.1999, №2 80 – ФЗ, принят Государственной Думой 13.02.1999, одобрено Советом Федерации 27.01.1999г;
- Приказ Министерства Образования России. Министерства здравоохранения России, Государственного комитета Российской Федерации по физической культуре и спорту, Российской Академии образования от 16.07.2002 №2.

<b>Заказчик программы</b>	Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад компенсирующего вида №29 «Елочка» для детей с нарушением опорно-двигательной системы.
<b>Разработчик программы</b>	Воспитатель высшей категории МДОУ ДСКВ №29 Трохименко Татьяна Иосифовна
<b>География реализации программы</b>	г. Нижневартовск
<b>Целевые группы</b>	Дети дошкольного учреждения

**Данные об учреждении, реализующем Программу:**

<b>Наименование учреждения</b>	МБДОУ ДСКВ №29 «Елочка»
<b>Дата регистрации учреждения</b>	01 января 2010 года

**Организационно-правовая форма муниципальное учреждение:**

<b>Учредитель</b>	Заведующая Корнеенко Т.М.
<b>Почтовый индекс</b>	628600
<b>Город, район</b>	г. Нижневартовск
<b>Адрес учреждения</b>	улица Спортивная 2.
<b>Сроки реализации программы:</b>	2010-2014 г.г.
<b>Объем и источник финансирования:</b>	В рамках бюджетного Финансирования
<b>Ожидаемые результаты реализации поставленных задач:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- разработано и внедрено в коррекционно-образовательный и воспитательный процессы нестандартное оборудование;</li> <li>- повысился индекс здоровья до 50 - 60 % и стабилизирована динамика к ухудшению до 100%;</li> <li>- сформированы навыки самореализации двигательных функций, с учетом индивидуальных особенностей детей до - 85 – 90 %;</li> <li>- сформированы знания о здоровом образе жизни и реальных возможностях своего организма через использование здоровьесберегающих технологий;</li> <li>- разработаны и составлены методические пособия, включающие дидактические игры, для воспитателей и родителей на решение задач</li> </ul>

коррекционного цикла;

- модернизирована предметно-пространственная среда на основе внедрения в коррекционно-образовательный и воспитательный процессы нестандартного оборудования;
- оборудованный для детей учебно – воспитательный и развивающий комплекс: «Здоровячок», «Здравствуйте, мои ручки», «Ножки – побегушки».

**Цель программы:** Восстановление двигательных функций и компенсаторных возможностей у детей с проблемами здоровья через использование нестандартного оборудования и инвационных технологий в образовательном и коррекционном процессах.

- Задачи программы:**
- внедрение в коррекционно-образовательный и воспитательный процессы нестандартного оборудования;
  - повышение индекса здоровья и стабилизация динамики к ухудшению здоровья до 100%;
  - формирование навыков самореализации двигательных функций с учетом индивидуальных особенностей до 80-90 %, с целью успешной адаптации в школе;
  - формирование знаний о здоровом образе жизни и неограниченных возможностях своего организма через использование здоровьесберегающих технологий;
  - модернизация предметно-пространственной среды на основе внедрения в образовательный и

коррекционный процесс нестандартного оборудования;

- создание учебно-методического комплекса для родителей и педагогов по использованию нестандартного оборудования и дидактических игр, направленных на решение задач коррекционного цикла и формирование представлений о здоровом образе жизни;
- оборудовать для детей учебно-воспитательный и развивающий комплекс: «Здоровячок», «Здравствуйте, мои ручки», «Ножки-побегушки».

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>СОДЕРЖАНИЕ .....</b>	<b>7</b>
<b>1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....</b>	<b>8</b>
<b>1.1 ОСНОВНЫЕ ПРОБЛЕМЫ .....</b>	<b>13</b>
<b>1.2 ОБЪЕКТЫ ПРОГРАММЫ .....</b>	<b>14</b>
<b>2. КОНЦЕПЦИЯ ПРОГРАММЫ И НАУЧНО – МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПОСТРОЕНИЯ ПРОГРАММЫ.....</b>	<b>15</b>
<b>2.1 Принципы создания Программы .....</b>	<b>15</b>
<b>2.2 Основные принципы реализации программы.....</b>	<b>16</b>
<b>3. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ .....</b>	<b>18</b>
<b>4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.....</b>	<b>19</b>
<b>5. РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ .....</b>	<b>22</b>
<b>6. ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.....</b>	<b>23</b>
<b>7. ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОГРАММЫ.....</b>	<b>24</b>
<b>СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.....</b>	<b>25</b>
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ 1.....</b>	<b>ОШИБКА! ЗАКЛАДКА НЕ ОПРЕДЕЛЕНА.</b>
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ 2.....</b>	<b>34</b>
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ 3.....</b>	<b>36</b>
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ 4.....</b>	<b>62</b>
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ 5.....</b>	<b>64</b>
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ 6.....</b>	<b>96</b>

## 1. Пояснительная записка

Во всем мире наметилась тенденция к ухудшению здоровья детского населения. Самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья. На фоне экологической и социальной напряженности в стране, на фоне небывалого роста болезней «цивилизации», чтобы быть здоровым, нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления.

В федеральной целевой программе «Образование и здоровье», целевой программе «Здоровье» на территории ХМАО, значительное место отведено вопросам укрепления и сохранения здоровья детей, создание благоприятных условий для их полноценного развития.

В программе «Развитие образования г. Нижневартовска на 2007-2014 годы» в части повышения качества образования одной из важнейших задач является задача по совершенствованию условий для организации образовательного процесса в целях сохранения и укрепления здоровья обучающихся и воспитанников.

Перед образовательными учреждениями стоит задача создание условий, для сохранения здоровья воспитанников и учеников и условий для проведения коррекционно-профилактических мероприятий, необходимых для многих детей по медицинским показаниям. Исходя из этого - возникает необходимость в создании механизма формирования здоровьесберегающей среды образовательного учреждения.

Дошкольное учреждение является первым и главным звеном, формирующего здоровье дошкольника. В дошкольном возрасте самое благоприятное время для полноценного физического развития. Однако следует помнить о том, что за последние годы физически здоровых детей рождаются очень мало. Согласно исследованиям специалистов, 75 % болезней взрослых, были заложены еще в детстве. Только 10 % детей приходят в школу абсолютно здоровыми, 70 % детей имеют ряд различных нарушений опорно-двигательного аппарата, зрения, речи, сердечно -

сосудистой системы и т.д. В школе многие дети не справляются со школьной программой по причине плохого состояния физического здоровья.

Данный сад посещают дети с нарушением опорно-двигательного аппарата. Основными направлениям коррекционно - воспитательной работы с детьми, по рекомендации врачей, являются:

- коррекция и профилактика нарушений осанки;
- коррекция и профилактика нарушений верхних конечностей;
- коррекция и профилактика нарушений нижних конечностей;
- коррекция и профилактика нарушений зрительно-моторной координации;
- формирование представлений о здоровом образе жизни;
- формирование и развитие **навыков** способствующих здоровому образу жизни;

В каждой группе списочный состав - 15 детей, среди них в среднем 20-30 % - дети инвалиды, требующие индивидуального подхода в решении образовательных и коррекционных задач, остальные дети по состоянию здоровья также нуждаются в необходимости индивидуального подхода к каждому из них.

Работа педагога по оздоровлению и коррекции физических нарушений у детей не подменяет систему лечебных мероприятий назначенных врачом, а является системой или комплексом тех мероприятий, которые должен выполнять взрослый. Нередко все лечебно-оздоровительные мероприятия часто вызывают у детей отрицательные эмоции, как дома, так и в детском саду и поэтому главной задачей для педагога является определить формы и методы работы, являющимися эффективными в решении всех поставленных задач развития ребенка. Исходя из этих обстоятельств, и был определен главный критерий направления работы – **интеграция**, эффективно дополняющий оздоровительные мероприятия и образовательные и дающий высокие результаты.

**Интеграция** лечебно-оздоровительного и образовательного процессов в группе требует от воспитателя творческого подхода к решению данных задач. Педагогу постоянно необходимо строить систему работы таким образом, чтобы лечебные мероприятия проводились на фоне положительных эмоций, приносили ребенку радость и удовлетворение, а достичь это возможно, когда применяется самый распространенный и эффективный метод в педагогике – **игровой**. Внедрение нестандартного оборудования эффективно влияет на достижение положительных результатов.

Нестандартное оборудование, эффективно интегрированное в среду группы косвенно, стимулирует воспитательный и коррекционный процессы в группе. Например, трафаретки ладошек на стене по ходу передвижения ребенка, непроизвольно поощряют к выполнению действий с ними, что положительно оказывает воздействие на укрепление и развитие мышц верхних конечностей, тот же результат имеют и ладошки на полу.

Правильная осанка человека – залог здоровья, а по рекомендации врачей, именно в детском возрасте главной задачей является формирование правильной осанки. Постоянное напоминание со стороны взрослых о том, что необходимо держать спинку прямо вызывает у ребенка, чаще всего отрицательные эмоции, а иногда и негативные реакции.

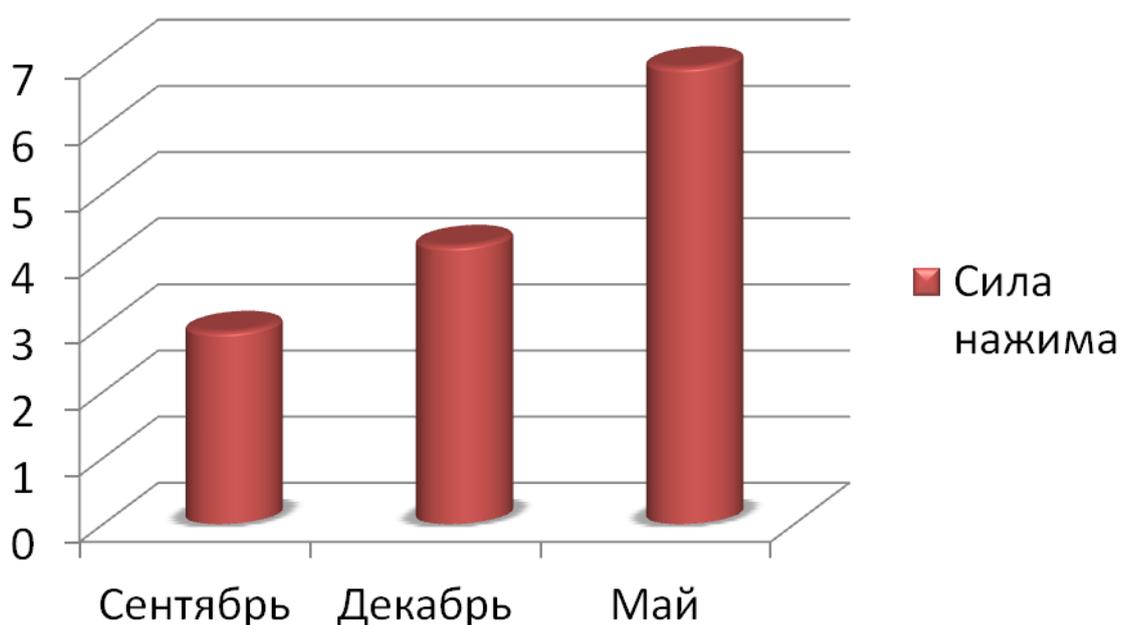
Когда детям было предложено игровое оборудование, так называемый контролер осанки «Неваляшка» для младшего возраста и «Здоровячок» для старшего возраста, результаты превзошли все ожидания. Дети в течении, всего дня пребывания в группе, постоянно проверяли свою осанку и потом следили за правильным положением своего тела, осознанно понимали алгоритм проверки осанки в других видах деятельности.

Другие виды внедренного нестандартного игрового оборудования также имели высокую эффективность и оценку со стороны лечащих врачей, под наблюдением и по рекомендациям которых, и происходит вся лечебно-оздоровительная работа в ДОУ. Игровые атрибуты «Малыши – Силачи» (между собой дети называли его «босик» от слова БОС), которые

предложены детям для развития силовых качеств верхних конечностей стимулировали детей к получению больших результатов. Чтобы их достичь, необходимо развивать мелкую моторику, используя разные формы работы для достижения больших результатов - отжимание от пола с ладошками - трафаретами, отжимание от стенки, работа с мячиками с наполнителями и т.д. В старших группах кроме физических упражнений на данном оборудовании дети учили цифры, выполняли операции сложения и вычитания предыдущих показателей своих и сверстников. Таким образом, в данном виде работы, прослеживается интеграция оздоровительного процесса и образовательного. Положительная и достаточно высокая динамика полученных результатов является подтверждением эффективности и результативности работы с данным оборудованием (диаг.№1):

