



**БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ХАНТЫ -МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ
«КОГАЛЫМСКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»**

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ
для студентов БУ «Когалымский политехнический колледж» по
выполнению практических работ
**ПМ 01. ОРГАНИЗАЦИЯ МЕРОПРИЯТИЙ, НАПРАВЛЕННЫХ НА
УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ И ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ
РАННЕГО И ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

программы подготовки специалистов среднего звена
по специальности
44.02.01. Дошкольное образования

Когалым 2018 г

Рабочая программа профессионального модуля разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) 44.02.01 «Дошкольное образование» и требованиями профессионального стандарта "Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)" утвержденного приказом № 544н от 18.10.2013

Организация-разработчик: бюджетное учреждение профессионального образования Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Когалымский политехнический колледж».

РАССМОТРЕНО

на заседании методического объединения педагогики, психологии, физического воспитания и безопасности жизнедеятельности.


Протокол № 243 от «01» 09. 2018г.

Руководитель МО  /Е.А.Ерёмина/

подпись

расшифровка

Разработчики:

Преподаватель БУ «Когалымский политехнический колледж» Толкунова Ю.С. 

1 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

ПМ 01. ОРГАНИЗАЦИЯ МЕРОПРИЯТИЙ, НАПРАВЛЕННЫХ НА УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ И ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ РАННЕГО И ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

1.1 Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной практики (далее -рабочая программа) - является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 44.02.01 Дошкольное образование в части освоения основного вида профессиональной деятельности (ВПД): Организация мероприятий, направленных на укрепление здоровья ребенка и его физическое развитие и соответствующих общих (ОК) профессиональных компетенций (ПК):

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность воспитанников, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления её целей, содержания, смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих её правовых норм.

ПК 1.1. Планировать мероприятия, направленные на укрепление здоровья ребёнка и его физическое развитие.

ПК 1.2. Проводить режимные моменты в соответствии с возрастом.

ПК 1.3. Проводить мероприятия по физическому воспитанию в процессе выполнения двигательного режима.

ПК 1.4. Осуществлять педагогическое наблюдение за состоянием здоровья каждого ребёнка, своевременно информировать медицинского работника об изменениях в его самочувствии.

ПК 5.1. Разрабатывать методические материалы на основе примерных с учётом особенностей возраста, группы и отдельных воспитанников.

ПК 5.2. Создавать в группе предметно-развивающую среду.

ПК 5.3. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области дошкольного образования на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 5.4. Оформлять педагогические разработки в виде отчётов, рефератов, выступлений

ПК 5.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области дошкольного образования.

ДПК 1. Участвовать в создании безопасной и психологически комфортной образовательной среды образовательной организации через обеспечение безопасности жизни детей, поддержание эмоционального благополучия ребенка в период пребывания в образовательной организации.

ДПК 2. Развивать профессионально значимые компетенции, необходимые для решения образовательных задач развития детей раннего и дошкольного возраста с учетом особенностей возрастных и индивидуальных особенностей их развития.

ДПК 3. Активно использовать недирективную помощь и поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности.

ДПК 4. Принимать участие в разработке основной общеобразовательной программы образовательной организации в

соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования

Рабочая программа учебной практики может быть использована для подготовки специалистов по заочной и очно - заочной формам обучения по специальности СПО 44.02.01 «Дошкольное образование».

1.2. Цели и задачи программы учебной практики – требования к результатам освоения

Цель практики: формирование целостного представления об особенностях педагогического процесса в группах детей дошкольного возраста и способствование овладению функциями деятельности воспитателя как главного субъекта воспитательно-образовательного процесса в дошкольном учреждении в области организации мероприятий, направленных на укрепление здоровья ребенка и его физическое развитие.

Задачи практики:

- формировать систему профессиональных умений и навыков, необходимых воспитателю для планирования, организации и проведения мероприятий, направленных на укрепление здоровья ребенка и его физическое развитие;
- формировать умение наблюдать, анализировать и проводить самоанализ организации мероприятий, направленных на укрепление здоровья ребенка и его физическое развитие, оценивать их эффективность;
- овладеть способами и тактикой общения, обеспечивающими установление личностно-ориентированного взаимодействия с ребенком;
- развивать способность выбирать педагогические приемы и технологии, адекватные приоритетным задачам воспитания на данной возрастной ступени;
- формировать умения и навыки проведения диагностики физического воспитания и развития и оформление рекомендации по их коррекции;
- создать установку на формирование индивидуального стиля в педагогической деятельности;

создать условия для развития профессионально-значимых качеств личности, формировать устойчивый нравственно-гуманистический взгляд на профессию воспитателя и других специалистов.

Во время прохождения учебной практики студент должен овладеть **практическим опытом:**

- планирования режимных моментов, утренней гимнастики, занятий, прогулок, закаливания, физкультурных досугов и праздников;

- организации и проведения режимных моментов (умывание, одевание, питание, сон), направленных на воспитание культурно- гигиенических навыков и укрепление здоровья;

- организации и проведения утренней гимнастики, занятий, прогулок, закаливающих процедур, физкультурных досугов и праздников в соответствии с возрастом детей;

- организации и проведения наблюдений за изменениями в самочувствии детей во время их пребывания в образовательной организации;

- взаимодействия с медицинским персоналом образовательной организации по вопросам здоровья детей;

- диагностики результатов физического воспитания и развития;

- наблюдения и анализа мероприятий по физическому воспитанию;

- разработки предложений по коррекции процесса физического воспитания.

Уметь:

- определять цели, задачи, содержание, методы и средства физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста;

- планировать работу по физическому воспитанию и развитию детей в соответствии с возрастом и режимом работы образовательной организации;

- организовывать процесс адаптации детей к условиям образовательной организации, определять способы введения ребенка в условия образовательной организации;

- создавать педагогические условия проведения умывания, одевания, питания, организации сна в соответствии с возрастом;

- проводить мероприятия двигательного режима (утреннюю гимнастику, занятия, прогулки, закаливание, физкультурные досуги, праздники и т.п.) с учетом анатомо-физиологических особенностей детей и санитарно-гигиенических норм;

- проводить работу по предупреждению детского травматизма: проверять оборудование, материалы, инвентарь, сооружения и т.п. на пригодность использования в работе с детьми;

- использовать спортивный инвентарь и оборудование в ходе образовательного процесса;

- показывать детям физические упражнения, ритмические движения под музыку;

- определять способы контроля за состоянием здоровья, изменениями в самочувствии каждого ребенка в период пребывания в образовательной организации;

- определять способы педагогической поддержки воспитанников,

- анализировать проведение режимных моментов (умывание, одевание, питание, сон), мероприятий двигательного режима (утреннюю гимнастику, занятия. Прогулки, закаливание, физкультурные досуги, праздники) в условиях образовательной организации;

Знать:

- теоретические основы и методику планирования мероприятий по физическому воспитанию и развитию детей раннего и дошкольного возраста;

- особенности планирования режимных моментов (умывание, одевание, питание, сон) и мероприятий двигательного режима (утренней гимнастики, занятий, прогулок, закаливания, физкультурных досугов и праздников);

- теоретические основы режима дня

- методику организации и проведения умывания, одевания, питания, сна в соответствии с возрастом;

- теоретические основы двигательной активности;

-основы развития психофизических качеств и формирования двигательных действий;

- методы, формы и средства физического воспитания и развития ребенка раннего и дошкольного возраста в процессе выполнения двигательного режима;

-особенности детского травматизма и его профилактику;

- требования к организации безопасной среды в условиях дошкольной образовательной организации;

- требования к хранению спортивного инвентаря и оборудования, методику их использования;

- основы педагогического контроля состояния физического здоровья и психического благополучия детей;

- теоретические основы и методику работы воспитателя по физическому воспитанию;

- методику проведения диагностики физического развития детей.

Практические задания

Наблюдение и анализ режимных моментов (умывание, одевание, питание, сон), направленных на воспитание культурно-гигиенических навыков и укрепление здоровья детей разных возрастных групп.

Цель: получить практический опыт анализа организации режима пребывания детей в образовательном учреждении в соответствии с требованиями СанПиН.

Практика организовывается на базе ДОУ. Студенты изучают организацию режима дня дошкольного учреждения. При изучении данной темы необходимо усвоить, что **режим** – это научно обоснованный распорядок жизни, предусматривающий рациональное распределение во времени и последовательность различных видов деятельности и отдыха. Требования к режиму определяются психофизиологическими особенностями возраста, задачами воспитания, окружающими условиями. Режим должен учитывать возрастные особенности детей, быть постоянным (хотя есть отличия в построении режима дня в разное время года), учитывается время пребывания ребенка в детском саду (12-24 часовое) и время работы с родителями. Студенты отслеживают соблюдение требований к организации и содержанию пребывания детей в ДОУ по следующим критериям:

1. Порядок организации режимных моментов:

1. утренний прием детей в ДОУ;
2. умывание;
3. прием пищи;
4. организация прогулки;
5. организация сна;
6. подъем детей после дневного сна;
7. уход детей домой.

2. Соответствие организации режима программным требованиям по освоению культурно-гигиенических навыков детей разных возрастных групп и подбору методов и приемов.

Студенты соотносят программные задачи руководства режимом с формированием КГН, отслеживают адекватный подбор методов и приемов в разных возрастных группах. (в таблице 1 показано, как в соответствии с программными задачами идет организация режима в ДОУ)

Таблица 1

группа	Программные задачи	Методы и приемы руководства	Организация окружающей обстановки
I млад	Обучать детей культурно-гигиеническим навыкам	Показ, объяснение, упражнения, дидактическая игра и другие игровые приемы, контроль взрослого, помощь ребенку, освоение последовательности действий, пример взрослых, положительная оценка, художественное слово, рассматривание иллюстраций, инд. подход	Достаточное к-во раковин, мыльниц, кусочков мыла, полотенец, подбор посуды, столовой, спальной мебели. Маркировка всего индивидуального оборудования. Расположение оборудования по росту ребенка.
II млад	Приучать детей применять имеющиеся знания, умения	Пример взрослого и самих детей, дидактическая игра и другие игровые приемы, упражнения, контроль взрослого, помощь, освоение последовательности действий, объяснение, напоминание, чтение худож. произведений, рассматривание иллюстраций, положительная оценка, инд. подход	Достаточное к-во раковин, мыльниц, кусочков мыла, полотенец, подбор посуды, столовой, спальной мебели. Маркировка всего индивидуального оборудования. Расположение оборудования по росту ребенка.
Средн	Приучать детей самостоятельно использовать культурно-гигиенические навыки	Пример взрослого, самих детей, напоминание, указание, чтение художественных произведений, беседа, инд. подход, пед. оценка, помощь другим.	Достаточное к-во раковин, мыльниц, кусочков мыла, полотенец, подбор посуды, столовой, спальной мебели. Маркировка всего индивидуального оборудования. Расположение оборудования по росту ребенка.
Старш. подгот	Воспитать привычку к самостоятельности,	Педагогическая оценка самооценка, пример самих детей, взаимопомощь, помощь малышам, инд. подход, художественных	Достаточное к-во раковин, мыльниц, кусочков мыла, полотенец, подбор посуды, столовой, спальной мебели.

качественному применению культурно-гигиенических навыков	произведений, соревнования.	беседа,	Маркировка всего индивидуального оборудования. Расположение оборудования по росту ребенка. Оснащение зеркалами, расческой, зубной щеткой, стаканом. Организация шефской помощи малышам при одевании и раздевании.
--	-----------------------------	---------	---

3. Качество проведения мероприятий «Организация режима пребывания детей в ДОУ»

Студенты проводят анализ работы воспитателя, используя при этом схемы анализа.