Диаг.№.1

**Сила нажима в среднем по группе, кг**



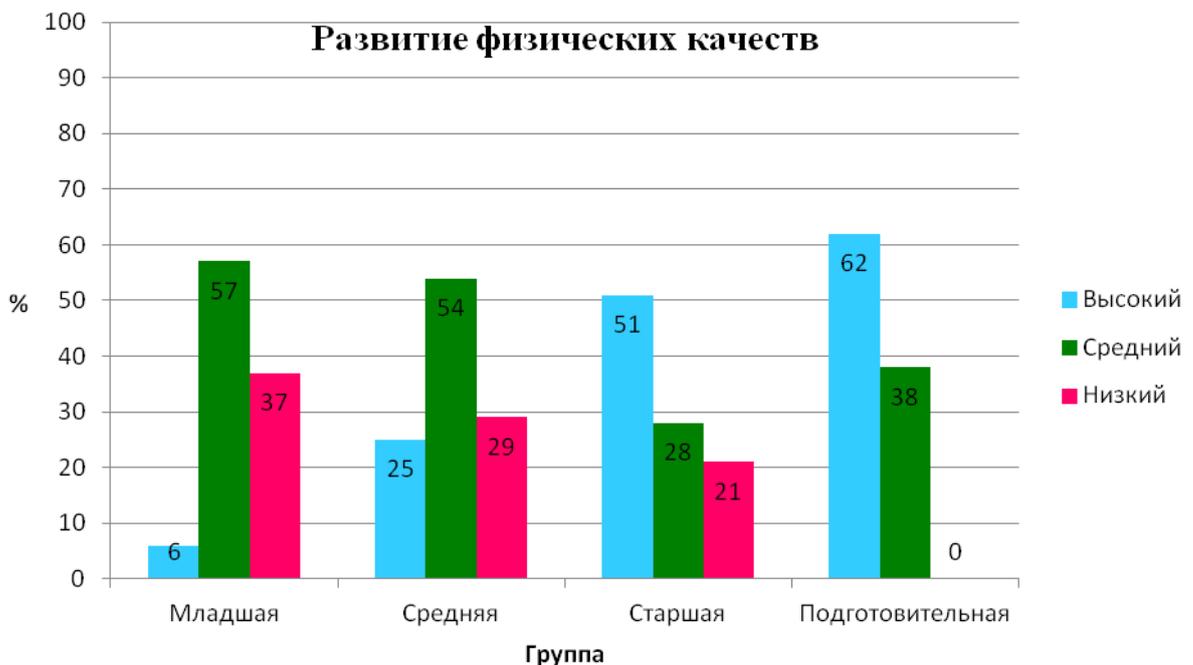
Практические разработки, обогащенные новаторскими идеями и реализуемые на практике, дают положительные результаты - коррекционной и образовательной работы в группе, однако рассматривать данные результаты необходимо как часть целостной системы работы. Данная работа

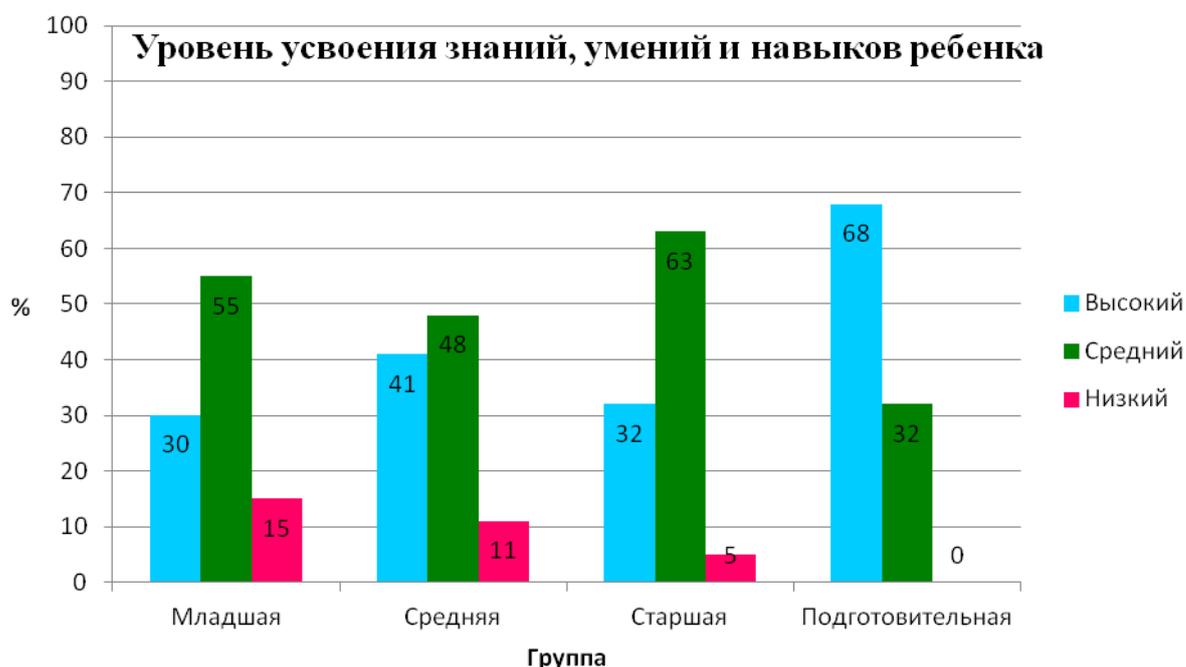
заключается в **интеграции** лечебно-оздоровительных и образовательных мероприятий педагогов и медицинского персонала ДОУ.

В течение десяти лет была апробирована интегрированная система деятельности для профилактики и коррекции нарушений функций опорно-двигательного аппарата и мелкой моторики у детей.

Положительная динамика физического состояния (диаг. №2) и интеллектуального развития (диаг. №3), как результат физического благополучия, свидетельствует о правильной стратегии в работе данного дошкольного учреждения.

Диаг. №2





Однако на сегодняшний день высокий прогресс в разных областях науки и техники требует внедрения в образовательный процесс новых технологий, способствующих созданию условий для полноценного развития ребенка.

Одним из важных критериев в реализации задач по оздоровлению детей в ДОУ – создание предметной среды на качественно высоком уровне, предметное наполнение и организация которого влияет на развитие ребенка наиболее эффективно.

Предметно - развивающая среда должна включать в себя разнообразие предметов и объектов (нестандартное оборудование), которые несут определенную функцию и дают ребенку реализовать и развить свои возможности.

### 1.1 Основные проблемы

- Тенденция к увеличению количества детей с проблемами здоровья;
- Недостаточное количество игрового оборудования, решающего коррекционные образовательные задачи;

- Недостаточный уровень сформированности у детей мотивационных установок по профилактике болезней;
- Недостаточный уровень внедрения в образовательный и коррекционный процесс здоровьезберегающих, инновационных технологий;
- Недостаточное количество методик и методического обеспечения для воспитателей и родителей по коррекции и профилактике физических нарушений у дошкольника.

## **1.2 Объекты программы**

- Дети дошкольного образовательного учреждения (младшая – подготовительная группы);
- Семья детей, посещающих образовательное учреждение;
- Педагогический коллектив образовательного учреждения - воспитатель, логопед, зам. заведующего по ВМР, зам. заведующего по физкультурно - оздоровительной работе;
- Медперсонал – врач-ортопед, детский невролог, старшая медсестра, процедурная медсестра, медсестра - массажист, медсестра бассейна.

## 2. Концепция программы и научно – методические основы построения программы

В целях улучшения организации коррекционно - образовательного процесса была разработана программа «Здоровячок-Сибирячок».

Данная программа определяет направление и цели системы коррекционно-профилактического и оздоровительного процессов в ДОУ, механизма интеграции лечебно-оздоровительного и образовательного процесса с детьми, имеющими нарушения опорно-двигательной системы, выработки стратегии взаимодействия всех участников образовательного и лечебно оздоровительного процессов в решении поставленных задач в ДОУ:

- педагогов  $\longleftrightarrow$  педагогов;
- педагогов  $\longleftrightarrow$  медперсонала;
- педагогов  $\longleftrightarrow$  родителей;
- педагогов  $\longleftrightarrow$  руководителей МС к ДОУ ДСКВ №29.

Данная программа носит открытый характер, что дает возможность включению в Программу достаточного количества участников и их инициатив в решении поставленных задач. Программа построена на принципах реалистичности и реализуемости, что дает возможность выполнить те цели и задачи, которые поставленные в ней. В процессе реализации программы предполагается активизировать всех участников процесса, с целью повышения эффективности и результативности.

Задачи данной Программы вытекают из основных задач Программы ДОУ.

### 2.1 Принципы создания Программы

#### ● Доступность:

- учет возрастных особенностей;
- адаптированность материала к возрасту;

- **Систематичность и последовательность:**

- постепенная подача материала от простого к сложному;
- частое повторение усвоенных правил и норм;

- **Наглядность:**

- учет особенностей мышления;

- **Динамичность:**

- интеграция программы в разные виды деятельности;

- **Дифференциация:**

- учет возрастных особенностей;
- создание благоприятной среды для усвоения норм и правил здорового образа жизни;

## 2.2 Основные принципы реализации программы

<b>Принцип научности</b>	- разработка и внедрение в практику методических рекомендаций и пособий с учетом медицинских показаний, рекомендаций и их научного обоснования;
<b>Принцип активности и сознательности</b>	- Заинтересованность и участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске - новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности - на достижение положительных результатов по профилактике и коррекции физических нарушений;
<b>Принцип комплексности и интегративности</b>	- решение коррекционных, профилактических и оздоровительных задач в системе всего образовательного процесса и всех видов деятельности;
<b>Принцип цикличности</b>	- повторение и закрепление материала, по мере необходимости, основываясь на результаты;

- Принцип постепенности** - усложнение задач с учетом физиологических особенностей детского развития;
- Принцип гарантированности и результативности** - реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительного результата, независимо от возраста и уровня физического развития детей.

### **3. Цель и задачи Программы**

**Цель:** восстановление и развитие двигательных функций и компенсаторных возможностей у детей с проблемами здоровья через использование нестандартного оборудования и новых технологий в образовательном и коррекционном процессах.

**Задачи:**

- внедрение в коррекционно-образовательный и воспитательный процессы нестандартного оборудования;
- повышение индекса здоровья и стабилизация динамики к ухудшению здоровья до 100%;
- формирование навыков самореализации двигательных функций с учетом индивидуальных особенностей до 80-90 %, с целью успешной адаптации в школе;
- формирование знаний о здоровом образе жизни и неограниченных возможностях своего организма через использование здоровьесберегающих технологий;
- создание учебно-методического комплекса по формированию знаний о здоровом образе жизни у детей дошкольного возраста;
- модернизация предметно-пространственной среды на основе внедрения в образовательный и коррекционный процесс нестандартного оборудования;
- создание учебно-методического комплекса для родителей и педагогов по использованию нестандартного оборудования и дидактических игр, направленных на решение задач коррекционного цикла;
- оборудовать для детей учебно-воспитательный и развивающий комплекс: «Здоровячок», «Здравствуйте, мои ручки», «Ножки-побегушки».

#### 4. Содержание Программы

Направления работы	Мероприятия по реализации задач программы «Здоровячок-Сибирячок»	Сроки	Ответственный
Осуществление целостного подхода к укреплению и сохранению здоровья дошкольника	<p>- достичь индекса здоровья до 80%;</p> <p>- внедрить новые формы закаливания;</p> <p>-внедрить нестандартное оборудование для коррекции и профилактики физических нарушений – двигательных функций верхних нижних конечностей, нарушений осанки, повышения остроты зрения и слуха, на основе использования новых технологий;</p>	постоянно 2009-2014	Педагоги Медперсонал. Педагоги
Методическое обеспечение коррекционно-образовательного процесса	<p>-внедрить новые здоровьесберегающие технологии в образовательный и коррекционный процессы;</p>	2009-2014	Педагоги
	<p>-составить серию занятий, целью которых является - приобретение знаний и формирование убеждений, привычки к здоровому образу жизни, неограниченных возможностях своего организма, повышению уровня самооценки;</p>	2009-2014 г.г.	Инструктор ЛФК. Педагог.
	<p>-составить мониторинг физического развития с целью определения эффективности работы в данном направлении на основе интеграции лечебных мероприятий и образовательного процессов по результатам тестирования развития физических качеств;</p>	2009-2014г.г	Зам.заведующего по ФОР, Педагог.
	<p>- составить мониторинг самооценки физических возможностей и сформированности навыков самооздоровления и самореализации двигательных функций в</p>	2009-2014г.г	Педагог

<p>Построение предметно-развивающей среды с соблюдением условий – опора на личностно-ориентированную модель взаимодействия между детьми, обеспечивающей комфортное пребывание ребенка в ДОУ.</p>	повседневной жизни, как главного критерия осознанного отношения к своему здоровью дошкольников;	Постоянно.	Педагог
	-составить методическое пособие для воспитателей и родителей по использованию нестандартного оборудования с учетом медицинских показаний и рекомендаций;	До конца 2012 года.	Педагог
	-составить конспекты занятий по всем разделам на основе использования атрибутов для профилактики и коррекции физических нарушений;	До конца 2012 года.	Педагог
	- составить план совместной работы с родителями по реализации задач охраны и укреплению здоровья детей;	До 2012г.	Педагог
	-усовершенствовать форму взаимодействия медперсонала и педагогов по выполнению назначений и рекомендаций, лечащим врачом, лечебно-оздоровительных и коррекционных мероприятий в группе;	Постоянно.	Медперсонал. Педагог
	-обеспечить возможность для детей реализовать потребность контролировать положение своего тела и осанки в разных видах деятельности;	Постоянно.	Медперсонал. Педагог
	-ввести в учебно-оздоровительный и коррекционный процесс для определения правильного положения осанки - тест «Осанка», для режима разгрузки позвоночника – «коврик-подголовник»; «босик-силач» - для контроля и самооценки результативности;	2009-2014г.г	
	- обеспечить профилактику и коррекцию нарушений нижних и верхних конечностей на основе введения комплекса «Здравствуйте,	2009-2014г.г	

	<p>мои ручки», «Ножки – побегушки»</p> <p>-обеспечить профилактику нарушений и повышению остроты зрения и слуха на основе комплекса «волшебные фонарики», «точка-убегай-ка», «где спряталась шкатулка».</p>		
--	---	--	--

## 5. Ресурсное обеспечение программы

- **Материально-техническое обеспечение:**

- Нестандартное оборудование;
- В рамках финансирования бюджета.

- **Информационное обеспечение:**

- Мониторинг эффективности работы по всем направлениям;
- Подготовка информационного материала для родителей;
- Создание и внедрение новых форм работы с родителями, эффективно способствующих положительной динамике по всем разделам;
- Составление учебно-методического комплекса о здоровом образе жизни для детей и взрослых;

- **Программно-методическое обеспечение:**

- Разработка программно-методического комплекса для родителей и педагогов.

## 6. Ожидаемые результаты

- Разработано и внедрено в коррекционно-образовательный и воспитательный процессы нестандартное оборудование;
- Повысился индекс здоровья до 50 - 60 % и стабилизирована динамика к ухудшению до 100%;
- Сформированы навыки самореализации двигательных функций, с учетом индивидуальных особенностей детей до - 85 – 90 %;
- Сформированы знания о здоровом образе жизни и реальных возможностях своего организма через использование здоровьесберегающих технологий;
- Разработаны и составлены методические пособия, включающие дидактические игры, для воспитателей и родителей на решение задач коррекционного цикла;
- Модернизирована предметно-пространственная среда на основе внедрения в коррекционно-образовательный и воспитательный процессы нестандартного оборудования;
- Оборудованный для детей учебно – воспитательный и развивающий комплекс: «Здоровячок», «Здравствуйте, мои ручки», «Ножки – побегушки».

## 7. Оценка эффективности программы.

- На уровне субъектов образовательного процесса:
  - Высокий уровень положительной динамики физического развития с учетом индивидуальных возможностей каждого из них;
  - Высокий уровень реализации двигательных функций с учетом индивидуальных особенностей;
  - Достаточный уровень знаний о здоровом образе жизни и резервных возможностях своего организма;
  - Высокий уровень потенциальных возможностей успешной адаптации в школе.
- На уровне ДОУ:
  - Модернизация предметно-развивающей среды группы;
  - Разработка и внедрение нестандартного оборудования в коррекционный и образовательный процессы на основе материалов нового поколения;
  - Создана и внедрена эффективная система работы с родителями;
  - Составлено учебно-методическое пособие по формированию знаний о здоровом образе жизни для детей дошкольного и младшего школьного возраста;

### Список использованной литературы

1. Аверина И. Е. Физкультурные минутки и динамические паузы в ДОУ // Практическое пособие. Айрис – пресс. М., 2006.
2. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка. Linka Press. М., 1993.
3. Береснева З.И. Здоровый малыш // Программа оздоровления детей в ДОУ. Сфера. М., 2004.
4. Возная В.И., Коновалова Т.И. Организация воспитательной и оздоровительной работы в ДОУ. Сфера. М., 2006.
5. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ // Методическое пособие. Сфера. М., 2007.
6. Голицына Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. Скрипторий. М., 2004.
7. Громова О.Е. Спортивные игры для детей. Сфера. М., 2008.
8. Зайцев А.К. Твое здоровье // Укрепление организма. Акцидент. С.-Пб., 1997.
9. Инструктор по физкультуре дошкольного образовательного учреждения // Научно – практический журнал. №2. 2008.
10. Кулик Г.И., Сергиенко Н.Н. Школа здорового человека // Программа для ДОУ. Сфера. М., 2006.
11. Лосева В.С. Плоскостопие у детей 6-7 лет // Профилактика и лечение. Сфера. М., 2004.
12. Моргунова О. Н. Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ // Практическое пособие. Учитель. Воронеж, 2005.
13. Нестерюк Т.В. Дыхательная и звуковая гимнастика. Книголюб. М., 2007.
14. Узорова О.В., Нефедова Е.А. Игры с пальчиками // Для начальной школы. Астрель. М., 2002.
15. Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье // Методическое пособие. Сфера. М., 2007.

<b>1 День недели</b>	<b>Коррекционно – профилактические и оздоровительные мероприятия</b>	
понедельник	1. Велотренажер, «педали». 2. Массаж БАТ по Уманской. 3. Упражнения «Ладочки на полу». 4. Рассказываем пальчиками стихи». 5. Дыхательные упражнения. 6. Осанка. 7. Гимнастика для глаз. 8. Игры коррекционные.	3-4 мин 2-3 мин 3-4 мин 2-4 мин 1-3 мин 3-5 мин 1-2 мин 8-10 мин
вторник	1. Силачи упражнения для верхних конечностей. 2. Упражнения на велотренажере. 3. Упражнения с мячиками. 4. Гимнастика для глаз. 5. Дыхательные упражнения. 6. «Волшебные перчатки». 7. Осанка. 8. Игры коррекционные.	2-3 мин 2-3 мин 3-4 мин 1-2 мин 1-2 мин 3-4 мин 3-5 мин 10-12 мин
Среда	1. Силачи – упражнения для верхних конечностей. 2. Упражнения на дыхание, психогимнастика. 3. Упражнения с педалями. 4. Ходьба по следам. 5. Игры с утяжелителями. 6. Мячики – ёжики. 7. Гимнастика для глаз. 8. Игры коррекционные.	1-2 мин 2-3 мин до 4-5 мин 1-3 мин 4-6 мин 2-4 мин 2-3 мин 8-10 мин
Четверг	1. Силачи упражнения для верхних конечностей. 2. Упражнения на дыхание (речевая гимнастика). 3. Ходьба по следам с раздражителями.	2-3 мин 3-4 мин 3-4 мин

	4. Упражнение – собери палочки по образцу. 5. Тапочки с бусинками. 6. Осанка. 7. Упражнения для слуха.	до 5 мин 5-10 мин 3-5 мин 3-5 мин
пятница	1. Силачи упражнения для верхних конечностей. 2. Упражнения на развитие внимания - «следы с сюрпризом». 3. «Ладшки на стене». 4. Упражнения на закрепление вестибулярного аппарата. 5. Игры лечебные. 6. Игольчатая дорожка. 7. Упражнения для слуха.	2-4 мин 5-8 мин 1-4 мин 1 мин до 10 мин 1,5-2 мин 3-4 мин
<b>Итого</b>		<b>175 мин = 2 часа 55 мин</b>

2.День недели	Коррекционно- профилактические мероприятия	
понедельник	1. «Ладочки с пуговицами». 2. «Овальный коврик» перед сном. 3. Упражнения на осанку (ходьба с пред-ми на голове) 1-2 м. 4. «Осанка». 5. «Волшебные перчатки». 6. Упражнения для слуха. 7. Упражнения для развития внимания. 8. Силачи упражнения на развитие силы мышц верхних конечностей.	4-5 мин 0,2-0,4 мин 3-4 мин 4-7 мин 5-7 мин 2-3мин 2-4 мин 3-5 мин
вторник	1. Упражнения с утяжелителями. 2. Упражнения на дыхание. 3. Упражнения с мячиками. 4. Расскази стихотворение руками. 5. Мячики – ёжики. 6. Упражнения для глаз. 7. Перчатки с сюрпризом.	4-5 мин 3-5 мин 4-5 мин 4-5 мин 4-5 мин 4-5 мин 2-5мин
Среда	1. Речевая гимнастика. 2. Упражнение «Ладочки на стене». 3. Упражнения «Волшебные точки». 4. Упражнения на развитие мелкой моторики. 5. Мячики с наполнителями. 6. Упражнения для слуха. 7. Овальный коврик.	2-3 мин 2,5-4 мин 1-3 мин 5-7 мин 2-4 мин 4-5 мин 0,5-3 мин
четверг	1. «Поймай рыбку» - координация движений. 2. Дыхательная гимнастика. 3. Велотренажеры. 4. Овальный коврик.	5-7 мин 1-3 мин 5-4 мин 0,2- 0,5 мин

	5. «Волшебные тапочки»	3-4 мин
	6. Упражнения для слуха.	3-4 мин
	7. Силачи упражнения для верхних конечностей.	1,5-4 мин
пятница	1. «Педали» со следами.	3-4 мин
	2. Упражнения «Ладони» - фиксированные на стене.	2-4 мин
	3. Психо-эмоциональная гимнастика.	2-3 мин
	4. Мячики – ёжики.	3-4 мин
	5. Попади в цель.	3-5 мин
	6. Ладони с пуговицами.	4-5 мин
	7. Упражнения для глаз.	2-3 мин
<b>Итого</b>		<b>188 мин = 3 часа 08 мин</b>

3.День недели	<b>Коррекционно - профилактические и оздоровительные мероприятия</b>	
понедельник	1. Ходьба с предмет. на голове. 2. Упражнения «Ладшки на полу». 3. «Следы с сюрпризом». 4. Упражнение «Осанка». 5. Игры на мелкую моторику. 6. Мини баскетбол. 7. «Педали» с трафаретками.	2-4 мин 2-3 мин 4-2 мин 1-2 мин 5-8 мин 5-8 мин 2-5 мин
вторник	1. «Силачи». 2. «Осанка». 3. Велотренажеры. 4. «Следы фиксированные». 5. Упражнения-игры с утяжелителями в п/и. 6. Дыхательная гимнастика. 7. Волшебные перчатки. 8. Овальный коврик.	4-5 мин 2-4 мин 7-9 мин 1-2 мин 7-9 мин 2-3 мин 1-3 мин 0,2-0,5 мин
Среда	1. Осанка. 2. Игры с утяжелителями. 3. Упражнения «Ладшки на полу». 4. Овальный коврик. 5. Дорожка со следами. 6. Мячи – великаны. 7. Упражнения для глаз. 8. Игровые упражнения по желанию.	1-2 мин 3-4 мин 2-4 мин 0,2-0,4 мин 2-3 мин 2-4 мин 2-3 мин 7-10 мин
четверг	1. Упражнения для верхних конечностей. 2. Дорожка – «внимание». 3. Упражнение для пальцев: «Расскажи стихотворение руками».	3-4 мин 1-2 мин 4-5 мин

	<p>4. Упражнения с палочками и мячиками с наполнителями.</p> <p>5. Психогимнастика (дыхание), точечный массаж У.</p> <p>6. Попади в цель.</p> <p>7. Упражнения для глаз.</p> <p>8. Коррекционные игры.</p>	<p>2-3 мин</p> <p>1-2,5 мин</p> <p>5-6 мин</p> <p>1-2 мин</p> <p>5-8 мин</p>
пятница	<p>1. Упражнения для глаз.</p> <p>2. Упражнения на педалях со следами.</p> <p>3. Игры на формирование правильной осанки (с предметами на голове).</p> <p>4. Моторика «Кто быстрее закрутит винтики, головки».</p> <p>5. «Волшебные тапочки».</p> <p>6. Перчатки с сюрпризом.</p> <p>7. Велотренажер со следами трафаретками.</p>	<p>2-3 мин</p> <p>3-4 мин</p> <p>5-8 мин</p> <p>4-7 мин</p> <p>4-7 мин</p> <p>3-4 мин</p> <p>2-3 мин</p>
<b>Итого</b>	<b>171 мин = 2 часа 51 мин</b>	

4.День недели	Коррекционно профилактические и оздоровительные мероприятия	
понедельник	1. Упражнения для глаз. 2. Овальный коврик. 3. Велотренажеры. 4. «Поймай рыбку» - координация движений. 5. «Ладочки на стене» - ритмическая гимнастика. 6. «Волшебные тапочки». 7. «Мячики - ёжики». 8. Упражнение осанка. <b>Итого:</b>	1-2 мин 0,3-1 мин 4-5мин 4-6 мин 4-5 мин 3-5мин 3-5 мин 2-5 мин 36 мин
Вторник	1. Упражнения для глаз. 2. Упражнение «Осанка». 3. Пальчиковая гимнастика. 4. «Тапочки с сюрпризом». 5. «Найдем дорожку». 6. «Дорожка следов на внимание». 7. Дыхательная гимнастика. 8. Силачи упражнения для верхних конечностей. <b>Итого:</b>	2-3 мин 2-4 мин 4-5 мин 1-3 мин 2-4 мин 3-4 мин 1-2,5 мин 5-6 мин 34 мин
Среда	1. «Педали с трафаретом». 2. Упражнения на дыхание, массаж по Уманской. 3. «Дорожка следов с сюрпризом». 4. Велотренажеры. 5. Игры с утяжелителями. 6. Силачи, упражнения для верхних конечностей. 7. Мячики – ёжики. <b>Итого:</b>	4-5 мин 1-1,5 мин 1-2 мин 4мин 5-7 мин 1-2 мин 2-3 мин 35мин

Четверг	1. Упражнения для слуха. 2. Упражнение «Осанка». 3. Овальный коврик. 4. Дорожка с сюрпризом. 5. Волшебные тапочки «с педалями». 6. Попади в цель. 7. Ходьба с предметами на голове <b>Итого:</b>	1-3 мин 3-4 мин 2-3 мин 2-4 мин 3-4 мин 4-5 мин 4-6 мин 29 мин
Пятница	1. «Силачи», упражнения для верхних конечностей. 2. Ходьба с предметами на голове. 3. Упражнения на дыхание, массаж по Уманской 4. «Волшебные мячики». 5. «Волшебные рюкзаки». 6. Перчатки с сюрпризом. 7. Ладони на полу. <b>Итого:</b>	3-6 мин 3-4 мин 1-2 мин 1-3 мин 4-5 мин 3-5 мин 2-3 мин 28 мин
<b>Итого: неделя</b> <b>месяц</b>	<b>165 мин = 2 часа 45 мин</b> <b>858 мин = 11 часов 39 мин</b>	

1. Тест «Осанка», периодическое ношение рюкзака, режим разгрузки позвоночника, в течении дня - составляет ежедневно – от 30 - 35 минут;
2. Дневной сон с соблюдением ортопедического режима под наблюдением педагога 2 – 2,20 минут;
3. Ходьба по овальному коврику после дневного сна с упражнениями 2-3 минут;
4. Упражнения для глаз – в режиме разгрузки позвоночника на занятиях, перед занятиями 2-3 минуты
5. Упражнения для развития и повышения слухового восприятия 1-3 минуты.