1. Схема «Соблюдение режима дня и организация работы группы»

Параметры наблюдения	Выполняет/ не выполняет	Примечание
1. Знание воспитателями режима дня своей возрастной группы.		
2. Своевременный прием пищи. Не сокращается (удлинняется) время, отведенное на завтрак, обед и полдник.		
3. Количество и длительность занятий соответствует сетке занятий и гигиеническим требованиям.		
4. Умение воспитателя определить степень утомляемости детей и в связи с этим изменять ход занятий и их время.		
5. Своевременный выход на прогулку и возвращение с нее. Соблюдение длительности прогулки. 6. Своевременное укладывание спать. Спокойная обстановка в спальне, располагающая детей к отдыху.		
7. Соблюдение времени, отведенного на сон. Не затягивание и не сокращение сна.		
8. Умение воспитателем осуществлять постепенный подъем детей с учетом их индивидуальных особенностей		
9. Соблюдение времени свободной и самостоятельной деятельности детей.		
10. Своевременный выход на вечернюю прогулку.		

По аналогии студенты составляют таблицы анализа режимных моментов и оценивают работу воспитателя

2. Схема «Организация и проведение утренней гимнастики»

1. Наличие в группах картотеки утренней гимнастики.
2. Время утренней гимнастики: соответствует /не соответствует возрасту детей и режиму дня.
3. Использует ли воспитатель музыкальное сопровождение.
4. Использует ли воспитатель игровые моменты при проведении гимнастики: (особенно ранний возраст и младший дошкольный возраст) .

5. Хорошо ли знакомы дети с упражнениями физкультминутки.
6. Эмоциональны ли дети во время проведения физкультминутки.
7. Учитывается ли воспитателем индивидуальная двигательная активность детей? Щадящий режим?

3. Схема «Организация питания детей»

Группа _____ Кол-во _____
 детей _____ воспитатель _____
 Проверку проводил _____

дата _____

Вопросы к анализу	комментарии
Время в режиме дня	
Дежурство детей по столовой: <ul style="list-style-type: none"> • Сервировка столов • Своевременная доставка пищи • Организация гигиен. процедур • Как дети садились за стол (одновременно или постепенно) 	
Руководство воспитателя: Следит за осанкой детей, Следит за поведением детей за столом, Следит за правильностью пользования столовыми приборами, Сообщает названия блюд, обращает внимание на вкусно приготовленную пищу, докармливает детей, Осуществляет индивидуальный подход, <i>Что-то ещё</i> _____ (нужное подчеркнуть)	
Навыки детей: <ul style="list-style-type: none"> • Соблюдают правила поведения за столом • Правильно пользуются столовыми приборами • Едят аккуратно • Пользуются салфеткой -без напоминания - с напоминанием взрослого <ul style="list-style-type: none"> • Знают названия блюд • Съедают полностью: первое блюдо, второе блюдо, третье блюдо. • К еде равнодушны • Полощут рот после еды • Благодарят за еду 	
Роль младшего воспитателя	
Время окончания приёма пищи, его длительность	
Выполнение режима питания	
Выводы	

4. Схема «Организация умывания детей»

Группа _____ Кол-во _____
детей _____ воспитатель _____
Проверку проводил _____ дата _____

Вопросы к анализу	комментарии
Подготовка к проведению умывания	
Наличие туалетного мыла в достаточном кол-ве	
Наличие полотенец для всех детей, их чистота, наличие маркировки	
Время проведения по режиму	
Организация детей	
Сколько детей умывается одновременно	
Чем заняты остальные дети	
Руководство воспитателя: Совместные действия взрослого и ребёнка ,Показ, Объяснение, Пример другого ребёнка, Стихи, Потешки, Поощрение, <i>Что-то ещё</i> _____ (нужное подчеркнуть)	
Помощь младшего воспитателя	
Навыки умывания и их соответствие программным требованиям	
<ul style="list-style-type: none">• Моют руки под контролем взрослого• Моют руки самостоятельно• Насухо вытираются своим полотенцем• Вешают полотенце на место• Правильно пользуются мылом• Аккуратно моют руки	
Словарная работа в процессе умывания	
Длительность умывания	
Подведение итогов	

5. Схема «Проведение и организация прогулки»

1. Соответствие времени прогулки режиму группы.
2. Планирование прогулки: тема и основные приемы наблюдения, подвижные игры, индивидуальная работа с детьми, трудовые поручения, организация свободной деятельности детей.
3. Организация одевания и раздевания детей.
4. Уровень сформированности, у детей, навыков самообслуживания соответствует данной возрастной группе.
5. Соблюдение на прогулке двигательного режима детей.
6. Подвижные игры и их количество соответствуют возрасту детей.
7. Разнообразие и достаточное количество выносного материала.
8. Организация наблюдения: тема наблюдения соответствует возрасту детей, педагог использует различные методы и приемы, содержательный аспект наблюдения направлен на развитие познавательной активности детей.

9. Использование педагогом обучающих и дидактических игр во время совместной и индивидуальной работы с детьми.

10. Руководство педагогом самостоятельной деятельностью детей на прогулке (организация сюжетно-ролевых игр) .

6. Схема «Анализ проведения прогулки»

1. Порядок одевания детей. Сформированность у детей навыков самообслуживания (по возрастной группе) .

2. Соответствует ли одежда детей сезону.

3. Выполняются ли все компоненты прогулки: наблюдение, организация трудовой деятельности детей, организация игровой деятельности детей под руководством воспитателя, организация самостоятельной игровой деятельности, индивидуальная работа с детьми.

4. Выполняется ли двигательный режим детей на прогулке.

5. Процедура раздевания. Порядок в шкафчиках, в раздевалке.

6. Гигиенические процедуры после прогулки.

7. Соответствует ли время выхода на прогулку режиму данной возрастной группы.

8. Соответствует ли время возвращения с прогулки режиму данной возрастной группы.

9. Соблюдается ли общее время прогулки.

10. Соблюдается ли режим вечерней прогулки в соответствии с данной возрастной группой.

11. Соблюдение правил безопасности проведения прогулок.

6. Схема «Организация игровой деятельности»

1. Правильно ли педагог понимает свою роль в руководстве игрой?

2. Насколько полно педагог использует игру?

3. Развивается ли игровая деятельность с учетом уровня развития детей?

4. Полно ли раскрыты в содержании игры те или иные события или явления?

5. Каков характер ролевых и товарищеских отношений между детьми?

6. Доиграли ли дети до конца? Выход из игры.

7. Обсуждается ли с детьми прошедшая игра?

8. Формируется ли у них оценочное отношение не только к выполнению ролей, но и ко всей игре в целом?

9. Достаточно ли хорошо оснащена игра необходимым материалом?

10. Доступен ли игровой материал для использования его детьми?

7. Схема «Анализ предметно-игровой среды для развития двигательной активности детей»

1. Правильное расположение мебели и игрового материала в группе, с тем чтобы обеспечить детям возможность удовлетворять двигательную активность.

2. Мебель подобрана по росту и промаркирована.

3. Наличие картотеки подвижных игр по возрасту, атрибутов для п/и, спортивных игр (городки, бадминтон и т.д.) .

4. Наличие атрибутов для игр с прыжками (скакалки, колечки, плоские круги для перепрыгивания и т. д.) .

5. Наличие атрибутов для игр с бросанием, ловлей, метанием (кегли, кольцоброс, мячи, мешочки с песком, дартс, летающие тарелки и т. д.) .

6. Наличие в группе комплексов утренней гимнастики, гимнастики пробуждения, картотеки физкультминуток) .

7. Наличие выносного материала для проведения подвижных игр на прогулке.

8. Наличие в группе условий для гигиенических процедур (правильно оборудованное помещение умывальника; содержание в порядке полотенец, их маркировка; наличие стаканчиков для полоскания полости рта; наличие у каждого ребенка индивидуальной расчески) .

9. Наличие в группе методик закаливания и оздоровления, заверенные врачом.

10. Наличие в группе наглядной информации для родителей по вопросам организации оптимального для детей двигательного режима (рекомендации по закаливанию, материалы по профилактике различных заболеваний и т. д.

Ранний возраст.

1. Схема «Развитие культурно – гигиенических навыков у детей раннего возраста»

1. Педагог воспитывает положительное отношение к процессам, связанным с едой, укладыванием спать, туалетом.
2. Режимные моменты проводятся точно по режиму.
3. Педагог постоянно закрепляет ранее приобретенные детьми умения и обучает новым умениям.
4. Педагог обучая детей умениям и навыкам, использует разнообразные приемы: показ, прямую речь, словесные указания и объяснения, напоминание.
5. Процессы проводятся постепенно, не допускать чтобы дети ожидали друг друга.
6. Педагог учитывает индивидуальные способности и состояние ребенка в данный момент.
7. Педагог относится к каждому ребенку чутко, ласково и заботливо.
8. Педагог понимает настроение ребенка, учитывает его желания и потребности.
9. Педагог использует кормление, одевание и умывание в целях развития речи, движений, ориентировок в окружающем и формировании организационного поведения.
10. В группе созданы условия для воспитания опрятности (наличие зеркал в умывальной комнате, раздевалке, игровой, расчесок и места для их хранения и др. оборудование) .

2. Схема: «Организация дневного сна детей»

Группа _____ Кол-во _____
детей _____ воспитатель _____
Проверку проводил _____ дата _____

Вопросы к анализу	комментарии
Время в режиме дня	
Санитарное состояние спальни	
Температурный режим, его соблюдение (до 3 лет-19*С, 3-4 г.-18*С, 5-7 л.-17-16*С)	
Проветривание	
Подготовка детей ко сну	
Навыки детей в одевании и раздевании, соответствие возрасту	
Отношение к вещам	
Помощь воспитателя	
Сколько времени уходит на раздевание всех детей	
Настроение перед сном	
Роль младшего воспитателя	
Сон детей	
Одежда детей	
Сколько времени ушло на засыпание всех детей	
Все ли дети спали	
Доступ свежего воздуха во время сна	
Приёмы, используемые воспитателем	
Длительность сна детей, соответствие режиму	
Выводы	

Схема «Планирование и организация работы с родителями»

1. Наличие в группе перспективного плана работы с родителями, который включает в себя различные формы работы: родительские собрания, консультации, дни открытых дверей, открытые просмотры, совместные праздники, и др.

2. Наличие в группе журнала протоколов родительских собраний. (хранится до выпуска детей) .
3. Ведется календарное планирование работы с родителями.
4. В группе эстетично и современно оформлен родительский уголок.
5. В уголке представлена информация о работе администрации, детского сада и группы.
6. Материал представленный в родительском уголке носит конкретный характер и рационален по объему.
7. В родительском уголке представлены наглядные материалы, папки-передвижки в соответствии с тематикой и данной возрастной группой.
8. В группе проводится анкетирование среди родителей с целью изучения контингента группы, изучения родительских запросов и др.
9. В группе оформлены различные выставки детских работ.
10. На выставках представлены работы всех детей группы.

4. Соответствие режима с СанПиН:

Студенты дают качественную оценку работы ДОУ, учитывая требования СанПиН. Во время практики наблюдений делают пометки и комментарии в черновике. На учебной практике, организованной в колледже, студенты делают качественный анализ соответствия режима жизнедеятельности детей в ДОУ, в соответствии с ФГТ к структуре основной общеобразовательной программе дошкольного образования и СанПиН:

Выписки из СанПиН.