**Итого** время коррекционной работы в целом составляет:

**За неделю** - 815 минут = 13 часов 35 минут

**За месяц** - 3260 минут = 54 часа 20 минут

## Приложение 2

### Критерии диагностики по уровню формирования двигательных навыков и мотивационных установок в здоровом образе жизни

#### Высокий уровень:

Ребенок самостоятельно использует атрибуты, для усовершенствования физических качеств, знает функциональное назначение и цель.

1. Понимает значимость достигнутых результатов, ориентируясь на количественные показатели;
2. Реализует сформированные, с учетом индивидуальных возможностей, умения и навыки в повседневной жизни при выполнении навыков самообслуживания;
3. Осознает свои возможности при выполнении определенных физических упражнений, может аргументировать полученные достижения или причину их затруднений;
4. Контролирует осанку во всех видах деятельности;
5. Стремится оказывать помощь взрослым, сверстникам, которые испытывают затруднения;
6. Устанавливает и аргументирует причинно-следственную зависимость состояния здоровья человека;

#### Средний уровень:

1. Ребенок требует помощи взрослого во время выполнения упражнения на тренажерах, для усовершенствования двигательных навыков, знает какой тренажер необходимо использовать;
2. Ярко выражено стремление увеличить количественные показатели, желая превзойти результаты своего сверстника или приблизить свои результаты к результатам сверстника;
3. Требует помощи со стороны взрослых, при реализации недостаточно

- сформированных навыков, с учетом индивидуальных возможностей, в повседневной жизни, при выполнении навыков самообслуживания;
4. Мотивирует, при помощи взрослого, уровень достигнутых результатов стремится их изменить в лучшую сторону, имеет представление о причинно-следственной зависимости состояния здоровья человека;
  5. Контроль осанки, чаще всего, при напоминании взрослого;
  6. По просьбе педагога оказывает помощь сверстникам, взрослым.

**Низкий уровень:**

1. Ребенок выполняет упражнения или указания при помощи взрослого и с нежеланием;
2. Во время выполнения упражнений ориентируется на игровой процесс, не понимая значимость качества их выполнения;
3. Низкий уровень мотивации получение высоких результатов, их необходимость реализации в повседневной жизни.

### Приложение 3

Методические рекомендации для воспитателей и родителей  
«Здоровячок-Сибирячок»

Т.И. Трохименко

#### **«Здоровячок – сибирячок»**

*Использование нестандартного оборудования в ДОУ для коррекции и профилактики физических нарушений у детей*

(Методические рекомендации для воспитателей и родителей)

МДОУДСКВ № 29 «Ёлочка»  
г. Нижневартовск 2009 год.

В Федеральной целевой программе «Образование и здоровье», целевой программе «Здоровье» на территории ХМАО, «Развитие образования города Нижневартовска на 2007 - 2014 годы» г.Нижневартовска, в части повышения качества образования одной из важнейших задач является задача по усовершенствованию условий для организации образовательного процесса в целях сохранения и укрепления здоровья обучающихся и воспитанников.

Тенденция к ухудшению здоровья детей поставила педагогов перед необходимостью внедрения в педагогический процесс новых технологий, повышающих эффективность коррекционно-оздоровительного и воспитательно-образовательного процесса. Работая длительное время в ДОУ, которое посещают дети с проблемами здоровья, я стараюсь строить систему работы таким образом, чтобы задачи лечебно - оздоровительного и коррекционного процессов эффективно были интегрированы в задачи образовательного процесса - дополняя друг друга. Основные задачи работы в группе опираются на задачи ДОУ.

Вся лечебно-оздоровительная работа в группе направлена на выполнение рекомендаций врача, и перед воспитателем стоит главная задача – организовать работу таким образом, чтобы добиться максимальной положительной динамики результатов.

Основными направлениями моей работы являются:

1. Профилактика и коррекция нарушений осанки;
2. Профилактика и коррекция нарушений верхних и нижних конечностей;
3. Профилактика и коррекция мелкой моторики;
4. Профилактика и коррекция нарушений зрительного и слухового восприятия;
5. Создание условий для психического и физического развития.

Работая с данной категорией детей на протяжении многих лет, я увидела огромные возможности и эффективность в коррекционном и оздоровительном процессе, нестандартного оборудования. Однако данное МДОУДСКВ №29 «Ёлочка» Программа «Здоровячок-Сибирячок»

оборудование и формы его организации эффективны лишь в том случае, когда соответствуют следующим требованиям при их использовании.

- Тренажеры должны быть в доступном для ребенка месте;
- Следить за эстетичным и привлекательным видом тренажеров нестандартного оборудования;
- Использовать прием игровой мотивации;
- Важно чередовать упражнения так, чтобы нагрузка движения, идущих друг за другом, не приходилась на одни и те же группы мышц;
- Упражнения необходимо начинать с самых простых и заканчивать более сложными - с учетом индивидуальных возможностей ребенка;
- Следить за самочувствием детей, не допускать передозировку;
- При дозировке упражнений исходить из степени тренированности организма;
- С целью повышения активности и самостоятельности предлагается детям самим придумать упражнения на тренажере;
- Использовать прием игровой мотивации;
- Использовать атрибуты, нестандартное оборудование, по мере возможности во всех видах деятельности;
- Следить за правильным распределением интенсивности физической нагрузки, во время работы, с учетом предыдущего вида деятельности.

Исходя из общих требований и рекомендаций по выполнению задач всестороннего развития ребенка, были разработаны и внедрены в педагогический и коррекционный процесс атрибуты и нестандартное оборудование, которое эффективно способствует положительной динамике.

Дети в основном дома, в детском саду, в школе большую часть времени проводят в статическом положении (за столами, у телевизора и т.д.). Это увеличивает статическую нагрузку на определенные группы мышц и вызывает их утомление. Снижается работоспособность скелетной мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, плоскостопие,

задержку возрастного развития, быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы. Умение и неумение правильно держать свое тело влияет не только на внешний вид человека, но и на состояние его внутренних органов, его здоровье. Дефекты осанки приводят к ухудшению работы органов и систем растущего организма, особенно это сказывается на функциях костно-мышечного аппарата, сердечно-сосудистой системы, дыхательного аппарата. Осанка формируется в процессе роста ребенка, изменяясь в зависимости от условий быта, занятий физической культурой, учебы. В дошкольном возрасте осанка еще не сформирована, поэтому неблагоприятные факторы наиболее сильно влияют на детей в период бурного роста.

Периодическое ношение ранца, рюкзака, режим разгрузки позвоночника на «мамино коврик», тест осанки «Неваляшка» для маленьких и «Тимошечка», для детей старшего возраста, упражнения для верхних конечностей «ладошки на стене», «ладошки на полу», является одним из многих эффективных направлений в работе по формированию правильной осанки. Главным критерием является высокий уровень сформированных знаний и умений - иметь красивую фигуру, знать о причинах ее нарушения и последствия.

Стопа – фундамент, опора нашего тела, и любое нарушение развития может отражаться на осанке ребенка. Разные упражнения для нижних конечностей являются профилактическим средством. Дети с большим удовольствием ходят по разным дорожкам с раздражителями, выполняют различные упражнения «составь рисунок пальчиками ног», ходят в «тапочках с сюрпризом», что благотворно сказывается не только на физическом состоянии, но и на положительном эмоциональном тоне.

Коррекция и профилактика нарушений мелкой моторики интегрированная с работой многих узких специалистов имеет положительные результаты. Ведущую роль в этом направлении играют - рекомендации учителя – логопеда, психолога. Использование мной игровых

приемов с «перчатками с сюрпризом», «веселые ладошки на стене», «ладошки на полу», тренажер «босик-силач» и др. эффективно сказываются на результатах работы в данном направлении.

Огромную роль в интеллектуальном и психическом развитии имеют игры с углубленной коррекционной направленностью.

«Завяжи веревочку по схеме», «разноцветные колбаски», «мячики с сюрпризом» и другие стимулируют активность ребенка во всех видах деятельности. Только интегрированные формы работы способствуют стабильной положительной динамике.

#### **Требования по использованию нестандартного оборудования:**

- Тренажеры должны быть в доступном для ребенка месте;
- Следить за эстетичным и привлекательным видом тренажеров нестандартного оборудования;
- Важно чередовать упражнения так, чтобы нагрузка движения, идущих друг за другом, не приходилась на одни и те же группы мышц;
- Упражнения необходимо начинать с самых простых и заканчивать более сложными, с учетом индивидуальных особенностей ребенка;
- Следить за самочувствием детей, не допускать передозировку;
- При дозировке упражнений исходить от степени тренированности организма;
- С целью повышения активности и самостоятельности предлагается детям самим придумать упражнения по мере возможности, на занятиях во время физминуток;
- Использовать прием игровой мотивации;
- Использование нестандартного оборудования,
- Следить за правильным распределением интенсивности физической нагрузки, во время работы, с учетом предыдущего вида деятельности; тренажере.

## «ЛАДОШКИ НА СТЕНЕ»

### **Цель:**

развитие тактильных ощущений, силы и выносливости верхних конечностей, мелкой моторики, коррекция и профилактика нарушений кинестетического восприятия и стереогноза. Формирование осознанного отношения к качеству выполнения тренировочных движений, их необходимости для физического развития.

### **Задачи:**

формировать правильное положение кисти при силовом воздействии на подушечки пальцев. Самостоятельно контролировать положение туловища, принимать исходное положение, согласно инструкции, контролировать силу нажима на все кончики пальцев.

### **Способ выполнения задания:**

стоя лицом к стене, ноги на ширине ступни на небольшом расстоянии от стены, туловище слегка наклонено вперед, максимально развести пальцы рук, совместить с «пальцами-трафаретками» - изображенными на стене. Выполнять пружинистые нажимы на подушечки пальцев, наклоняясь поочередно, вперед - к стене и назад, сгибая и разгибая руки в локтевом суставе.



## «ЛАДОШКИ С ПУГОВИЦАМИ»

### Цель:

коррекция и профилактика нарушений мелкой моторики, развитие подвижности пальцев рук, повышение работы активных точек на ладони, развитие тактильных ощущений, коррекция и профилактика нарушений кинестетического восприятия и стереогноза, укрепление иммунитета и эмоционального тонуса, повышение остроты зрения.

### Задачи:

учить, самостоятельно, выполнять упражнения, концентрировать и регулировать силу нажима на кончики пальцев и запястье руки.

### Методика выполнения.

Трафаретки ладошек должны соответствовать максимальному положению развернутой руки здорового ребенка. При выполнении данного упражнения необходимо строго следить за правильным положением руки. Выполняются ритмичные надавливания на подушечки пальцев и запястье рук одновременно. Желательно при ознакомлении с данным «тренажером», выполнить упражнение совместно со взрослым, что дает возможность ребенку почувствовать силу нажима на определенные места ладоней и пальцев. Использование художественного слова, активизирует и повышает интерес ребенка к качественному выполнению задания.

### Где-то рядом слышен стук

Тук-тук, тук-тук, тук-тук,

Пальцы ручками стучат

Ловчее быть они хотят.



## «ПЕРЧАТКИ С СЮРПРИЗОМ»

### Цель:

массаж активных точек на ладони, подушечках пальцев, профилактика и коррекция нарушений верхних конечностей, развитие тактильных ощущений, профилактика и коррекция нарушения кинестетического восприятия и стереогноза, развитие памяти, повышение остроты зрения, эмоционального тонуса, укрепление иммунитета.

### Задачи:

разнообразить приемы, способствующие усилению физической нагрузки на кисти рук, фаланги пальцев, формировать навыки работы в перчатках в разных видах деятельности и на тренажерах в спортивном зале, повысить эффективность БАТ.

### Методика выполнения:

в перчатках выполняются разнообразные силовые упражнения, которые дают возможность ребенку ощутить силу воздействия на разных участках ладоней, при необходимости ее регулировать. Работа в перчатках с сюрпризом, способствует более сильному и длительному воздействию на ладошки и пальцы верхних конечностей, по сравнению с «ладошками трафаретками».



## «ЛАДОШКИ НА ПОЛУ»

### **Цель:**

укрепление мышц плечевого и локтевого сустава, мышечного корсета спины, мышц и силу кистей рук, развитие координации, развитие тактильных ощущений, профилактика и коррекция нарушений кинестетического восприятия и стереогноза.

### **Задачи:**

учить принимать положение тела и концентрировать внимание во время выполнения задания. Выполнять силу нажима на кисть методом сгибания и разгибания рук в локтевом суставе, не прогибая спины, держа голову на уровне туловища.

### **Методика выполнения:**

стоя на коленях, руками упереться в пол, совместив свою ладонь с трафареткой ладони на полу - разгибать и сгибать руки в локтевом суставе.

### **Локоточки весело сгибаем**

**Снова их мы разгибаем,**

**Руку мы согнем дугой**

**Угол сделаем другой**

**Надо вместе их сложить**

**Чтоб «пятерку» поучить.**



## «МАЛЫШИ – СИЛАЧИ»

### Цель:

развитие силы мышц верхних конечностей, развитие компенсаторных двигательных функций, профилактика нарушений мелкой моторики, развитие тактильных ощущений, профилактика и коррекция нарушений кинестетического восприятия и стереогноза, формирование мотивационной установки - к получению высоких результатов.

### Задачи:

учить принимать правильное положение рук для выполнения упражнения под наблюдением взрослого или самостоятельно, осознавать зависимость полученных результатов от степени развития и тренированности движений, формировать положительные эмоции от полученных результатов, увиденных на «экране».

### Способ выполнения задания:

поочередно или одновременно, в зависимости от задания взрослого, нажимать на плоскость, «трафарета-ладошки», максимально надавливая одновременно ладшкой или только кончиками пальцев, ориентироваться на результаты, полученные на «экране».



## «ОВАЛЬНЫЙ КОВРИК С ПРЕДМЕТАМИ»

### Цель:

развитие пространственного восприятия, тренировка вестибулярного аппарата, профилактика плоскостопия и нарушения осанки, развитие равновесия, повышение эффективности БАТ на ступне.

### Задачи:

учить ходить по периметру коврика, наступать на предметы, расположенных на коврике, всей ступней, правильно фиксируя ее положение, удерживать равновесие, правильную осанку, самостоятельно определять физическое состояние с целью дозировки выполнения данного упражнения.

### Способ выполнения:

ходить по периметру (круг, овал) коврика, удерживая правильное положение спины, наступать всей ступней на предметы, зафиксированных на «коврике», изменять направление ходьбы по периметру коврика, ориентируясь на указание стрелок, учитывать свое физическое состояние с целью дозировки выполнения упражнения.



## «ДОРОЖКА - ОРИЕНТИР»

### Цель:

укрепление мышц свода стопы, профилактика и коррекция косолапости, плоскостопия, формирование правильной осанки, развитие внимания координации движений, зрительно-пространственного восприятия, повышение эффективности БАТ .

### Задачи:

фиксировать правильное положение стопы, ориентироваться на - «трафаретку-стопу», выполнять движения, согласно схематическому изображению и указанию педагога, ориентироваться в пространстве

### Способ выполнения:

ходить по ограниченному пространству дорожки, соблюдая правильное положение тела, удерживать равновесие, правильно ставить свою ступню на «трафаретки – следы», совмещая ее с ориентиром, соблюдать поочередность выполнения движений.



## «ДОРОЖКА СО СЛЕДОЧКАМИ»

### Цель:

коррекция и профилактика плоскостопия, формирование правильной осанки, равновесия.

### Задачи:

Фиксировать правильное положение тела, принимать исходное положение стопы во время передвижения, развивать зрительно-пространственное восприятие, повышение эффективности БАТ.

### Способ выполнения:

ходить по дорожке, наступая всей ступней на следочки с предметами не сдвигая их с места, следить за правильным положением осанки.



## «ТАПОЧКИ С СЮРПРИЗОМ»

### Цель:

коррекция, профилактика плоскостопия, косолапости, профилактика и коррекция нарушения кинестетического восприятия и стереогноза, пространственного восприятия.

### Задачи:

формировать навыки и умения самостоятельно использовать данный тренажер, использовать по назначению как средство, способствующее коррекции и профилактике плоскостопия и косолапости, воспитывать чувство ответственности за свое здоровье.

### Способ применения:

данный вид тренажера применяется во вторую половину дня в разных видах деятельности - на гимнастике, на физкультурных занятиях как элемент какого-либо движения - прыжка, ходьбы по бревну, лазании по гимнастической лестнице, в игре малой подвижности и т. д.



## «РАЗНОЦВЕТНЫЕ КОЛБАСКИ»

### Цель:

коррекция и профилактика нарушений мелкой моторики, тактильных ощущений, двигательных функций, внимания.

### Задачи:

формировать умения выполнять точные движения, сосредотачивать внимание на выполнение конкретного задания, изменять задания в зависимости от поставленных условий. Самостоятельно придумывать другие варианты игр и упражнений.

### Способ выполнения:

данный вид упражнений может выполняться как в спортивных соревнованиях, как дидактическое упражнение на занятиях по математике, в разделе усвоения сенсорных эталонов.



## «РАНЦЫ-РЮКЗАЧКИ»

### Цель:

профилактика и коррекция нарушений осанки.

### Задачи:

формировать знание о том, что правильная осанка не только влияет на внешний вид человека, но и огромное значение имеет для его здоровья. Формировать умения и навыки принимать и фиксировать правильное положение тела во всех видах деятельности. Воспитывать желание иметь красивую фигуру.

### Способ применения:

периодически надеваются во время игр в группе, во время проведения режимных моментов после возвращения с прогулки, а также на прогулке в летний период времени и по собственному желанию ребенка.



## «КОНТРОЛЛЕР ОСАНКИ «НЕВАЛЯШКА»

### Цель:

профилактика и коррекция нарушений осанки, формирование знаний и навыков правильного положения тела во всех видах деятельности.

### Задачи:

учить принимать правильное положение туловища на основе алгоритма его фиксации, удерживать правильное положение тела длительное время, ориентируясь на показатели контролера осанки, видеть и оценивать результаты.

### Способ применения:

результатом правильного положения осанки, являются светящиеся лампочки, которые закреплены сбоку данного оборудования и загораются в тот момент, когда ребенок поочередно прислоняется необходимыми частями тела – ножками, ягодицами, лопатками, головкой, чтобы зафиксировать правильное положение тела.



## «МАМИН КОВРИК - ПОДГОЛОВНИК»

### Цель:

разгрузка позвоночника, снятие статической нагрузки на позвоночник, формирование правильной осанки.

### Задачи:

воспитывать чувство ответственности за свое здоровье, приучать к самооценке физического состояния, принимать необходимые решения для устранения неблагоприятных факторов, временного дискомфорта на основе выполнения коррекционных и профилактических мероприятий.

### Способ применения:

после занятий или между ними, дети ложатся на ковер с подголовниками с целью разгрузки позвоночника и снятия статического напряжения. Параллельно можно проводить и другие мероприятия – чтение художественной литературы, прослушивание музыкальных произведений, рассматривание иллюстраций. Коврик - подголовник является в образовательном процессе - эффективным организующим моментом с игровой мотивацией.

Хватит спинушку качать  
Нужно лечь и отдохнуть.  
Я на коврике лежу,  
Прямо в потолок гляжу  
Лежат ровно пяточки  
Плечики, лопаточки.  
Спинка ровная, прямая,  
А могла бы быть кривая.



## «ФОНАРИК – «КАРАНДАШ»

### Цель:

профилактика и коррекция нарушений остроты зрения, тренировка функций мышц-глазодвигателей, развитие зрительно-моторной координации развитие внимания, воображения,

### Задачи:

учить выполнять разнообразные движения глазами, читать рисунок на потолке, выполненного с помощью фонарика взрослым или самим ребенком.

### Способ применения:

дети в режиме разгрузки позвоночника, лежа на спине на подголовниках, следят за световым отражением от фонарика в виде «точки» на потолке, выполняют упражнения для тренировки функций мышц – глазодвигателей. Самостоятельно определяют фигуру, изображенную на потолке при помощи фонарика, или фигуру выполненную самостоятельно при помощи фонарика на минифланелеграфе на занятии или в самостоятельной деятельности.



## «ДИДАКТИЧЕСКИЕ ИГРЫ НА ИНТЕЛЕКТУАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ И РАЗВИТИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ»

### Цель:

развитие интеллектуальных способностей, зрительно-моторной координации, мелкой моторики, тактильных ощущений, профилактика и коррекция нарушения кинестетического восприятия и стереогноза.

### Задачи:

выполнять условия игры согласно правилам. На основе приобретенных знаний умений и навыков самостоятельно или с помощью взрослого их усложнять.



## «ОРИЕНТИР» ПРАВИЛЬНОЙ УКЛАДКИ КО СНУ

### Цель:

формирование правильной осанки, развитие пространственного восприятия, формирование умений и навыков контроля за положением тела во всех видах деятельности.

### Задачи:

следить за правильным положением тела в кровати перед сном, правильно его фиксировать, ориентируясь на «указатели – маркеры», формировать положительные эмоции перед сном.

### Способ выполнения:

дети укладываются в кровать, во время дневного сна, ориентируясь на «указатели»; расположенные по центру на спинке кровати в районе расположения головы и ног, установка педагога на необходимость принятия правильной позы тела и ее сохранения на протяжении всего сна, желательно на спинке. Следить за сохранением положительных эмоций во время укладывания ко сну.



## «СЛЕДОЧКИ-ТРАФАРЕТКИ»

### Цель:

коррекция и профилактика косолапости и плоскостопия, укрепление мышц свода стопы.

### Задачи:

фиксировать правильное положение стопы во время выполнения силовых упражнений для ног в разных видах упражнений на тренажере-педалях.

### Способ выполнения:

зафиксировать правильное положение трафаретки и стопы выполнять силовые упражнения на тренажерах при этом самостоятельно усиливать нагрузку за счет увеличения количества движений под контролем взрослого.



## «ВЕСЕЛЫЕ БРАСЛЕТКИ»

### Цель:

укрепление и развитие мышц суставов верхних и нижних конечностей, увеличение мышечной массы за счет тренированности.

### Задачи:

выполнять точные движения по указанию взрослого, самостоятельно регулировать силу нагрузки при выполнении упражнений во время утренней гимнастики и на физкультурных занятиях.

### Способ выполнения:

браслеты используются на физкультурных занятиях, во время утренней гимнастики и подвижных играх. Во время использования браслетов учитывается индивидуальное состояние ребенка.



## «ОБОДОЧКИ» - ПОДДЕРЖИ-ка»

### Цель:

формирование правильной осанки, укрепление мышц спины, умение сохранять равновесие на ограниченной плоскости.

### Задачи:

удерживать предметы на голове, сохранять правильное положение тела во время передвижения, как по ограниченному пространству, так и во время свободной ходьбы в самостоятельной деятельности.

### Способ выполнения:

данное приспособление одевается на голову во время выполнения заданий: « по ровненькой дорожке», «не урони предмет с головы», « самая красивая фигура», «спинка ровная».



## «ТОЧКА - ШАЛУНИШКА»

### Цель:

профилактика и коррекция нарушений остроты зрения, укрепление мышц глазо-двигателей.

### Задачи:

упражнять в точности фиксирования глазами точек разных по размерам, удерживать и концентрировать внимание на них во время смены картинок.

### Способ выполнения:

дети по указанию взрослого фиксируют внимание при помощи глаз на точке, изображенной на одной карточке, а потом на другой, сменив ее по указанию взрослого ритмичным движением.



## «НЕОБЫЧНЫЕ МЯЧИКИ»

### Цель:

развитие и укрепление мышц мелкой моторики рук, развитие памяти, внимания. Распределение внимания во время выполнения нескольких операций, по заданию взрослого.

### Задачи:

упражнять в умении быстро находить на ощупь предметы, определять их количество, размеры и фиксировать при помощи тактильных и зрительных анализаторов разными способами.

### Способ выполнения:

ребенок на ощупь определяет количество предметов - пуговиц, камешков, гороха, находящихся в мячике, фиксирует полученный результат при помощи цифр или других ориентиров.



## «РАНЦЫ-РЮКЗАЧКИ»

**Цель:**  
профилактика и коррекция нарушений осанки.

**Задачи:**  
формировать знание о том, что правильная осанка не только влияет на внешний вид человека, но и огромное значение имеет для его здоровья. Формировать умения и навыки принимать и фиксировать правильное положение тела во всех видах деятельности. Воспитывать желание иметь красивую фигуру.

### Способ применения:

периодически надеваются во время игр в группе, во время проведения режимных моментов после возвращения с прогулки, а также на прогулке в летний период времени и по собственному желанию ребенка.



## «ОРИЕНТИР» ПРАВИЛЬНОЙ УКЛАДКИ КО СНУ

**Цель:**  
формирование правильной осанки, развитие пространственного восприятия, формирование умений и навыков контроля за положением тела во всех видах деятельности.

**Задачи:**  
следить за правильным положением тела в кровати перед сном, правильно его фиксировать, ориентируясь на «указатели – маркеры», формировать положительные эмоции перед сном.

### Способ выполнения:

дети укладываются в кровать, во время дневного сна, ориентируясь на «указатели»; расположенные по центру на спинке кровати в районе расположения головы и ног, установка педагога на необходимость принятия правильной позы тела и ее сохранения на протяжении всего сна, желательно на спинке. Следить за сохранением положительных эмоций во время укладывания ко сну.



## Приложение 4 Брошюра «Здоровячок-Сибирячок»

*Школа здоровья*

## Здоровячок-Сибирячок



Т. И. Трохименко

## «МАМИН КОВРИК - ПОДГОЛОВНИК»

У нас славная осанка  
Мы свели лопатки.  
Мы походим на носках,  
А потом на пятках.

Нарушение осанки - частый спутник многих хронических заболеваний, проявляющихся в общей функциональной слабости, гипотоническом состоянии мышц и связочного аппарата. Дефекты осанки отрицательно влияют на деятельность сердца, желудка, печени, почек. Основой профилактики и лечения нарушений осанки, является общая тренировка организма ребенка.

Приобретение правильной осанки – длительный процесс, поэтому ребенку необходимо многократно показывать, что такое правильная осанка. Некоторые родители ограничиваются замечанием: « Не горбись!» это ошибка, так как в бессознательном человека частица «не» обычно не воспринимается. Нужно давать позитивные формулировки (« иди прямо» , «выше подбородок») и непосредственно на теле ребенка показывать правильное положение. Большое значение для развития правильной осанки является соблюдение правильного ортопедического режима на протяжении всего периода роста ребенка. Особую роль в этом процессе играют родители и педагоги. Положительные результаты дают условия созданные самими взрослыми, где на протяжении всего периода используется метод игровой мотивации. В более старшем возрасте - хорошую осанку можно развить в танцевальном, спортивном кружках. Воспитание у ребенка осознанных мотивов иметь красивую фигуру – является главным критерием в воспитательном и коррекционном процессе.

Хватит спинку качать,  
Надо лечь и отдыхать.  
Я на коврике лежу,  
Прямо в потолок гляжу.  
Лежат ровно пяточки,  
Плечики, лопаточки.  
Спинка ровная. Прямая,  
А могла бы быть кривая.

**МДОУ ДСКВ № 29 «Ёлочка»  
г. Нижневартовск 2008**

### Цель:

разгрузка позвоночника, снятие статической нагрузки на позвоночник, формирование правильной осанки.

### Задачи:

воспитывать чувство ответственности за свое здоровье, приучать к самооценке физического состояния, принимать необходимые решения для устранения неблагоприятных факторов, временного дискомфорта на основе выполнения коррекционных и профилактических мероприятий.