Режим жизнедеятельности детей в ДОУ разработан на основе федеральных государственных требованиях к структуре основной общеобразовательной программе дошкольного образования (приказ № 655 МО РФ от 5 марта 2010 г.), СанПиН 2.4.1.2660-10 от 22 июля 2010 г., Изменений N 1 к СанПиН 2.4.1.2660-10 от 22 декабря 2010 г. N 19342, комплексной программы « Детство» под ред. Т.И Бабаевой, З.А. Михайловой, Л.М. Гурович.

В режим дня включены: образовательная деятельность и деятельность по присмотру и уходу.

в группах детей в возрасте 3 - 4 года образовательная деятельность составляет 65 % (468 мин.), присмотр и уход 35 % (252 мин.)

в группах детей в возрасте 4 - 5 лет образовательная деятельность составляет 70 % (504 мин.), присмотр и уход 30 % (216 мин.)

в группах детей в возрасте 5 - 6 лет образовательная деятельность составляет 75 % (540 мин.), присмотр и уход 25 % (180 мин.)

в группах детей в возрасте 6 – 7 лет образовательная деятельность составляет 80 % (576 мин.), присмотр и уход 20 % (144 мин.)

Взаимодействие с семьями детей по реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования осуществляется в течение 25 – 58 мин., что составляет 5 – 10 % от времени реализации ООП в день.

Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки, включая реализацию дополнительных образовательных программ, для детей дошкольного возраста составляет:

в младшей группе - 2 часа 45 мин. (165 мин.) – 10 НОД + 1 по ДО,
в средней группе - 4 часа (240 мин.) – 10 НОД + 2 по ДО,
в старшей группе - 6 часов 15 минут (375 мин.) - 13 НОД + 2 по ДО,

Утренний прием, утренняя гимнастика, игры	7.00 - 8.30	90	25	-	30	25	10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50	20	10		5	5	
Подготовка, организованная образовательная деятельность	8.50-9.40	50	5	30		15	
Подготовка к прогулке, прогулка	9.40-12.00	140	22	-	68	50	
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.40	40	10		15	15	
Подготовка ко сну, сон	12.40-15.00	140	130		5	5	
Пробуждение, гигиенические процедуры	15.00-15.20	20	5		10	5	
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.30	10			5	5	
Развивающая игровая деятельность	15.30-17.00	90	10		35	30	
Вариативная				15			
Подготовка к ужину, ужин	17.00-17.20	20	10		5	5	

Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, игры, уход детей домой	17.20 – 19.00	100	25		35	20	20
Итого	7.00-19.00	720	252	45	213	180	30

Планирование режима дня (средняя группа)

Режимные моменты	время	Длительность	присмотр и уход	НОД	ОД в РМ	самостоятельная деятельность	Взаимодействие с семьей
Утренний прием, утренняя гимнастика, игры	7.00 - 8.30	90	20	-	40	20	10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50	20	10		5	5	
Подготовка, организованная образовательная деятельность	8.50-9.50	60	5	48		10	
Подготовка к прогулке, прогулка	9.50-12.10	140	22	-	68	50	
Подготовка к обеду, обед	12.10-12.50	40	5		20	15	
Подготовка ко сну, сон	12.50-15.00	130	120		5	5	

Пробуждение, гигиенические процедуры	15.00-15.20	20	5		10	5	
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.30	10			5	5	
Развивающая игровая деятельность	15.30-17.00	90	5		45	12	
Вариативная				20			
Подготовка к ужину, ужин	17.00-17.20	20	10		5	5	
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, игры, уход детей домой	17.20 – 19.00	100	14		46	20	20
Итого	7.00-19.00	720	216	68	249	157	30

Планирование режима дня (старшая группа)

Режимные моменты	время	Длительность	присмотр и уход	НОД	ОД в РМ	самостоятельная деятельность	Взаимодействие с семьей
Утренний прием, утренняя гимнастика, игры	7.00 - 8.20	80	10	-	25	30	15

Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.40	20	5		5	10	
Подготовка, организованная образовательная деятельность	8.40-10.35	115		75		40	
Подготовка к прогулке, прогулка	10.35-12.25	110	5	-	35	70	
Подготовка к обеду, обед	12.25-12.50	25	5		10	10	
Подготовка ко сну, сон	12.50-15.00	130	130				
Пробуждение, гигиенические процедуры	15.00-15.20	20	5		10	5	
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.30	10	5			5	
Развивающая игровая деятельность	15.30-17.00	90	5		30	30	
Вариативная				25			
Подготовка к ужину, ужин	17.00-17.20	20	5		5	10	
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки,	17.20 – 19.00	100	5		30	20	45

игры, уход детей домой							
Итого	7.00- 19.00	720	180	100	150	230	60

Планирование режима дня (подготовительная группа)

Режимные моменты	время	Длительность	присмотр и уход	НОД	ОД в РМ	самостоятельная деятельность	Взаимодействие с семьей
Утренний прием, утренняя гимнастика, игры	7.00 - 8.20	80	5	-	30	30	15
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.40	20	5		5	10	
Подготовка, организованная образовательная деятельность	8.40-10.50	130		90		40	
Подготовка к прогулке, прогулка	10.50-12.30	100	5	-	25	70	
Подготовка к обеду, обед	12.30-12.55	25			10	15	
Подготовка ко сну, сон	12.55-15.00	125	125				
Пробуждение, гигиенические процедуры	15.00-15.20	20	5		10	5	

Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.30	10				10	
Развивающая игровая деятельность	15.30-17.00	90			30	30	
Вариативная				30			
Подготовка к ужину, ужин	17.00-17.20	20			5	15	
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, игры, уход детей домой	17.20 – 19.00	100	5		30	20	45
Итого	7.00-19.00	720	150	120	145	245	60

Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении

Режим работы дошкольного учреждения: с 8⁰⁰ до 18⁰⁰ часов. Непосредственная образовательная деятельность (НОД) в дошкольном учреждении начинается с 9³⁰ часов.

Продолжительность НОД:

в младшей группе (дети от 2 до 3 лет) - 10 минут;

во 2-й младшей группе (дети от 3 до 4 лет) - 15 минут;

в средней группе (дети от 4 до 5 лет) - 20 минут;

в старшей группе (дети от 5 до 6 лет) - 25 минут;

в подготовительной группе (дети от 6 до 7 лет) - 30 минут.

НОД проводятся по подгруппам. В середине каждого НОД педагоги проводят физминутку. Предусмотрены перерывы длительностью 10 минут.

НОД по ФЭМП, развитию речи, требующие повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, проводятся в первой половине дня и в дни наиболее высокой работоспособности детей (вторник, среда, четверг). Для профилактики утомления детей указанные занятия сочетаются с физкультурными, музыкальными занятиями и занятиями по рисованию.

НОД физкультурно-оздоровительного и эстетического цикла занимают не менее 50%

общего

времени

занятий.

Домашнее задание воспитанникам дошкольного учреждения не задается.

Согласно СанПиН в каждой возрастной группе включены три НОД по физической культуре: два проводятся в физкультурном зале, одно - на свежем воздухе. В физкультурном зале НОД проводится с детьми по подгруппам, на свежем воздухе - со всей группой детей.

Построение воспитательно-образовательного процесса осуществляется через учебный план.

Примечание.

Целесообразно использовать интегрированные формы работы и виды деятельности. Применительно к образовательным учреждениям, реализующим современные общеобразовательные комплексные программы, допускается модификация распределения времени в соответствии с реализуемой программой.

<u>Содержание присмотра и ухода</u>	Организация режимных процессов, в т.ч.:	ежедневно	6 часов 55 минут
	сон	ежедневно	150 минут
	прогулка	2 раза в день	110 минут
	гигиенические процедуры (умывание, одевание, раздевание, туалет)	2 раза в день	60 минут
	закаливающие и другие оздоровительные процедуры	ежедневно	30 минут
	прием пищи (завтрак, обед, полдник, ужин)	Ежедневно	70 минут
	Оказание помощи ребенку в выполнении режимных процессов, в т.ч.:	ежедневно	в течение дня
	в гигиенических процедурах		
	в одевании, раздевании		
	в приеме пищи		
2. Наблюдение за эмоциональным состоянием и самочувствием ребенка в течение дня (во время игр, занятий, режимных процессов)	ежедневно	в течение дня	
Работа с родителями (ежедневное информирование родителей о состоянии здоровья, самочувствия, развитии ребенка)	ежедневно	15 минут	

1.

Компоненты и содержание режима пребывания детей в ДОУ

<u>Компоненты и содержание режима пребывания для детей от 2 лет до 3 лет</u>		Регламент	Примерное распределение времени в день
Содержание образования	<i>1. Регламентированная деятельность (занятия и другие специально организованные формы работы), в т.ч.:</i>	Ежедневно/кол-во в неделю/месяц	30 минут, в т.ч.
	НОД	Ежедневно. 100 мин. в неделю, 400 минут в месяц	2 раза в день по 10 - 20 минут
	Утренняя гимнастика	ежедневно	5 минут
	Развлечение, праздник	1 раз в неделю	5 минут
<i>Примечание.</i> <i>Используются интегрированные формы работы и виды деятельности. Длительность одного НОД не более 10 минут. Для равномерного распределения нагрузки на детей разрабатывается расписание НОД. Предусматривается периодическая смена деятельности во время НОД. Проводятся НОД в игровой форме.</i>			
Содержание образования	<i>2. Нерегламентированные виды деятельности (совместная деятельность воспитателя и ребенка в групповых и индивидуальных формах работы), в т.ч.:</i>	ежедневно	4 часа 15 минут, в т. ч.
	игра	ежедневно	75 минут
	двигательная деятельность	ежедневно	60 минут
	предметно-практическая, исследовательская деятельность	ежедневно	80 минут
	чтение книг, рассказывание, познавательное общение	ежедневно	10 минут
	воспитание и обучение в процессе выполнения режимных моментов	ежедневно	25 минут
	психолого-педагогическое сопровождение	ежедневно	5 минут
<i>Примечание.</i> <i>Целесообразно использовать интегрированные формы работы и виды деятельности. Применительно к образовательным учреждениям, реализующим современные общеобразовательные комплексные программы, допускается модификация распределения</i>			

<i>времени в соответствии с реализуемой программой.</i>			
Содержание присмотра и ухода	Организация режимных процессов, в т.ч.:	ежедневно	6 часов 55 минут
	сон	ежедневно	150 минут
	прогулка	2 раза в день	110 минут
	гигиенические процедуры (умывание, одевание, раздевание, туалет)	2 раза в день	60 минут
	закаливающие и другие оздоровительные процедуры	ежедневно	30 минут
	прием пищи (завтрак, обед, полдник, ужин)	Ежедневно	70 минут
	Оказание помощи ребенку в выполнении режимных процессов, в т.ч.:	ежедневно	в течение дня
	в гигиенических процедурах		
	в одевании, раздевании		
	в приеме пищи		
	Наблюдение за эмоциональным состоянием и самочувствием ребенка в течение дня (во время игр, занятий, режимных процессов)	ежедневно	в течение дня
Работа с родителями (ежедневное информирование родителей о состоянии здоровья, самочувствия, развитии ребенка)	ежедневно	15 минут	

<u>Компоненты и содержание режима пребывания для детей от 3 до 5 лет</u>		Регламент	Примерное распределение времени в день
Содержание образования	1. Регламентированная деятельность (НОД и другие специально организованные формы работы), в т.ч.:	ежедневно	60 мин., в т.ч.
	•	Ежедневно, 220	

	НОД	мин. в неделю, 880 мин. в месяц	2x20=40 мин. в день
	утренняя гимнастика	ежедневно	10 минут
	развлечения, праздник	1 раз в неделю	10 минут
	<p>Примечание. Целесообразно использовать интегрированные формы работы и виды деятельности.</p> <p>^ Применительно к образовательным учреждениям, реализующим современные общеобразовательные комплексные программы, допускается модификация распределения времени в соответствии с реализуемой программой.</p>		
Содержание образования	2. Нерегламентированные виды деятельности (совместная деятельность воспитателя и ребенка в групповых и индивидуальных формах работы), в т.ч.:	ежедневно	4 часа 00 минут, в т. ч.:
	игра	ежедневно	85 минут
	• двигательная деятельность	ежедневно	50 минут
	• предметно-практическая, обследовательская деятельность	ежедневно	40 минут
	• чтение книг, рассказывание, познавательное общение	ежедневно	30 минут
	воспитание и обучение в процессе выполнения режимных моментов	ежедневно	30 минут
	психолого-педагогическое сопровождение	ежедневно	5 минут
	<p>Примечание. Целесообразно использовать интегрированные формы работы и виды деятельности.</p> <p>Применительно к образовательным учреждениям, реализующим современные общеобразовательные комплексные программы, допускается модификация распределения времени в соответствии с реализуемой программой.</p>		
	Уход и присмотр за ребенком		
Содержание присмотра и	3. Организация режимных процессов, в т.ч.:	ежедневно	6 часов 45 минут
	• сон	ежедневно	130 минут

ухода	• прогулка	2 раза в день	160 минут
-------	------------	---------------	-----------

2. Наблюдение за изменениями в самочувствии детей во время их пребывания в ДОУ

Цель: получить практический опыт организации и проведения наблюдений за изменениями в самочувствии детей во время их пребывания в образовательном учреждении

Качественная оценка изменений в самочувствии детей осуществляется при наблюдении за детьми в свободном режиме, результаты наблюдений заносятся в карту наблюдений.