### Способ применения:

после занятий или между ними, дети ложатся на ковер с подголовниками с целью разгрузки позвоночника и снятия статического напряжения. Параллельно можно проводить и другие мероприятия – чтение художественной литературы, прослушивание музыкальных произведений, рассматривание иллюстраций. Коврик - подголовник является в образовательном процессе - эффективным организующим моментом с игровой мотивацией.



## «КОНТРОЛЛЕР ОСАНКИ «НЕВАЛЯШКА»

### Цель:

профилактика и коррекция нарушений осанки, формирование знаний и навыков правильного положения тела во всех видах деятельности.

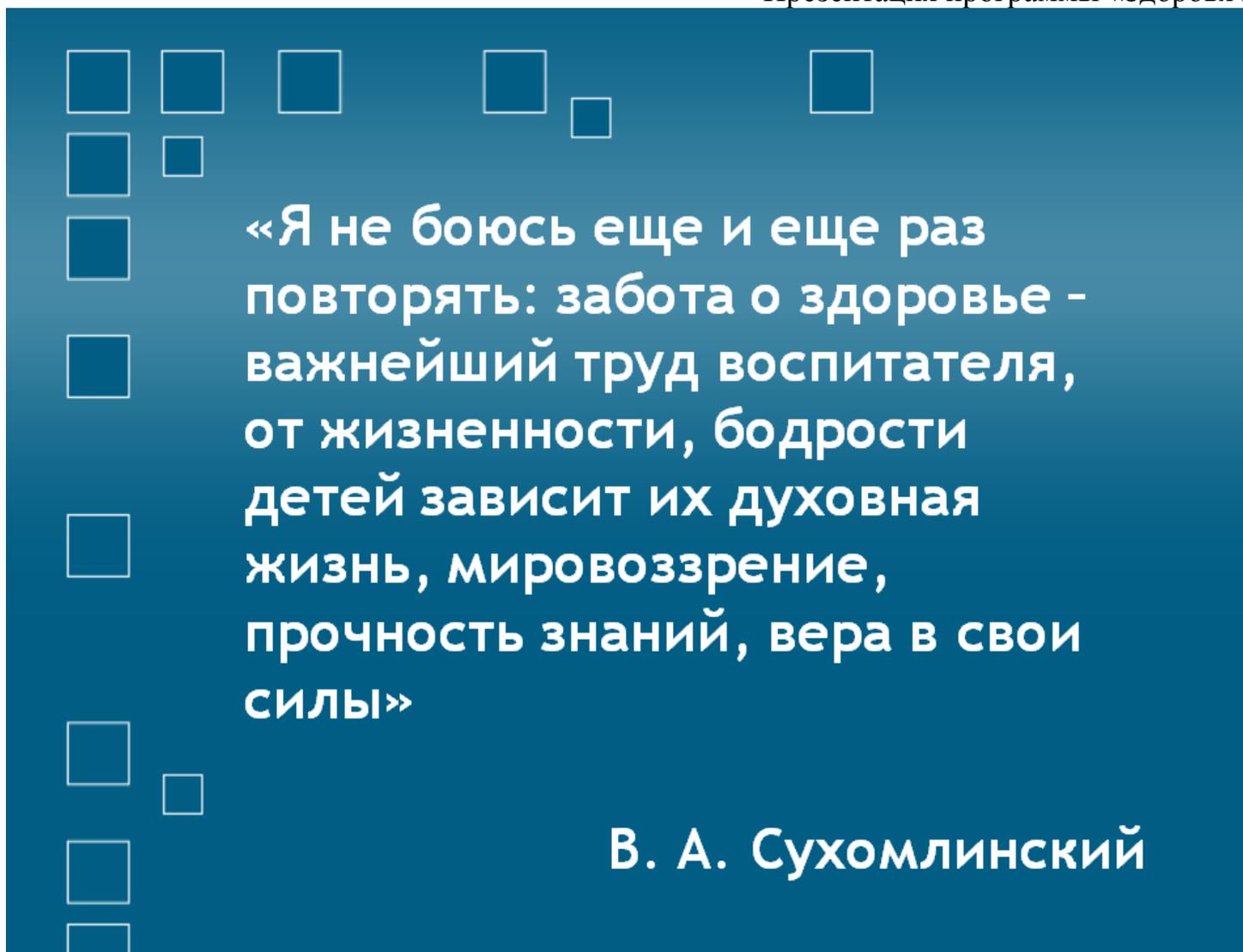
### Задачи:

учить принимать правильное положение туловища на основе алгоритма его фиксации, удерживать правильное положение тела длительное время, ориентируясь на показатели контролера осанки, видеть и оценивать результаты.

### Способ применения:

результатом правильного положения осанки, являются светящиеся лампочки, которые закреплены сбоку данного оборудования и загораются в тот момент, когда ребенок поочередно прислоняется необходимыми частями тела – ножками, ягодицами, лопатками, головкой, чтобы зафиксировать правильное положение тела.





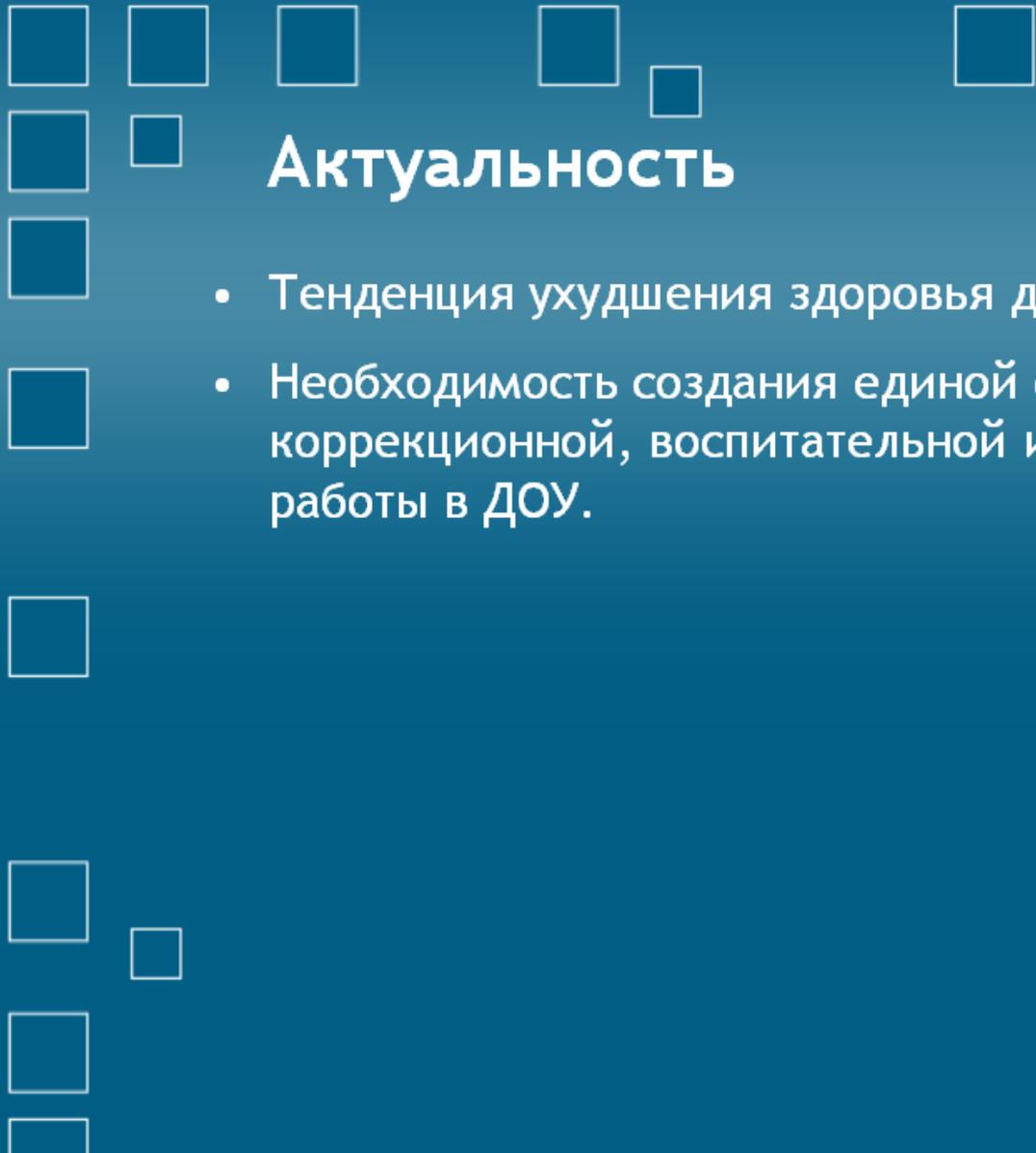


# Здоровячок-Сибирячок

Использование нестандартного оборудования  
в ДОУ с целью коррекции и профилактики  
физических нарушений у детей

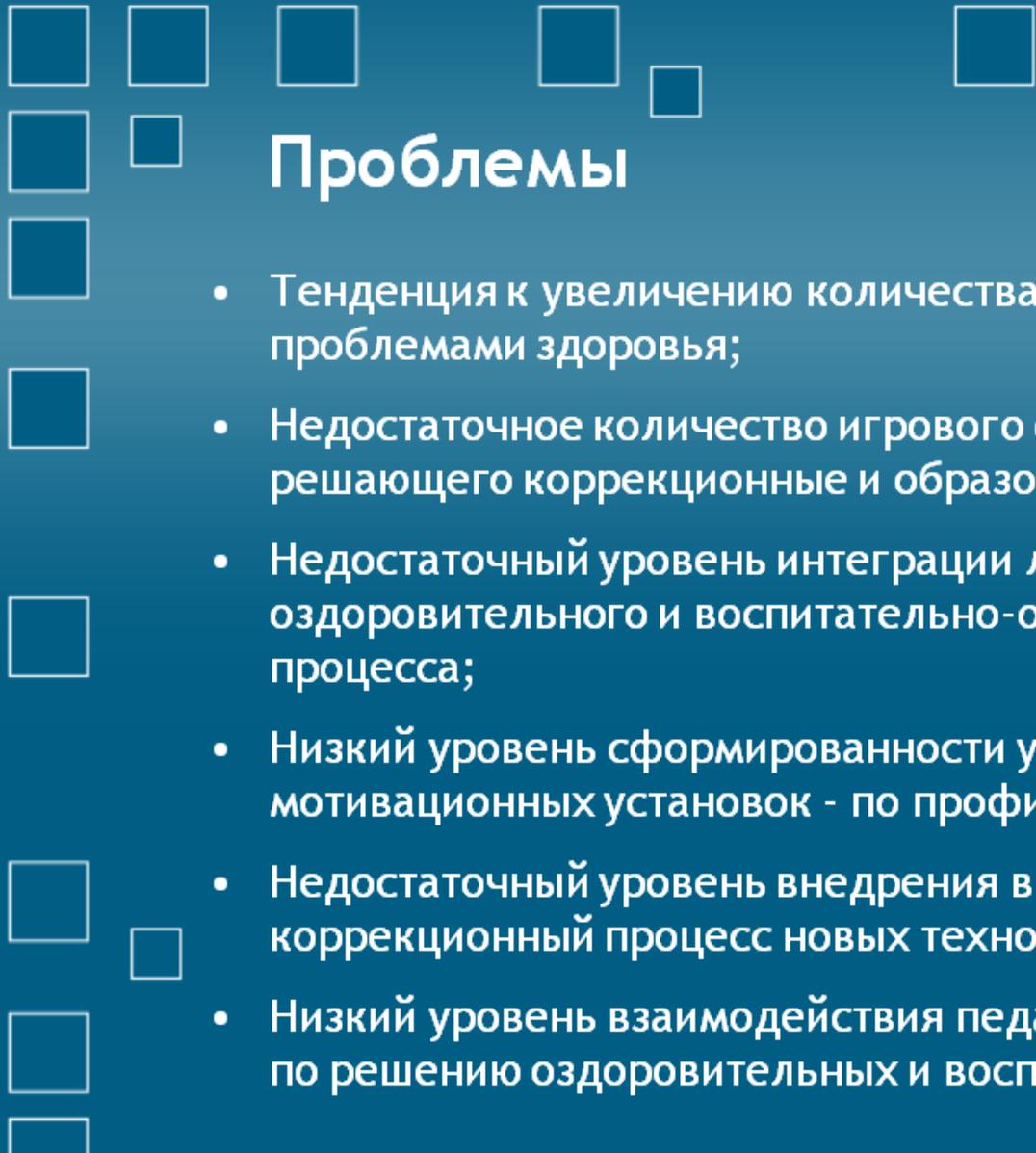
МДОУ ДСКВ №29 «Ёлочка»  
Трохименко Татьяна Иосифовна

г. Нижневартовск 2008г.



## Актуальность

- Тенденция ухудшения здоровья детей;
- Необходимость создания единой системы коррекционной, воспитательной и образовательной работы в ДОУ.