Карта наблюдений за изменениями в самочувствии детей во время пребывания в ДОУ

(на одного ребенка)

Имя

ребенка _____

Возраст _____

—

Группа _____

—

Ф.И.О.

наблюдающего _____

Показатели	Критерии	Временно й промежуток	Оценка баллах	в
Реакция на отрыв от родителей	Фон настроения	Утро		
	Реакция на уход родителей			
	Активность в помещении группы			
	Общение со сверстниками			
	Общение с педагогом			
	ИТОГО			
	Фон настроения	Обед		
	Реакция на уход родителей			
	Активность в помещении группы			
	Общение со сверстниками			
	Общение с педагогом			
	ИТОГО			
	Фон настроения	Вечер		
	Реакция на уход (приход) родителей			
	Активность в помещении группы			
Общение со сверстниками				
Общение с педагогом				
ИТОГО				
Настроение	Капризность	Утро		

		Подавленное состояние			
		Плаксивость			
		Гневливость			
		Агрессивность			
		ИТОГО			
		Слезливость	Обед		
		Капризность			
		Подавленное состояние			
		Плаксивость			
		Гневливость			
		Агрессивность			
		ИТОГО			
		Слезливость		Вечер	
		Капризность			
	Подавленное состояние				
	Плаксивость				
	Гневливость				
	Агрессивность				
	ИТОГО				
Общение сверстниками	со		Замкнут	Утро	
			Конфликтен		
			Не играет в совместные игры		
		Не дает игрушки			
		Открыт, инициативен в общении			
		Не вступает в конфликты			
		Охотно играет в совместные игры			
		ИТОГО			
		Замкнут	Обед		
		Конфликтен			
		Не играет в совместные игры			
		Не дает игрушки			
		Открыт, инициативен в общении			
		Не вступает в конфликты			
		Охотно играет в совместные игры			
		ИТОГО			
		Замкнут	Вечер		
		Конфликтен			
		Не играет в совместные игры			
		Не дает игрушки			
		Открыт, инициативен в общении			
		Не вступает в конфликты			
		Охотно играет в совместные игры			
		ИТОГО			

	ИТОГО		
Аппетит	Отказ от еды	Завтрак	
	Снижение аппетита		
	Избирательность в еде		
	Хороший аппетит		
	ИТОГО		
	Отказ от еды	Обед	
	Снижение аппетита		
	Избирательность в еде		
	Хороший аппетит		
	ИТОГО		
	Отказ от еды	Ужин	
	Снижение аппетита		
	Избирательность в еде		
	Хороший аппетит		
	ИТОГО		
Невротические реакции	Раздражителен, с трудом сдерживается и не может терпеть.	Утро	
	Неадекватно реагирует на справедливые замечания, обижается.		
	Боязлив и заражен страхами.		
	С ребенком трудно договориться о чем-либо		
	Неадекватно ведет себя: когда надо сдерживаться, он, наоборот, возбуждается, а когда надо проявить активность – тормозит		
	ИТОГО		
	Раздражителен, с трудом сдерживается и не может терпеть.	Обед	
	Неадекватно реагирует на справедливые замечания, обижается.		
	Боязлив и заражен страхами.		
	С ребенком трудно договориться о чем-либо		
	Неадекватно ведет себя: когда надо сдерживаться, он, наоборот, возбуждается, а когда надо проявить		
	ИТОГО		
	Раздражителен, с трудом сдерживается и не может терпеть.	Вечер	
	Неадекватно реагирует на		

	справедливые замечания, обижается.		
	Боязлив и заражен страхами.		
	С ребенком трудно договориться о чем-либо		
	Неадекватно ведет себя: когда надо сдерживаться, он, наоборот, возбуждается, а когда надо проявить		
	ИТОГО		
Вегетативные реакции	Головные боли, беспокойный сон, боли в животе, холодность кожных покровов (пальцев рук, кончика носа, щек), озноб, потливость, бледность, быстрая утомляемость.	Утро	
	ИТОГО		
	Головные боли, беспокойный сон, боли в животе, холодность кожных покровов (пальцев рук, кончика носа, щек), озноб, потливость, бледность, быстрая утомляемость	Обед	
	ИТОГО		
	Головные боли, беспокойный сон, боли в животе, холодность кожных покровов (пальцев рук, кончика носа, щек), озноб, потливость, бледность, быстрая утомляемость	Вечер	
	ИТОГО		

Интерпретация результатов:

Реакция на отрыв от родителей:

Фон настроения:

негативное 5-10б, нейтральное – 2-4б; хорошее – 0-1б

Реакция на уход родителей:

бурная – 5-10б, средняя – 2-4б, адекватная – 0-1б

Активность в помещении группы:

низкая – 5-10б; средняя – 2-4б, высокая (адекватная) – 0-1б

Общение с педагогом:

негативное и или (замкнутость, чрезмерная привязанность) – 5-10б; нейтральное (среднее) – 2-4б, высокое – 0-1б.

Настроение:

Каждый показатель оценивается в баллах – от 0 до 5 (отсутствие признака)

Общение со сверстниками:

По каждому показателю (замкнут, конфликтен, не играет в совместные игры, не дает игрушки) ставится от 5-10б

По каждому показателю (открыт, инициативен в общении, не вступает в конфликты, охотно играет в совместные игры) ставится от 0-1б

Аппетит:

Отказ от еды – 9-10б

Снижение аппетита – 6-8б

Избирательность в еде – 2-5б

Хороший аппетит – 0-1б

Невротические реакции:

Интенсивность присутствия каждого признака оценивается от 10 до 0 баллов (0б – отсутствие признака)

Вегетативные реакции:

Интенсивность присутствия одного или нескольких признаков оценивается от 10 до 0 баллов (0б – отсутствие признаков)

Оценка результатов осуществляется в подсчете баллов и определения динамики изменения в самочувствии детей в течении дня (утро, обед, вечер). Прилагается качественный анализ результатов исследования. Оценке подвергается и стиль общения педагога с детьми (авторитарный, дисциплинарный, демократический, либеральный)

2. Оценка суточного рациона питания детей в ДОУ.

Цель: получить опыт оценки суточного рациона питания в соответствии с СанПиН.

Студенты выполняют задания, данные заносят в дневник, с последующим обсуждением результатов.

1. Дать гигиеническую оценку, используя данные по недельной накопительной ведомости пищевых продуктов ДОУ.

2. Определить соответствие средневзвешенной потребления продуктов на 1 ребенка суточным нормам продуктового набора.

3. Дать оценку суточного рациона питания ДОУ в соответствии с СанПиН

4. Разработать предложения по рационализации питания.

Дается качественная оценка с учетом следующих норм:

Таблица химического состава и питательной ценности некоторых пищевых продуктов

(на 100 г съедобной части)

Наименование продуктов	Съедобн. часть, %	Хим. состав усвояемой части, г			Калорийность, ккал
		белки	жиры	углеводы	
Хлеб, мука, крупы, макаронные изделия					
Хлеб ржаной	100,0	5,0	0,7	45,2	212
Хлеб пшеничный	100,0	6,7	0,7	50,3	240
Мука пшеничная 1 с.	100,0	9,3	1,0	69,7	317
Крупа перловая	98,5	7,5	1,1	69,2	325
Вермишель	100,0	9,3	0,8	70,8	336
Мясо, рыба, жиры, молочные продукты и яйца					
Сосиски	98,0	10,3	17,9	0,4	200
Филе скумбрии	95,0	16,7	0,5	–	70
Молоко	100,0	2,8	2,5	4,5	50
Сметана	100,0	2,1	28,2	3,1	284
Творог 20% жирности	100,0	11,1	18,8	3,0	233
Сыр голландский	92,0	20,9	23,6	2,0	313
Маргарин сливочный	100,0	0,4	77,1	0,4	720
Масло сливочное	100,0	0,4	78,5	0,5	734
Яйцо куриное	86,0	9,0	9,7	0,3	127
Масло подсолнечное	100,0	–	93,8	–	872
Овощи, фрукты, ягоды, соки					
Картофель	75,0	1,3	–	15,1	67
Капуста свежая	80,0	1,2	–	4,1	22
Капуста квашеная	70,0	0,7	–	3,2	16
Морковь	80,0	0,7	–	8,0	33
Лук репчатый	84,0	2,3	–	7,7	41
Свёкла	80,0	0,8	–	8,3	37
Огурцы солёные	90,0	0,6	–	1,1	7
Томат-паста	100,0	4,0	–	19,9	96
Сок томатный	100,0	0,4	–	3,4	16
Кондитерские изделия и прочие продукты					
Сахар	100,0	–	–	95,5	390
Какао порошок	100,0	19,9	19,0	38,4	416

Суточные нормы физиологических потребностей в пищевых веществах и энергии для детей и подростков

Возраст, лет	Пол	Энергия, ккал	Белки, г		Жиры, г	Углеводы, г	Минеральные вещества, мг					
			всего	в т.ч. животн.			Ca	P	Mg	Fe	Zn	J
1 – 2		1540	53	37	53	212	800	800	150	10	5	0,06
4 – 6		1970	68	44	68	272	900	1350	200	10	8	0,07
6 (школьники)		2000	69	45	67	285	1000	1500	250	12	10	0,08
7 – 10		2350	77	46	79	335	1100	1650	250	12	10	0,10
11 – 13	Мал.	2750	90	54	92	390	1200	2800	300	15	15	0,10
	Дев.	2500	82	49	84	355	1200	1800	300	18	12	0,10
14 – 17	Мал.	3000	98	59	100	425	1200	1800	300	15	15	0,10

							0	0	0	5		3
	Дев.	2600	90	54	90	360	120	180	30	1	12	0,1
							0	0	0	8		3

Приложение 4

Нормы продуктового набора для детских дошкольных учреждений (г/день на 1 ребёнка)

№ пп	Продукты суточного продуктового набора	Для детей в возрасте					В санаторных ДОУ		Опытный 3-х разовый режим питания
		до 3 лет		3-7 лет			для детей в возрасте		
		Для ДОУ с длительностью пребывания, час.					до 3 л.	3-7 л.	
		9- 12	12-24	9-10,5	12	24			
1.	Хлеб пшеничный	55	60	80	110	110	70	110	90
2.	Хлеб ржаной	25	30	40	60	60	30	60	30
3.	Мука пшеничная	16	16	20	25	25	16	25	25
4.	Крахмал	3	3	3	3	3	3	3	3
5.	Крупы, макароны	20	20	30	45	45	35	45	45
6.	Картофель	120	150	190	220	220	150	250	170
7.	Овощи разные	180	200	200	250	250	300	300	200
8.	Фрукты (сок)	90	130	60	60	150	250	350	40
9.	Сухофрукты	10	10	10	10	15	15	15	10
10.	Кондитерские изделия	4	7	10	10	10	10	15	10
11.	Сахар	35	50	45	50	55	50	60	45
12.	Масло сливочное	12	17	20	23	25	30	35	23
13.	Масло растительное	5	6	7	9	9	6	10	9
14.	Яйцо (шт.)	0,25	0,5	0,5	0,5	0,5	1,0	1,0	0,3
15.	Молоко	500	600	420	500	500	700	700	350
16.	Творог (9%)	40	50	40	40	50	50	75	40
17.	Мясо говядина I кат.	60	85	100	100	100	120	160	100
18.	Рыба	20	25	45	50	50	25	70	50
19.	Сметана	5	5	5	10	15	20	25	10
20.	Сыр	3	3	5	5	5	10	10	5
21.	Чай	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2
22.	Кофейный напиток	1	1	2	2	2	1	2	2
23.	Соль	1	1	2	2	2	1	2	2
24.	Дрожжи	1	1	1	1	1	1	1	1

Выписка из СанПиН.

XVI. Требования к составлению меню для организации питания детей разного возраста (СанПиН)

16.1. Ассортимент вырабатываемых на пищеблоке готовых блюд и кулинарных изделий определяется с учетом набора помещений, обеспечения технологическим, холодильным оборудованием.

16.2. Питание должно удовлетворять физиологические потребности детей в основных пищевых веществах и энергии (таблица 4)

В специализированных дошкольных организациях и группах для детей с хроническими заболеваниями (пищевая аллергия, часто болеющие дети) питание детей должно быть организовано в соответствии с принципами лечебного и профилактического питания детей с соответствующей патологией на основе соответствующих норм питания и меню.

Отклонения от расчетных суточной калорийности и содержания основных пищевых веществ (белков, жиров и углеводов) и калорийности не должны превышать 10%, микронутриентов 15%).

16.8. В каждом учреждении должно быть примерное меню, рассчитанное не менее чем на 2 недели, с учетом рекомендуемых среднесуточных норм питания в ДО для двух возрастных категорий: для детей с 1 года до 3 лет и для детей от 3 до 7 лет (Приложение 6 настоящих санитарных правил)

При составлении меню и расчетов калорийности необходимо соблюдать оптимальное соотношение пищевых веществ (белков, жиров, углеводов), которое должно составлять 1:1:4 соответственно.

При составлении меню следует учитывать национальные и территориальные особенности питания населения и состояние здоровья детей. Рекомендуемый ассортимент пищевых продуктов представлен в Приложении 8 настоящих санитарных правил.

16.9. Примерная форма примерного меню приводится в Приложении 9 настоящих санитарных правил.

16.10. Примерное меню должно содержать информацию о количественном составе основных пищевых веществ и энергии по каждому блюду, приему пищи, за каждый день и в целом за период его реализации. Обязательно приводят ссылки на рецептуры используемых блюд и кулинарных изделий, в соответствии со сборниками рецептур. Наименования блюд и кулинарных изделий, указываемых в примерном циклическом меню, должны соответствовать их наименованиям, указанным в использованных сборниках рецептур.

В примерном меню не допускается повторение одних и тех же блюд или кулинарных изделий в один и тот же день или в смежные дни.

16.11. Ежедневно в меню должны быть включены: молоко, кисломолочные напитки, сметана, мясо, картофель, овощи, фрукты, соки,

хлеб, крупы, сливочное и растительное масло, сахар, соль. Остальные продукты (творог, рыбу, сыр, яйцо и другие) - 2 - 3 раза в неделю.

В течение двух недель ребенок должен получить все продукты в полном объеме в соответствии с установленными нормами согласно Приложению 6 настоящих санитарных правил.

16.12. При отсутствии каких-либо продуктов в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания разрешается проводить их замену на равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов (Приложение 10 настоящих санитарных правил).

При отсутствии свежих овощей и фруктов следует включать в меню соки, свежемороженые овощи и фрукты.

16.13. На основании утвержденного примерного меню ежедневно составляется меню-требование установленного образца, с указанием выхода блюд для детей разного возраста.

На каждое блюдо должна быть заведена технологическая карта (Приложение 11 настоящих санитарных правил).

Для детей разного возраста должны соблюдаться объемы порций приготавливаемых блюд (Приложение 12 настоящих санитарных правил).

16.14. В целях профилактики недостаточности микронутриентов (витаминов и минеральных веществ) в питании детей круглогодично используют пищевые продукты, обогащенные микронутриентами, в том числе быстрорастворимые (инстантные) витаминизированные напитки. При этом обязательно проводится количественная оценка содержания витаминов в суточном рационе питания.

В ДО проводится круглогодичная искусственная С-витаминизация готовых блюд (из расчета для детей 1 - 3 лет - 35 мг, для детей 3 - 6 лет - 50,0 мг на порцию) или их обогащение витаминно-минеральными комплексами, специально предназначенными для этой цели (в соответствии с инструкцией и удостоверением о государственной регистрации) из расчета 50 - 75 % от суточной потребности в витаминах в одной порции напитка либо использование поливитаминных препаратов специального назначения (детских), в соответствии с инструкцией по применению. Препараты витаминов вводят в третье блюдо (компот, кисель и т.п.) после его охлаждения до температуры 15 С (для компота) и 35 С (для киселя)

непосредственно перед реализацией. Витаминизированные блюда не подогревают.

16.15. Необходимые расчеты и оценку использованного на одного ребенка среднесуточного набора пищевых продуктов проводят 1 раз в десять дней. По результатам оценки, при необходимости, проводят коррекцию питания в течение следующей недели (декады).

Подсчет энергетической ценности полученного рациона питания и содержания в нем основных пищевых веществ (белков, жиров и углеводов) проводят ежемесячно.

16.16. Для обеспечения преемственности питания родителей информируют об ассортименте питания ребенка, вывешивая ежедневное меню.

16.17. Выдача готовой пищи разрешается только после проведения приемочного контроля бракеражной комиссией в составе повара, представителя администрации ДО, медицинского работника.

Результаты контроля регистрируются в специальном журнале (Приложение 13 настоящих санитарных правил).

16.18. Непосредственно после приготовления пищи отбирается суточная проба готовой продукции. Суточная проба отбирается в объеме: порционные блюда - в полном объеме; холодные закуски, первые блюда, гарниры, третьи и прочие блюда - не менее 100 г. Пробу отбирают стерильными или прокипяченными ложками в стерильную или прокипяченную стеклянную посуду с плотно закрывающимися крышками (гарниры и салаты - в отдельную посуду) и сохраняют в течение не менее 48 часов при температуре +2 - +6 С в отдельном холодильнике или в специально отведенном месте в холодильнике для молочных продуктов, гастрономии. Посуду с пробами маркируют с указанием приема пищи и датой отбора. Контроль за правильностью отбора и хранения суточной пробы осуществляет ответственное лицо, прошедшее инструктаж.

4. Наблюдение, анализ и описание основных видов закаливания в ДОУ.

Цель: получить опыт анализа основных видов закаливания в ДОУ.

Студенты производят просмотр основных видов закаливания и проводят анализ по перечню вопросов и результатам наблюдений.

Схема: «Анализ организация закаливающих процедур»

Дата ___ Время проведения ___
группа № ___ / ___ Количество детей ___
ФИО воспитателя ___

Вопросы анализа. Результаты наблюдений

1 Индивидуальный подход к каждому ребенку

- Наличие рекомендаций врача;
- Индивидуальный план выздоровления

2 Виды закаливающих процедур, используемых в работе:

3 Выполнение гигиенических требований:

- Наличие оборудования
- Наличие индивидуальных средств гигиены
- Соблюдения температурного режима (воздуха, воды)
- Соблюдение требований по охране жизни и здоровья детей
- Соблюдение требований к одежде

4 Формы организации детей при проведении закаливания, их рациональность / фронтальные, подгрупповые, индивидуальные

5 Приемы, обеспечивающие интерес, эмоциональность при проведении закаливающих процедур / стихи, потешки, сюрпризный момент, другое

6 Знание методики, наличие методички, инструкций

Рекомендации

5. Наблюдение, анализ и описание оздоровительных видов гимнастик после сна.

Цель: получить опыт анализа оздоровительных видов гимнастик после сна детей.

Студентам предлагается просмотр оздоровительных видов гимнастики после сна в младшей и старшей группе. Выполнение данного вида работ заканчивается написанием анализа и выявлением общего и различного в зависимости от возраста детей.

На практическом занятии студенты самостоятельно составляют схему анализа корригирующей гимнастики, используя при этом теоретические данные учебной литературы:

«Гимнастика после сна по праву считается одним из самых важных режимных моментов в ДОУ. Она имеет оздоровительную направленность: поднимает настроение и мышечный тонус ребенка, повышает адаптивные возможности детского организма. Все это становится возможным за счет включения в гимнастику после сна физических упражнений, контрастных воздушных ванн, щадящего водного закаливания.

Подъем детей после сна возможно сочетать с другими оздоровительными процедурами: дыхательной и звуковой гимнастикой, профилактикой и коррекцией нарушений осанки, плоскостопия (корригирующая гимнастика), пальчиковой гимнастикой, самомассажем.

Естественно, упражнения **гимнастики пробуждения** должны быть увлекательны и интересны детям, должны способствовать приобщению дошкольников к здоровому образу жизни, мотивировать на физическое самосовершенствование. Заинтересованности детей способствует использование музыки, повышающей эмоциональный фон, стихотворных форм, малых жанров фольклора.

Звуки тихой плавной музыки сопровождают пробуждение детей, громкость музыки постепенно нарастает. Лежа в постели дети могут потягиваться, поднимать и опускать поочередно руки и ноги, выполнять элементы самомассажа, пальчиковой гимнастики

Пробуждение детей происходит под звуки плавной музыки, громкость которой медленно нарастает. Гимнастика в постели может включать такие элементы, как потягивание, поочередное поднятие и опускание рук и ног, элементы самомассажа, пальчиковой гимнастики. Важно исключить жесткие, резкие движения, чтобы исключить такие неприятные последствия как растяжение мышц, перевозбуждение, которое может привести к головокружению.

Длительность **гимнастики после сна** в постели составляет не более 2-3 минут, затем проводятся водные и воздушные закаливающие процедуры, элементы массажа и самомассажа в проветренной групповой комнате. Здесь же, в групповой комнате, дети выполняют разные виды ходьбы по корригирующим дорожкам. Длительность данного комплекса упражнений также не превышает 2-3 минут. Элементы **дыхательной гимнастики**, упражнения на развитие дыхания являются важными составляющими такого **режимного момента в ДОУ** как гимнастика пробуждения. Данные упражнения активизируют организм ребенка, помогают скинуть остатки сна и настроиться на дальнейшую деятельность.

В целом длительность гимнастики после сна колеблется от 9 до 15 минут в зависимости от возраста и уровня развития воспитанников. Двигательная активность данного режимного момента в ДОУ позволяет ребенку после сна быстрее войти в активное состояние, укрепляет мышечный тонус, создает хорошее настроение за счет того, что вызывает положительные эмоции».