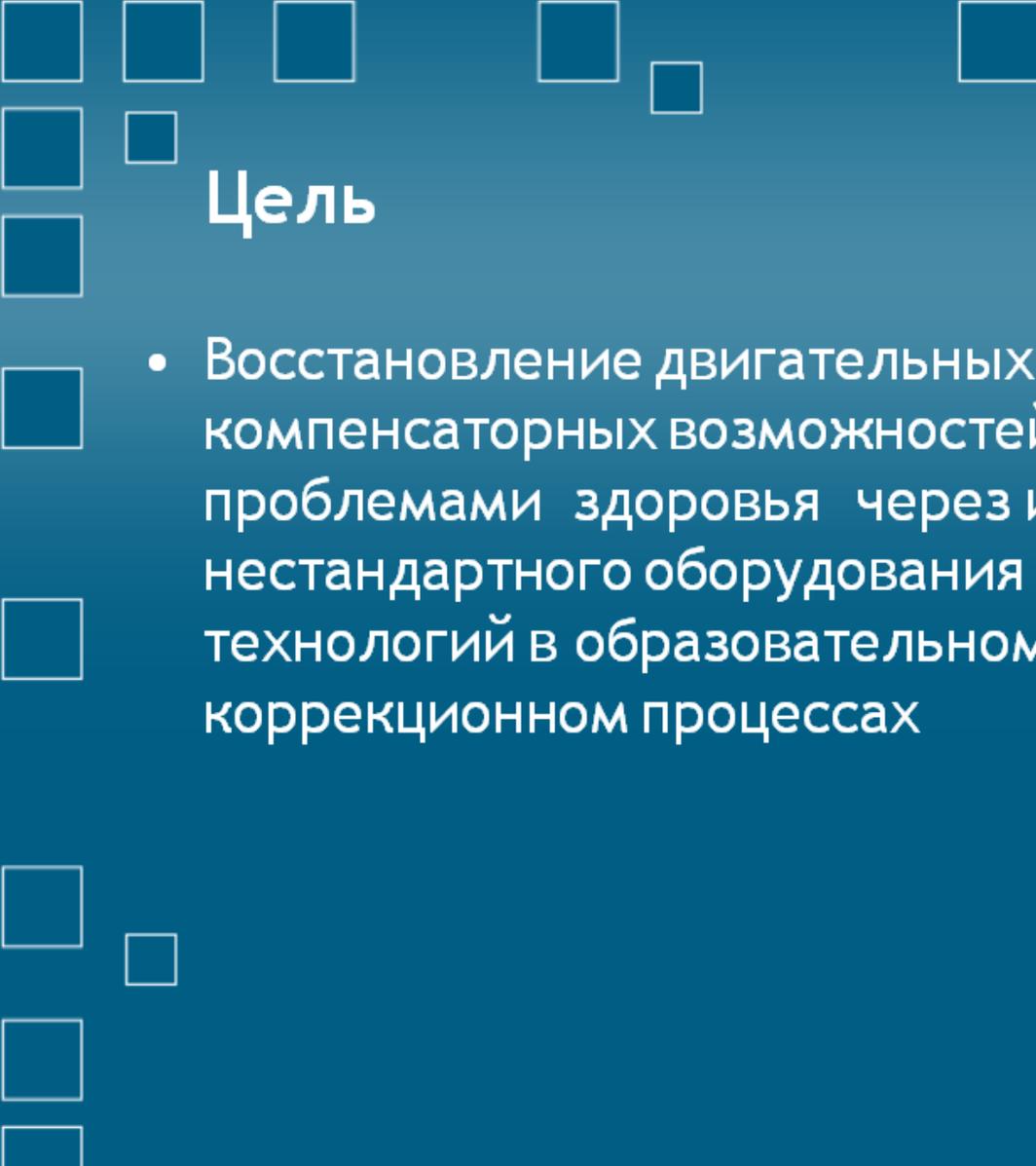
## Проблемы

- Тенденция к увеличению количества детей с проблемами здоровья;
- Недостаточное количество игрового оборудования, решающего коррекционные и образовательные задачи;
- Недостаточный уровень интеграции лечебно-оздоровительного и воспитательно-образовательного процесса;
- Низкий уровень сформированности у детей мотивационных установок - по профилактике болезней;
- Недостаточный уровень внедрения в образовательный и коррекционный процесс новых технологий;
- Низкий уровень взаимодействия педагогов и родителей по решению оздоровительных и воспитательных задач;



## Основные направления работы

- 
- Профилактика и коррекция нарушений осанки;
  - Профилактика и коррекция нарушений верхних и нижних конечностей;
  - Профилактика и коррекция нарушений мелкой моторики;
  - Создание условий для интеллектуального и психического развития ребенка;
- 

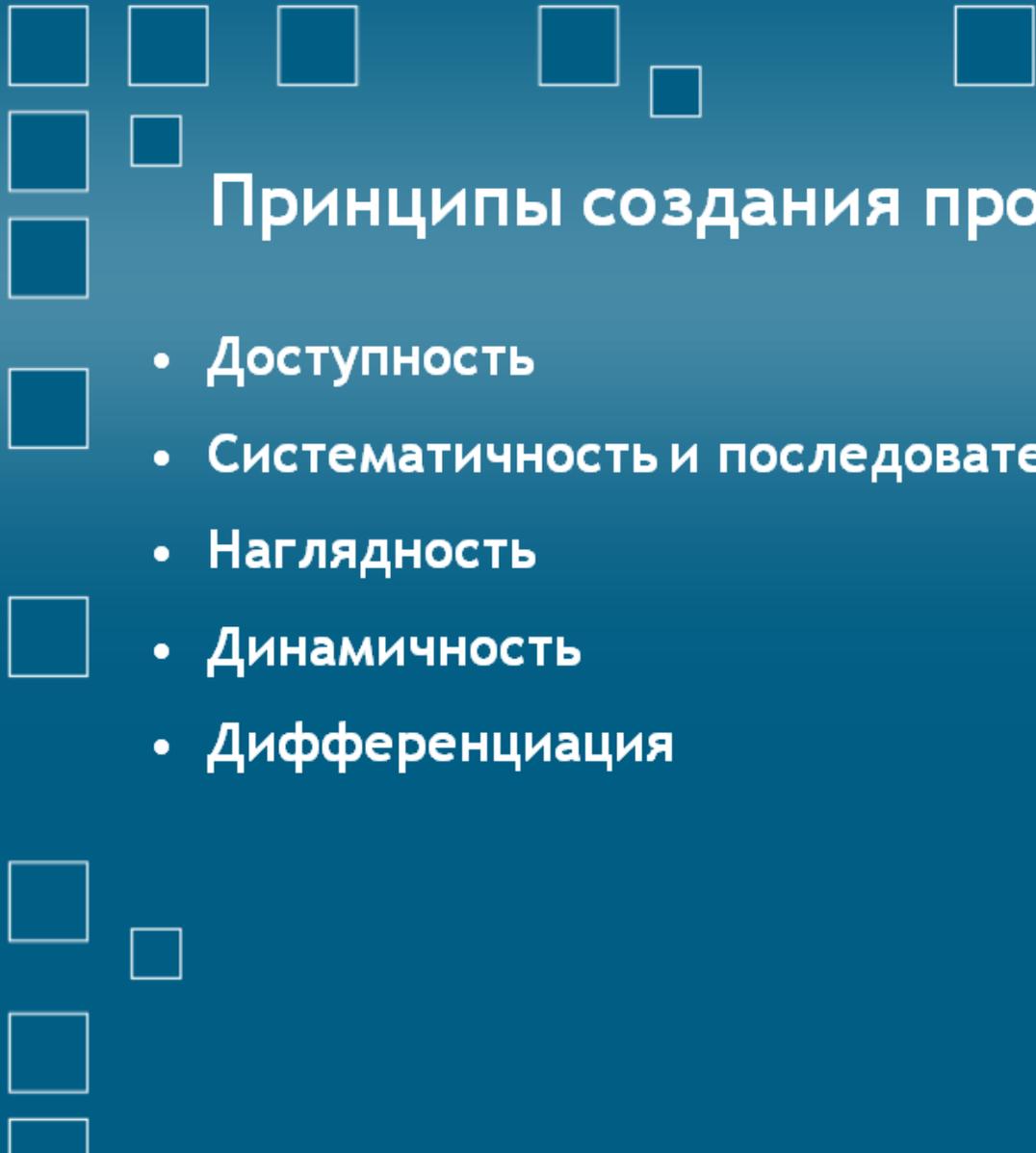
A decorative pattern of white squares of various sizes is scattered across the blue background of the slide.

## Цель

- Восстановление двигательных функций и компенсаторных возможностей у детей с проблемами здоровья через использование нестандартного оборудования и новых технологий в образовательном и коррекционном процессах

## Задачи

- внедрение в коррекционно-образовательный и воспитательный процессы нестандартного оборудования;
- повышение индекса здоровья и стабилизация динамики к ухудшению здоровья до 100%;
- формирование навыков самореализации двигательных функций с учетом индивидуальных особенностей до 80-90 %, с целью успешной адаптации в школе;
- формирование знаний о здоровом образе жизни и неограниченных возможностях своего организма через использование здоровьесберегающих технологий;
- модернизация предметно-пространственной среды на основе внедрения в образовательный и коррекционный процесс нестандартного оборудования;
- создание учебно-методического комплекса для родителей и педагогов по использованию нестандартного оборудования и дидактических игр, направленных на решение задач коррекционного цикла;
- оборудовать для детей учебно-воспитательный и развивающий комплекс: «Здоровячок», «Здравствуйте, мои ручки», «Ножки-побегушки».



## Принципы создания программы

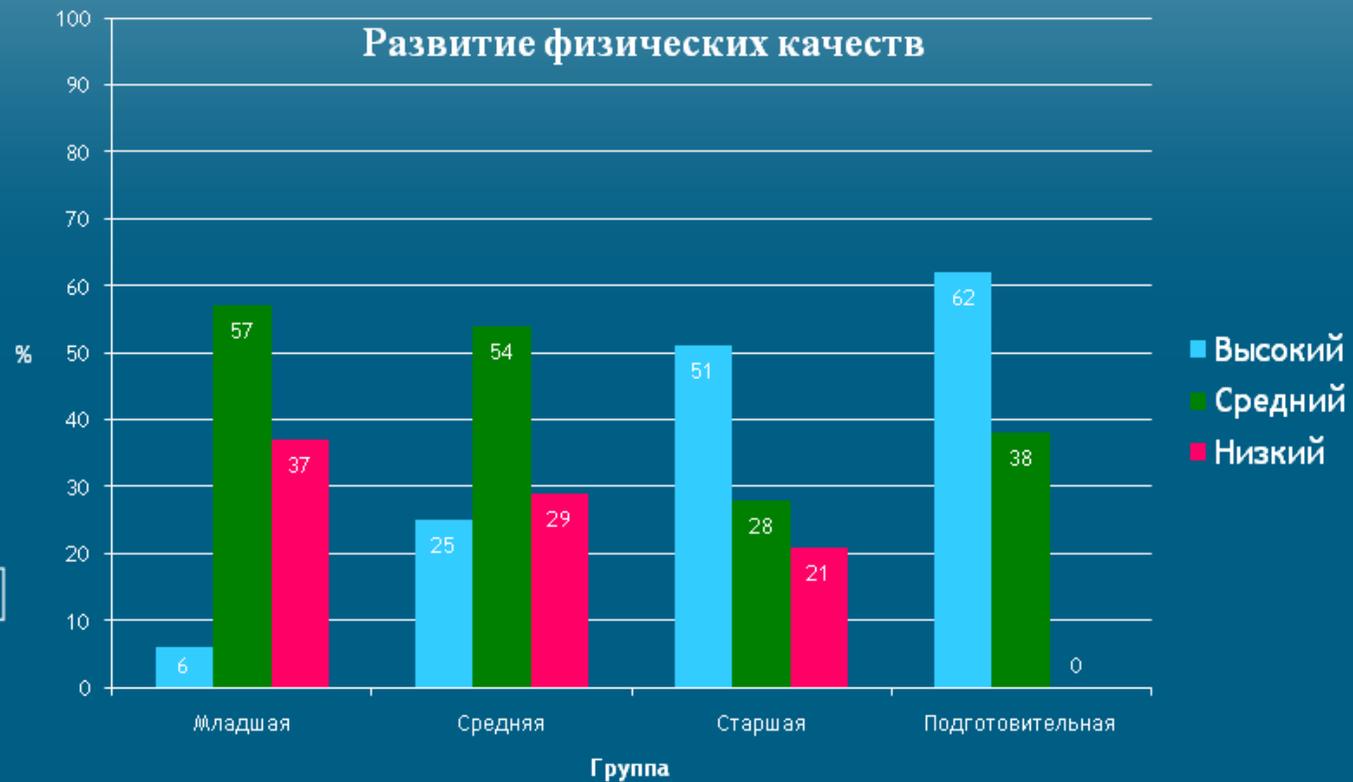
- Доступность
- Систематичность и последовательность
- Наглядность
- Динамичность
- Дифференциация

- 
- 
- 
- 
- 
- Основные принципы реализации программы**
- 
- 
- Принцип научности
  - Принцип активности и сознательности
  - Принцип комплексности и интегративности
  - Принцип цикличности
  - Принцип постепенности и результативности
- 
- 
-