Схема анализа корригирующей гимнастики.

1. Наличие упражнений пробуждения.
2. Плавность упражнений
3. Повторяемость упражнений 3-4 раза
4. Длительность 2-3 мин
5. Наличие разных видов ходьбы «Прогулка по дорожкам здоровья»
6. Длительность 9-15 мин в зависимости от возраста

7. Наличие элементов дыхательной гимнастики
8. Музыкальное сопровождение
9. Наличие стихотворных форм сопровождения упражнений
10. Игровая форма проведения с построением сюжета
11. Сюрпризный момент
12. Самостоятельность детей

6. Расчет параметров детской мебели:

Цель: получить практический опыт умения производить расчет и маркировку детской мебели.

1. Студенты определяют в соответствии с СанПиН верность подбора и маркировки мебели для детей в групповой комнате.
2. Производят индивидуальный расчет мебели в соответствии с данными, способствующими снятию статического напряжения.
3. Оценивают соблюдение воспитателем на занятии правильной посадки детей за столом.

Выписка из СанПиН

6.5. В групповых помещениях для детей 1,5 года и старше столы и стулья устанавливают по числу детей в группах. Для детей старшей и подготовительной групп рекомендуется использовать столы с изменяющимся наклоном крышки до 30 градусов.

6.6. Стулья должны быть в комплекте со столом одной группы, которая должна быть промаркирована. Подбор мебели для детей следует проводить с учетом антропометрических показателей согласно таблице 1.

Для организации настольных игр для детей допускается использовать подоконные ленточные и учебные столы.

6.7. Для детей 1,5 - 3 лет в групповых следует предусмотреть спортивный уголок.

6.8. При оборудовании групповой соблюдают следующие требования:

- столы для занятий старших и подготовительных групп устанавливают вблизи светонесущей стены при обязательном левостороннем освещении рабочего места;

- для леворуких детей индивидуальные рабочие места организуют с правосторонним освещением рабочего места.

Стол устанавливается следующим образом:

- четырехместные столы - не более чем в 2 ряда с учетом обеспечения боковым освещением максимального количества детей;

- двухместные столы - не более чем в 3 ряда;

- расстояние между рядами столов должно быть не менее 0,5 м;

- расстояние первого ряда столов от светонесущей стены должно быть 1 м;

- расстояние от первых столов до настенной доски должно быть 2,5 - 3 м, при этом угол рассматривания должен составлять не менее 45 град.

6.9. Рабочие поверхности столов должны иметь матовое покрытие светлого тона. Материалы, используемые для облицовки столов и стульев, должны обладать низкой теплопроводностью, быть стойкими к воздействию теплой воды, моющих и дезинфицирующих средств.

Требования к учебной мебели в ДОУ

1. Учебную мебель (столы и стулья) размещают в групповых помещениях дошкольного образовательного учреждения.

2. Мебель устанавливают в соответствии с количеством детей в группах: – для детей младших групп – четырехместные столы;

2.1. Четырехместные столы устанавливают не более чем в 2 ряда,

2.2. Расстояние между рядами столов должно составлять не менее 0,5 м.

3. Столы для занятий устанавливают вблизи светонесущей стены при обязательном левостороннем освещении рабочего места.

3.1. Для леворуких детей индивидуальные рабочие места организуют с правосторонним освещением рабочего места.

3.2. Расстояние первого ряда столов от светонесущей стены должно составлять 1 м, от первых столов до настенной доски – 2,5–3 м (угол).^орассматривания должен составлять не менее 45

4. На занятиях детей рассаживают с учетом состояния здоровья, зрения и слуха. Детей, страдающих частыми простудными заболеваниями, следует сажать подальше от окон и дверей, детей с пониженным слухом и близорукостью – за первые столы, соответствующие их росту.

5. Стулья должны быть в комплекте со столом – одной группы мебели, которая должна быть промаркирована.

6. Подбор мебели для детей следует проводить с учетом антропометрических показателей (табл.).

<u>Группа роста детей (мм)</u>	<u>Группа мебели</u>	<u>Высота стола (мм)</u>	<u>Высота стула (мм)</u>
<u>До 850</u>	<u>00</u>	<u>340</u>	<u>180</u>
<u>Свыше 850-1000</u>	<u>0</u>	<u>400</u>	<u>220</u>
<u>1000-1150</u>	<u>1</u>	<u>460</u>	<u>260</u>
<u>1150-1300</u>	<u>2</u>	<u>520</u>	<u>300</u>
<u>1300-1450</u>	<u>3</u>	<u>580</u>	<u>340</u>
<u>1450-1600</u>	<u>4</u>	<u>640</u>	<u>380</u>

Расчет параметров детской мебели для снятия статического напряжения мышц при посадке:

Для этого важно увеличить количество точек опоры:

1. надо сидеть прямо, не на краю, а на всем сиденье, глубина которого должна быть не менее 2/3 длины бедра сидящего, а ширина превышать ширину таза на 10 см;

2. опираться ногами о пол, спиной — о спинку стула, предплечьями — на крышку стола.

Плечи при правильной посадке должны быть на одном уровне и располагаться параллельно крышке стола.

3. высота сиденья стула над полом должна быть равна длине голени сидящего вместе со стопой (измерять следует от подколенной выемки, прибавляя 5—10 мм на высоту каблука). Это важно для того, чтобы при посадке можно было опираться ногами о пол, держа бедра по отношению к голени под прямым углом. Если сиденье излишне высокое, положение тела сидящего не будет устойчивым, так как он не сможет опереться ногами о пол. При слишком низком сиденье ребенку придется либо отводить ноги в сторону, что нарушит правильную его посадку, либо убирать их под сиденье, что может вызвать нарушение кровообращения в ногах, поскольку сосуды, проходящие в подколенной ямке, будут зажаты голенью;

4. высота стола над сиденьем (*дифференция*) должна позволять сидящему свободно, без поднимания или опускания плеч, класть руки (предплечья) на стол (рис. 9). При слишком большой *дифференциации* работая за столом, ребенок поднимает плечи (особенно правое плечо), при слишком малой — сгибается, сутулится, слишком низко наклоняет голову, чтобы рассмотреть предмет.

Во время занятий надо опираться спиной о спинку стула, хорошо видеть предметы. Для этого необходимо соблюдать *дистанцию спинки*, т.е. расстояние между спинкой стула и краем стола, обращенного к сидящему, должно на 3 — 5 см превышать передне-задний диаметр его грудной клетки. При этом расстояние между отвесными линиями, опущенными от переднего края сиденья стула и от края стола, или *дистанция сиденья*, становится отрицательной, т.е. край стула на 2 - 3 см заходит под край стола. Если отсутствует расстояние между краями стола и стула (*нулевая дистанция*) или дистанция сиденья положительная (стул несколько отодвинут от края стола), опираться на спинку стула при выполнении какой-либо работы за столом невозможно. Воспитатели во время занятий должны следить за посадкой каждого ребенка. Требовать от детей правильной посадки за столом можно лишь при условии соответствия мебели росту и пропорциям тела ребенка. Некоторые части тела ребенка при его нормальном развитии находятся в определенном соотношении с длиной всего тела, поэтому рост принимается за основную величины из которой исходят при определении размеров мебели.

7. Наблюдение, анализ и описание занятия по валеологическому образованию дошкольников

Цель: получить педагогический опыт анализа занятия по валеологическому образованию дошкольников.

Анализ занятия проводят по следующей схеме и с учетом возраста детей:

Организованные виды деятельности с детьми направлены

В младшем дошкольном возрасте	В среднем дошкольном возрасте	В старшем дошкольном возрасте
- на развитие представлений о своем внешнем возрасте;	- на развитие представлений о своем теле:	- на приобщение и нормам здорового образа жизни;
- на развитие умений и навыков своей личной	а) органы чувств;	- обогащение представлений о здоровье, об организме, его потребностях, о способах
	б) дыхательная и	

<p>гигиены; - на развитие представлений о принадлежности к женскому и мужскому полу, особенностях поведения мальчиков и девочек; - на развитие положительного отношения к себе и своему имени.</p>	<p>пищеварительная системы; - на развитие представлений о здоровом образе жизни себя и своей семьи.</p>	<p>предупреждения травматизма, закаливаний.</p>
--	---	---

СХЕМА «Педагогический анализ занятия»

1. Умеет ли педагог творчески использовать готовые конспекты занятий: вносить необходимые изменения в ход занятия, корректировать цели в соответствии с индивидуальными особенностями детей.

2. Умеет ли педагог составить конспект занятия в соответствии с поставленными целями, определить его содержание и структуру, подобрать дидактические игры.

3. Подготовка к занятию: подобран и рационально размещен раздаточный и демонстрационный материал; предварительная работа с детьми – беседы, наблюдения, чтение х/л, работа с родителями.

4. Выполнение санитарно-гигиенических требований: удовлетворение двигательной активности детей – динамические паузы и физкультминутки; контроль за правильностью осанки и сменяемость поз в течение занятия; соответствие длительности занятия с-г нормам.

5. Использование разнообразных форм организации детей на занятии: работа малыми подгруппами, в паре, индивидуальная или коллективная работа детей. Оправданность выбранных форм.

6. Использование разнообразных методов и приемов в работе с детьми: игровые приемы, приемы привлечения и сосредоточения внимания, активизации самостоятельного мышления, приемы подачи нового с опорой на имеющиеся у детей знания.

7. Умение педагога регулировать поведение детей в процессе занятия, поддерживать интерес в течение всего занятия.

8. Умение педагога корректировать ход занятия с учетом «обратной» связи: сократить время занятия в зависимости от степени утомления детей, сменить форму организации, вывести часть программного материала за рамки занятия, своевременно использовать динамическую паузу и т. д.

9. Использование педагогом индивидуальной работы с детьми.

10. Активное поведение детей на занятии, сохранялся интерес и внимание.

«Анализ занятия в группах раннего возраста»

1. Выполнение санитарно – гигиенических требований.

2. Умеет ли педагог настроить детей на занятие.

3. Отмечается ли четкость речи и эмоциональность изложения материала педагогом.

4. Умеет ли педагог использовать игровой материал при выполнении игровых заданий.

5. Педагог использует сочетание средств наглядности с речевым объяснением, указаниями, вопросами.

6. Педагог использует задания направленные на удовлетворение двигательной активности детей.

7. Педагог использует индивидуальный подход к детям на занятии.

8. Используется самостоятельная деятельность при выполнении заданий.

9. Наблюдается заинтересованность и активность детей.

10. Наблюдается эмоционально положительный настрой детей

8. Комплексное исследование здоровья дошкольников

Цель: получить практический опыт

- исследования состояния здоровья детей, выделение «групп риска», выявление функциональных нарушений у детей;

- отслеживание успешности обучения воспитанников в период их пребывания в ДОО с целью динамичного наблюдения за их развитием;

- определение соответствия образовательной среды ДОО состоянию здоровья ребенка и современное выявление факторов риска для его здоровья и развития.

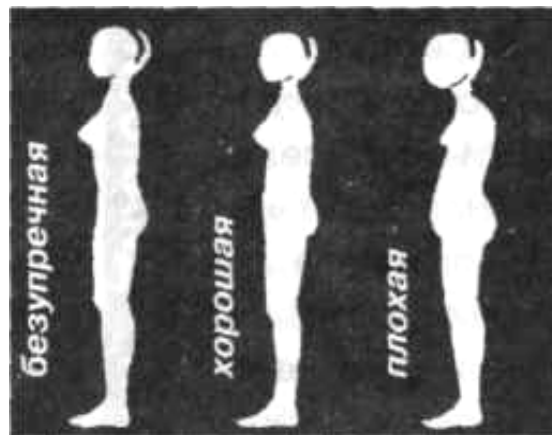
Исследование соматометрических показателей. Все исследования производят на ребёнке, в светлом, тёплом (не менее 20 °С) помещении, в первую половину дня, т.к. длина тела к концу дня уменьшается на 1-2 см в связи с уплощением свода стопы, межпозвоковых хрящей, снижения тонуса мускулатуры, а вес увеличивается в среднем на 1 кг.

Измерение длины тела производят с помощью вертикального деревянного ростомера. Ребёнок устанавливается спиной к его вертикальной стойке, касаясь последней пятками, ягодицами и межлопаточной областью (но не затылком!); голова ребёнка находится в положении, при котором нижний край глазницы и козелок уха расположены в одной горизонтальной плоскости, перпендикулярной стойке ростомера. Подвижная планка ростомера опускается до полного соприкосновения с верхушечной точкой головы (без надавливания) и снимаются показания с точностью до 1 см.

Определение массы тела проводится утром натощак, после мочеиспускания и дефекации, в крайнем случае, не ранее 1,5 часов после приёма пищи (в течение дня масса тела ребёнка может варьировать в пределах до 1 кг, взрослого – до 2 кг), на рычажных медицинских весах; детей до 1,5 лет – на специальных чашечных весах, с точностью до 50 г. Весы должны калиброваться не реже 1 раза в месяц.

Окружность грудной клетки измеряется прорезиненной сантиметровой лентой, которая должна время от времени заменяться новой, т.к. быстро изнашивается и вытягивается (рекомендуется заменять её через 450-500 исследований). Лента накладывается сзади по нижним углам лопаток (они хорошо выявляются при поднятии рук вверх), спереди прикрывает нижние сегменты околососковых кружков.

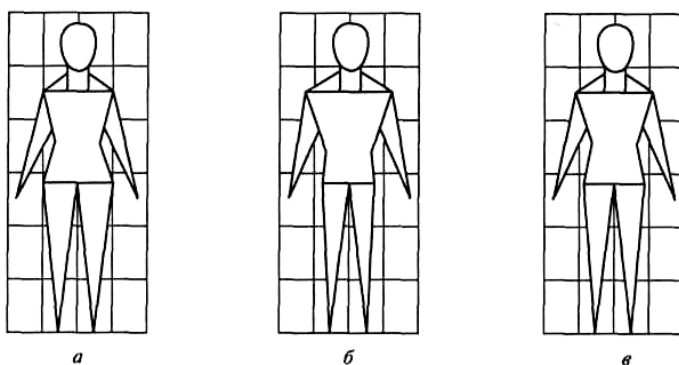
Оценка осанки.



Если смотреть на идеально сложенную фигуру сбоку, то воображаемая вертикальная ось будет проходить через точки, показанные на рисунке

Чтобы оценить свою осанку, встаньте боком к зеркалу, проверьте прохождение вертикали и сравните свою осанку с ее классическими типами, приведенными на рисунке

Типы телосложения:



а – астенический (пикнический); б – нормостенический (атлетический);

в – гиперстенический (торакальный)

Определение плоскостопия.



а – нормальная стопа; б – уплощённая стопа; в – плоскостопие

Для получения отпечатка стопы обследуемый ставит одну или обе ноги на полиэтиленовую плёнку плантографа, окрашенная ткань прогибается и оставляет на бумаге отпечаток стопы. На полученном отпечатке проводят линии от середины пятки ко второму межпальцевому промежутку и к середине основания первого пальца. Если контур отпечатка стопы в срединной части не перекрывает линии, стопа нормальная, если перекрывает первую линию – уплощённая, если вторую – плоскостопие.

Стандарт физического развития.

Мерилом физического совершенства индивидуума являются данные его **стандарта** физического развития, представляющего собой **свод среднеарифметических параметров основных антропометрических признаков** изучаемой популяции (рост, вес, окружность грудной клетки и др.).

Оценка степени и гармоничности физического развития производится с использованием разработанной оценочной шкалы физического развития (табл. 4), где выделяются 3 степени физического развития, вытекающие из соотношения веса и окружности грудной клетки индивидуума с ростом.

Таблица 4

Оценочная шкала физического развития

	Размах показателей массы тела (ОГК)						
	$-3\sigma_R$	$-2\sigma_R$	$-1\sigma_R$	N	$+1\sigma_R$	$+2\sigma_R$	$+3\sigma_R$
Рост	-III-степень физического развития	-II- степень физического развития	I степень физического развития		+ II + степень физического развития	+ III + степень физического развития	
Градации степеней физического развития							
Гармоничное (или хорошее, нормальное), пропорциональное физическое развитие	[I степень]		Индивидуумы с показателями массы тела и окружности грудной клетки в пределах: – от $-1\sigma_R$ до $+1\sigma_R$ – для детей до 7 лет; – от $-1\sigma_R$ до $+2\sigma_R$ – для индивидуумов от 7 до 18 лет.				

<i>Дисгармоничное</i> (или ухудшенное), пропорциональное (или диспропорциональное) физическое развитие [II степень]	Индивидуумы с показателями массы тела и окружности грудной клетки, расширенными от границ I степени на $\pm 1 \sigma_R$
<i>Резко дисгармоничное</i> (или плохое), пропорциональное (или диспропорциональное) физическое развитие [III степень]	Индивидуумы с показателями массы тела и окружности грудной клетки, выходящими за границы II степени физического развития

Оценка физического развития. По оценочной таблице (Прил. 3), соответствующей возрасту и полу исследуемого, поочередно определяются степени (I-II-III) физического развития для соотношения веса с ростом, и окружности грудной клетки с ростом, а затем выводится общая оценка по худшему оценочному показателю. При этом, II и III степени физического развития могут быть обусловлены опережением или отставанием значений веса и окружности грудной клетки по отношению к данным стандарта, что в итоговом символе, выражающем степень физического развития, обозначается знаками «-» или «+» перед цифрой символа (\pm II; \pm III) при отставании или опережении веса, и такими же знаками после цифры символа (II \pm ; III \pm) – при отставании или опережении окружности грудной клетки.

Если вес и окружность груди находятся в одинаковых по знаку и степени оценочных группах, физическое развитие оценивается как *пропорциональное*, если в разных по степени (один показатель опережает или отстаёт от стандарта больше, чем другой) – как *диспропорциональное*. Если же диспропорция веса и окружности груди оценивается разными по знаку степенями (один показатель отстаёт, другой – опережает), то физическое развитие оценивается как *атипичное*, или *резко диспропорциональное*.

Пример оценки физического развития по оценочным шкалам генотипического стандарта

Иванов Саша. Дата рождения – 18 октября 2005 года, дата обследования – 28 ноября 2008 года. Антропометрические показатели: рост 100 см, вес – 13,5 кг, ОГК – 53 см.

Определяется принадлежность ребёнка к возрастной группе: $2008 - 2005 = 3$ года 1 мес. = 3 года. По оценочной таблице генотипического стандарта мальчиков до 7 лет (Прил. 3), поочередным сопоставлением определяется степень соотношения роста с весом (-II), и роста с окружностью грудной клетки – (I). **Итоговая оценка** выводится по худшему оценочному показателю, с сохранением знаков отклонения – (-II), что в расшифровке означает: «*Дисгармоничное* (или ухудшенное), *диспропорциональное* (т.к. показатели веса и ОГК лежат в разных оценочных группах) *физическое развитие, с отставанием по весу*».

9. Проведение занятия по валеологическому образованию дошкольников.

Цель: получить практический опыт организации и проведения занятия по валеологическому образованию дошкольников.

Для выполнения данного вида работ студенту необходимо руководствоваться нормами СанПиН, требованиями к структуре и содержанию занятий.

Студент должен:

1. выбрать возрастную группу детей;
2. разработать конспект занятия в соответствии с требованиями ДОУ к структуре и содержанию к разработке конспекта;
3. разработать конспект и утвердить его не менее чем за неделю у воспитателя ДОУ и методиста практики;
4. не менее чем за день подготовить в группе необходимые атрибуты и материал для проведения занятия;
5. по вопросам самоанализа провести рефлексию и предварительную оценку занятия.

6. Отчет по практике

Формой отчетности по всем видам работ является представление студентом дневника по практике.

Зачет по учебной практике производится при наличии выполнения всех видов работ.

1.

1.Наблюдение, анализ проведения закаливающих мероприятий, физкультминуток, пальчиковых игр, воспитание культурно-гигиенических навыков, укрепление здоровья в режимных моментах в соответствии возрастной группой

2.Анализ приемов работы воспитателя по воспитанию культурно-гигиенических навыков в соответствии возрастной группой

Цель: получить практический опыт анализа организации закаливающих мероприятий, воспитания культурно- гигиенических навыков, укрепления здоровья детей в образовательном учреждении в соответствии с требованиями СанПиН. Практика организовывается на базе ДОУ.

Образовательная деятельность в образовательной области «Здоровье» (закаливание)

Методические рекомендации к проведению закаливания дошкольников

Эффект закаливания обеспечивается соблюдением следующих основных принципов:

- индивидуальный подход с учётом особенностей состояния здоровья и развития ребёнка, типологической направленности его высшей нервной деятельности, а также тренированности его организма с учётом проводимого ранее закаливания;
- постепенность в увеличении силы воздействия фактора;
 - регулярность закаливающих мероприятий;
 - комплексность: воздействие природных факторов (солнце, воздух и вода) может быть общим и местным, различные факторы должны чередоваться по длительности и силе;
 - закаливающие воздействия проводят как в состоянии покоя, так и при выполнении физических упражнений;
- вариативность методик закаливания в зависимости от климатических и экологических особенностей, эпидемиологической обстановки, изменившихся условий в ДОУ (отсутствие отопления, отсутствие подготовленного персонала и др.);
- положительный эмоциональный настрой ребёнка;
- закаливающие воздействия, которые необходимо проводить на фоне теплового комфорта организма детей при рациональном сочетании метеорологических факторов окружающей среды, уровня двигательной активности детей и их одежды;
- преемственность проведения закаливающих процедур в домашних условиях.
- Недопустимо использование интенсивных методик закаливания (моржевание, хождение босиком по снегу и др.), потенциально опасных для здоровья детей.
- Система закаливания включает в себя закаливание детей в повседневной жизни и специальные закаливающие мероприятия.

Закаливание детей в повседневной жизни

Воздушные ванны

Воздух в помещении должен быть свежим, что достигается регулярным проветриванием: односторонним либо сквозным (в отсутствие детей).

Проветривание в холодное время года проводится кратковременно в зависимости от температуры воздуха и степени нагрева отопительных приборов.

Соответствие одежды ребёнка температуре воздуха обеспечивает ему состояние теплового комфорта. Необходимо учитывать индивидуальные особенности здоровья и поведения ребёнка. К пребыванию в помещении в

облегчённой одежде детей должны приучать постепенно, с учётом их привычек в домашних условиях.

Следует обратить внимание на организацию сна детей: обязательно проветривать помещение перед сном и во время сна (в холодную погоду фрамуги или форточки должны быть закрыты за 30 мин до подъёма детей). Необходимо помнить, что дети, спящие у окна, должны быть одеты теплее.

Прогулка является одним из важных моментов оздоровления.

При организации прогулки необходимо проследить за соответствием одежды детей конкретным погодным условиям, оптимизировать двигательную активность, осуществлять контроль за самочувствием детей и вовремя их переодевать.