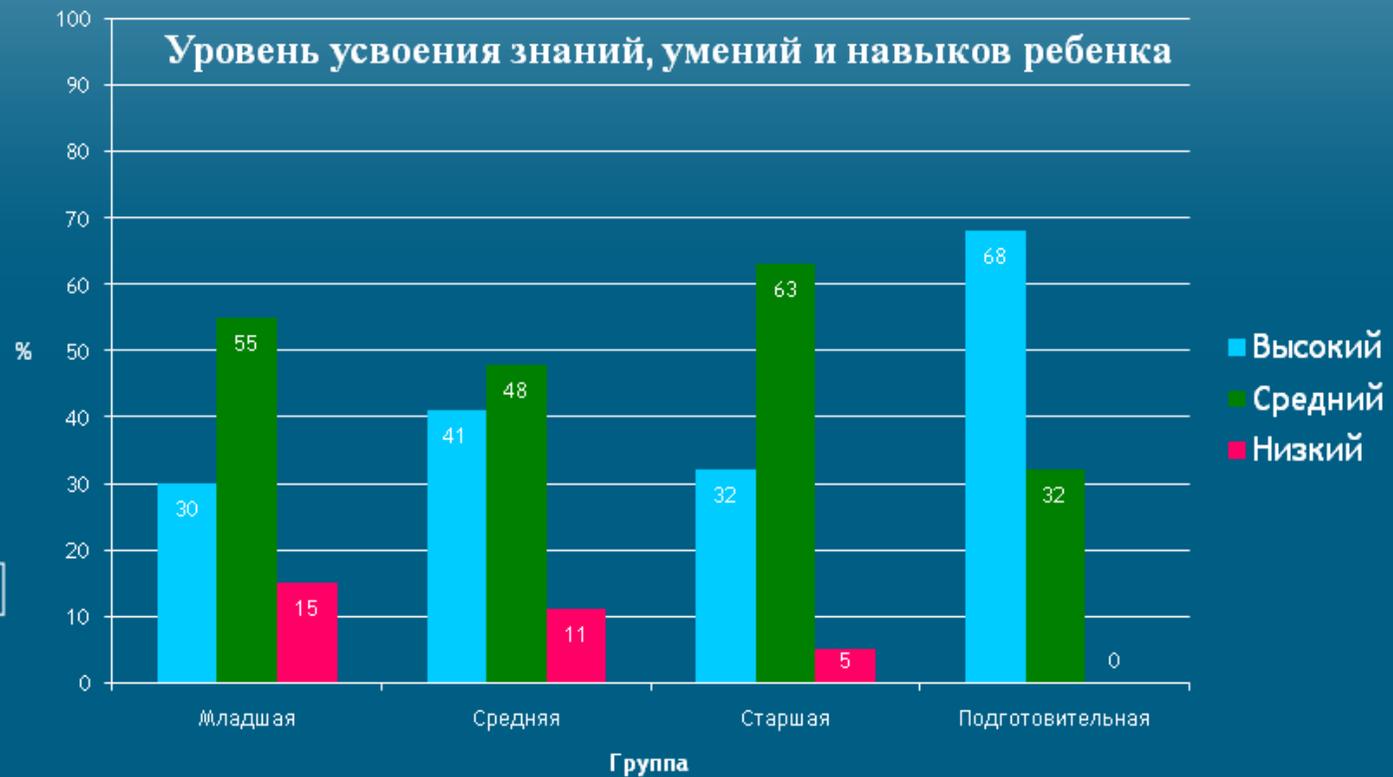
## Ожидаемые результаты

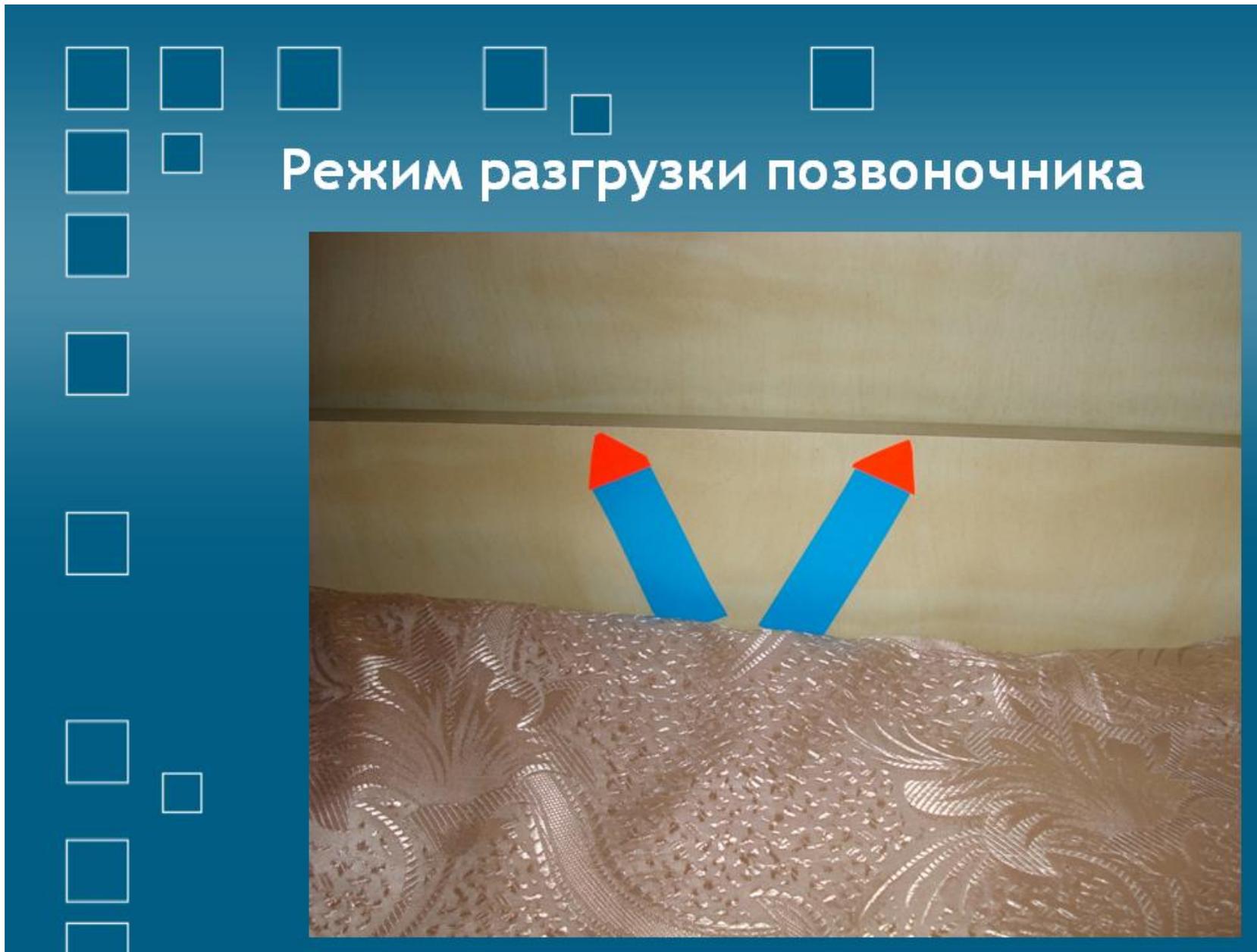
- разработано и внедрено в коррекционно-образовательный и воспитательный процессы нестандартное оборудование;
- повысился индекс здоровья до 50 - 60 % и стабилизирована динамика к ухудшению до 100%;
- сформированы навыки самореализации двигательных функций, с учетом индивидуальных особенностей детей до - 85 – 90 %;
- сформированы знания о здоровом образе жизни и реальных возможностях своего организма через использование здоровьесберегающих технологий;
- разработаны и составлены методические пособия, включающие дидактические игры, для воспитателей и родителей на решение задач коррекционного цикла;
- модернизирована предметно-пространственная среда на основе внедрения в коррекционно-образовательный и воспитательный процессы нестандартного оборудования;
- оборудованный для детей учебно – воспитательный и развивающий комплекс: «Здоровячок», «Здравствуйте, мои ручки», «Ножки – побегушки».

## Эффективность применения нестандартного оборудования



## Эффективность применения нестандартного оборудования





## Профилактика и коррекция нарушения осанки



## Тест правильной осанки «Неволяшка» и «Тимошка»



## Укрепление мышц спины

Формирование правильной осанки равновесия, укрепление мышц спины. Коррекция и профилактика нарушений осанки, развитие мотивации - иметь красивую фигуру.



Развитие силы мышц верхних конечностей,  
развитие компенсаторных двигательных  
функций, профилактика нарушений мелкой  
моторики



## Эффективность применения нестандартного оборудования на примере тренажера «Силачи»



Сила нажима в среднем по группе, кг



## Коррекция и профилактика нарушения зрения



Развитие мелкой моторики и верхних конечностей, развитие тактильных ощущений, памяти, внимания и речи.



Развитие подвижности пальцев рук, повышение работоспособности биологически активных точек на ладони, развитие тактильных ощущений, коррекция и профилактика нарушений кинестетического восприятия и стереогноза, укрепление иммунитета и эмоционального тонуса, повышение



Развитие и укрепление мышц мелкой моторики рук, развитие памяти, внимания, речи. Распределение внимания во время выполнения нескольких операций, по заданию взрослого.



Массаж активных точек на ладони, подушечках пальцев, профилактика и коррекция нарушений верхних конечностей, развитие тактильных ощущений, профилактика и коррекция нарушения кинестетического восприятия и стереогноза, развитие памяти, повышение остроты зрения, эмоционального тонуса, укрепление иммунитета.



Профилактика и коррекция нарушений нижних конечностей, стимулирование биологических активных точек (БАТ).



Укрепление и развитие мышц и суставов верхних и нижних конечностей



# Коррекция и профилактика косолапости, укрепление мышц свода СТОПЫ





**Укрепление мышц свода стопы, профилактика и коррекция косолапости, плоскостопия, формирование правильной осанки, укрепление равновесие своего тела, развивать внимание, координацию движений, зрительно-пространственное восприятие, активизация зон на ступне.**





Развитие силы и выносливости верхних конечностей, мышц указательного и большого пальца, мелкой моторики, коррекция и профилактика их нарушений. Формирование осознанного отношения к качеству выполнения тренировочных движений и их необходимости для физического развития.



Укрепление мышц плечевого и локтевого сустава, мышечного корсета спины, мышц и силу кистей рук, развитие координации, развитие тактильных ощущений, профилактика и коррекция нарушений кинестетического восприятия и стереогноза.



Развитие интеллектуальных способностей, зрительно-моторной координации, мелкой моторики, тактильных ощущений, профилактика и коррекция нарушения кинестетического восприятия и стереогноза.



## Основные требования по использованию нестандартного оборудования

- Тренажеры должны быть в доступном для ребенка месте;
- Следить за эстетичным и привлекательным видом тренажеров нестандартного оборудования;
- Важно чередовать упражнения так, чтобы нагрузка движения, идущих друг за другом, не приходилась на одни и те же группы мышц;
- Упражнения необходимо начинать с самых простых и заканчивать более сложными, с учетом индивидуальных особенностей ребенка;
- Следить за самочувствием детей, не допускать передозировку;
- При дозировке упражнений исходить от степени тренированности организма;
- С целью повышения активности и самостоятельности предлагается детям самим придумать упражнения на тренажере;
- Использовать прием игровой мотивации;
- Использование нестандартного оборудования, по мере возможности, на занятиях во время физминуток;
- Следить за правильным распределением интенсивности физической нагрузки, во время работы, с учетом предыдущего вида деятельности;

**Приложение 6**

## Тесты на координацию движения

**Тесты на определение координации движений**

Координация движений показывает возможность управления, сознательного контроля за двигательным образцом и своим движением.

Двигательные задания на определение возрастных возможностей детей в выполнении координированных движений должны не зависеть от длины тела ребенка, его весовых показателей и наличия специальных двигательных навыков и не требовать специального обучения. Воспитатель показывает детям упражнение в обычном темпе, т.е. воссоздается образ двигательного действия. Затем дает подробное словесное объяснение с замедленной демонстрацией образа, концентрируя внимание детей на цели действия (координации). После этого дети и педагог проговаривают программу двигательного действия, при этом на технике выполнения внимание не акцентируется. Демонстрация движений должна быть предназначена конкретному ребенку в отдельности. Далее воспитатель оценивает координацию движений:

- одновременное правильное выполнение — 3 балла;
- не одновременное, но правильно выполненное движение — 2 балла;
- нарушение координации, но после повторного показа верное выполнение движения, выполнение отдельных элементов — 1 балл.

**Тест 1**

**Цель:** Оценить координацию движений рук в сагиттальной плоскости.

Ребенок начинает маховые движения правой рукой и подключает в противоположном направлении движения левой рукой (наподобие движений при ходьбе).

**Тест 2**

**Цель:** Оценить координацию движений рук в вертикальной плоскости.

Ребенок начинает движения вверх-вниз правой рукой, сгибая ее в локтевом суставе, присоединяя по команде левую руку. Движения поочередные: левая рука вверх, правая вниз (и наоборот).

### **Тест 3**

**Цель:** Оценить координацию движений рук в горизонтальной плоскости.

Ребенок начинает движения правой рукой вперед, назад, сгибая в локтевом суставе, присоединять движения левой рукой — вперед-назад. Направления движения противоположные. Рекомендуются следующие задания.

### **Тест 4**

**Цель:** Оценить координацию движений рук и ног в сагиттальной плоскости.

Ребенок отводит в сторону правую руку и в противоположную сторону левую ногу (и наоборот).

### **Тест 5**

**Цель:** Оценить координацию движений рук и ног в вертикальной плоскости.

Ребенок поднимает одновременно согнутую в локте правую руку и сгибает в колене левую ногу (и наоборот).

### **Тест 6**

**Цель:** Оценить координацию движений рук и ног в горизонтальной плоскости.

Ребенок отводит вперед правую руку и назад левую ногу (и наоборот).

### **Тест 7**

**Цель:** Выявить и тренировать координационные возможности детей при удержании равновесия.

Ребенок встает в стойку — носок ноги, стоящей сзади, вплотную примыкает к пятке стоящей впереди

— и пытается при этом сохранить равновесие.

Задания выполняются с открытыми глазами. Время удержания равновесия фиксируется секундомером; и ребёнок встаёт в стойку - носок

ноги, стоявший сзади, вплотную примыкает к пятке стоящей впереди пытается при этом сохранить равновесие. Из двух попыток засчитывается лучший результат.

Группа \_\_\_\_\_  
 Воспитатели \_\_\_\_\_

Дата обследования \_\_\_\_\_

№ п/п	Ф.И. ребёнка	№ Теста							всего
		1	2	3	4	5	6	7	
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									

3б. - одновременно правильное выполнение

2б. - не одновременное, но правильное выполнение.

1б. - нарушение координации, но после повторного показа верное выполнение движения, выполнение отдельных элементов.