Сильный закаливающий эффект оказывает сочетанное воздействие воздушной ванны с физическими упражнениями: проведение утренней гимнастики, гимнастики пробуждения после дневного сна, физкультурных занятий в зале и особенно на свежем воздухе.

Закаливание водой

Умывание прохладной водой (постепенное снижение температуры воды до 15—18 °С при комфортной температуре воздуха).

«Расширенное» умывание. Ребёнок постепенно приучается мыть руки до локтя, не только лицо, но и шею, а в старшем дошкольном возрасте и верхнюю часть грудной клетки.

Полоскание горла (полоскание рта для детей 3—4-летнего возраста) кипячёной водой комнатной температуры.

Солнечные ванны

Длительность пребывания на солнце зависит от состояния здоровья ребёнка и местных климатических особенностей. Наиболее полезны рассеянные солнечные лучи. В жаркую погоду под прямыми солнечными лучами ребёнок должен находиться в головном уборе (панамке) с целью профилактики теплового удара.

Босохождение

Полезно ходить босиком по траве, произрастающей на рыхлой почве, а в помещении — по ковру. Рекомендуются сочетать босохождение с массажем стоп (по массажным коврикам, гладким камешкам и др.).

Специальные закаливающие мероприятия

В условиях большинства ДОУ целесообразно проводить:

- обтирание;
- контрастное обливание стоп;
- топтание в тазу с постепенным снижением температуры воды (для детей старшего дошкольного возраста);

— хождение по мокрой простыне (можно использовать и для детей раннего возраста).

Образовательная деятельность в образовательной области «Здоровье» (диагностика)

ПАСПОРТ ЗДОРОВЬЯ

Фамилия, имя _____ Дата рождения _____

Группа здоровья _____

Поступил в д/сад _____

Физическое развитие

№	Изучаемые показатели	Младшая группа			Средняя группа			Старшая группа			Подготовительная группа		
		1 кв.	2 кв.	3 кв.	1 кв.	2 кв.	3 кв.	1 кв.	2 кв.	3 кв.	1 кв.	2 кв.	3 кв.
1	Рост, см												
2	Вес, кг												
3	Объем груди, см												

Показатели физической подготовленности

№	Двигательные тесты	Младшая группа		Средняя группа		Старшая группа		Подготовительная группа	
		осень	весна	осень	весна	осень	весна	осень	весна
1									
2									
3									
4									
5									

Оценка физического развития: осень _____ весна _____

Образовательная деятельность в образовательной области «Здоровье»

Примерная схема написания плана-конспекта организации режимных моментов

Утверждаю:

Воспитатель в ДОУ _____

Методист МПК _____

План-конспект организации режимных моментов для детей старшей группы

Дата проведения:

Возрастная группа:

Прием детей:

Цель: Знакомство с детьми и родителями; создание условий для организации самостоятельной деятельности детей; формирование культуры поведения.

Ход приема детей:

- Здравствуйте, меня зовут Елена Викторовна, сегодня я буду вести прием детей.

Знакомство с ребенком:

- Здравствуй, как тебя зовут? (имя)

- А какое у тебя настроение сегодня? (отвечает)

- Переодевайся, одежду складывай аккуратно в кабинку, поздоровайся с детьми.

Затем можешь пройти в группу и поиграть до завтрака.

1. Умывание.

Цель: привитие культурно-гигиенических навыков; формирование привычки пользоваться мылом, полотенцем (привитие личной гигиены); формирование привычки вести себя в соответствии с нормами поведения.

Ход умывания:

- А сейчас ребята мы все дружно идем мыть руки. Руки моем аккуратно, не толкаемся, по очереди, про мыло не забываем:

Буль-буль-буль журчит водичка,

Все ребята любят мыться.

Льется чистая водица,

Мы умеем сами мыться.

- Ребята руки вытираем, каждый своим полотенцем.

2. Прием пищи

Цель: формирование культуры еды, культуры поведения за столом.

Ход приема пищи:

- Ребята берем стульчики и садимся за столы.

- Что у нас сегодня на завтрак (обед)? Какой напиток?

- Приятного аппетита.

- Следим за осанкой, держите спину прямо, ложку держите правильно.

3. Прогулка

Цель: привитие культурно-гигиенических навыков в одевании.

Ход:

- Берем одежду, одеваемся на прогулку (четко указать последовательность одевания предметов одежды), встаем парами за мной. Вперед не убегаем, ждем всех.

4. Сон час.

Цель: привитие культурно-гигиенических навыков в раздевании и подготовке ко сну.

Ход:

- Дети раздеваемся, одежду аккуратно складываем на стульчик. Ложимся, укрываемся и закрываем глазки, а я вам почитаю сказку.

2

1.Изучение документов, определяющих задачи, содержание работы по освоению детьми образовательной области «Физическая культура», «Здоровье» - воспитание культурно-гигиенических навыков в процессе режимных моментов

2.сравнительный анализ программных задач по воспитанию культурно-гигиенических навыков в разных возрастных группах на основе программы «Успех»

3.оформление таблицы усложнения программных задач по воспитанию культурно-гигиенических навыков

Студенты изучают документы, определяющие задачи, содержание работы по освоению детьми образовательной области «Физическая культура», «Здоровье»

На учебной практике, организованной в колледже, студенты делают сравнительный анализ программных задач по воспитанию культурно-гигиенических навыков в разных возрастных группах на основе программы «Успех»;

-оформляют таблицы усложнения программных задач по воспитанию культурно-гигиенических навыков

3.

1.Наблюдение, анализ организации форм образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическая культура»: утренняя гимнастика

2.Наблюдение, анализ организации форм образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическая культура»: спортивные игры в соответствии возрастной группой

Цель: получить опыт анализа организации форм образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическая культура»

Студенты проводят наблюдение, анализ организации форм образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическая культура»: утренняя гимнастика

СХЕМА АНАЛИЗА УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ

Ф.И.О. _____

Дата _____

Группа _____

Время _____

	Ключевые моменты	Педагогические факты
1	Условия проведения (групповая комната, физкультурный зал, площадка)	

2	Подготовленность инструктора, наличие плана-конспекта, правильность и тщательность его разработки	
3	Подготовка места и физкультурного инвентаря	
4	Подготовка детей (переодевание и т.д.), их одежда и обувь	
5	Организация утренней гимнастики: - своевременное начало и конец; - способы организации детей для выполнения физических упражнений; - рациональное использование площадки (помещения); - способы раздачи и сбора инвентаря	
6	Соответствие упражнений, их сочетаний, последовательность выполнения, методики проведения, возрасту детей, состоянию их здоровья, уровню физического развития и физической подготовленности	
7	Продолжительность утренней гимнастики в целом и каждого упражнения	
8	Приемы регулирования дыхания	

Ваши выводы и предложения

Методические рекомендации к проведению утренней гимнастики

Во вводной части используются различные виды бега и ходьбы, упражнения на перестроение, ориентировку в пространстве.

В основную часть включаются общеразвивающие упражнения (в количестве 3-7, в зависимости от возраста детей) или другие виды физических упражнений: танцевально-ритмические, хороводные и подвижные игры и т. д. В конце основной части даются интенсивные упражнения для нагрузки (прыжки, бег).

В заключительной части гимнастики проводится ходьба или малоподвижная игра, чтобы восстановить пульс и дыхание.

При подборе общеразвивающих упражнений нужно руководствоваться следующими **требованиями**:

- упражнения должны быть для всех групп мышц, из разных исходных положений, разной интенсивности, темпа;
- упражнения должны быть с различными пособиями, ритмично-музыкальным сопровождением,
- упражнения должны быть в различных построениях (и в старшей группе также);
- упражнения должны быть обязательно интересными для детей.

Используются разные **формы проведения гимнастики:**

- традиционная форма с использованием общеразвивающих упражнений;
- обыгрывание какого-нибудь сюжета: «На прогулке», «Мы на луг ходили», «Воробушки», «Медвежата» и др.;
- игрового характера - из 3-4 подвижных игр;
- с использованием элементов ритмической гимнастики, танцевальных движений, хороводов;
- оздоровительный бег (проводится на участке в течении 3-5 мин с постепенным увеличением расстояния, интенсивности, времени).

Обычно комплекс общеразвивающих упражнений для утренней гимнастики берется с физкультурных занятий и повторяется 1-2 недели. Необходимо соблюдать требования к одежде, обуви, месту проведения, оборудованию. Для ритмичного сопровождения используются бубен, счет, хлопки, звукозапись, музыкальное сопровождение (пианино, баян, аккордеон)

Примерные схемы написания плана – конспекта утренней гимнастики

Утверждаю:

Инструктор по ФК в ДОУ _____

Методист МПК _____

План-конспект образовательной деятельности по физической культуре

(игровая утренняя гимнастика)
для _____ группы

Время проведения _____

Место проведения _____

Оборудование и инвентарь _____

Части. Мин.	Содержание	Доз.	Организационно-методические указания
1 часть кол-во мин.	Построение, приветствие.	мин.	Способ построения. Организовать детей, создать мотивацию.
	Подвижная игра (название)	мин.	Игра средней интенсивности, с ходьбой и бегом. Конкретное для данной игры
	а) построение детей на игру; б) описание игры; в) правила игры; г) определение победителей; д) проигрывание; е) подведение итогов игры. Перестроение	мин. мин.	Методические указания. Схема Способ перестроения, схема.
2 часть кол-во мин.	Подвижная игра (название) а) построение детей на игру; б) описание игры; в) правила игры; г) определение победителей; д) проигрывание; е) подведение итогов игры. Перестроение		Игра большой интенсивности (с ОВД или с комплексом ОРУ) Конкретное для данной игры Методические указания, схема. Указать способ, схема.
3 часть кол-во мин.	Ходьба на восстановление дыхания. Организованный уход.		Методические указания.

4.

1.изучение Постановления Минздрава «Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы»

2.конспект раздела 13. Требования к организации физического воспитания

Студенты изучают Постановление Минздрава «Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы»

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 22 июля 2010 г. N 91 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.1.2660-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях""

Зарегистрировано в Минюсте РФ 27 августа 2010 г. Регистрационный N 18267

В соответствии с Федеральным законом от 30.03.1999 N 52-ФЗ "О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения" (Собрание законодательства Российской Федерации, 1999, N 14, ст. 1650; 2002, N 1 (ч. 1), ст. 2; 2003, N 2, ст. 167; 2003, N 27 (ч. 1), ст. 2700; 2004, N 35; ст. 3607; 2005, N 19, ст. 1732; 2006, N 1, ст. 10; 2006, N 52 (ч. 1) ст. 5498; 2007, N 1 (ч. 1) ст. 21; 2007, N 1 (ч. 1) ст. 29; 2007, N 27, ст. 3213; 2007, N 46, ст. 5554; 2007, N 49, ст. 6070; 2008, N 24, ст. 2801; 2008, N 29 (ч. 1), ст. 3418; 2008, N 30 (ч. 2), ст. 3616; 2008, N 44, ст. 4984; 2008, N 52 (ч. 1), ст. 6223; 2009, N 1, ст. 17) и постановлением Правительства Российской Федерации от 24.07.2000 N 554 "Об утверждении Положения о государственной санитарно-эпидемиологической службе Российской Федерации и Положения о государственном санитарно-эпидемиологическом нормировании" (Собрание законодательства Российской Федерации, 2000, N 31, ст. 3295; 2004, N 8, ст. 663; 2004, N 47, ст. 4666; 2005, N 39, ст.

ХII. Требования к приему детей в дошкольные организации, режиму дня и учебным занятиям

12.1. Прием детей, впервые поступающих в дошкольные организации, осуществляется на основании медицинского заключения, выданного в установленном порядке.

12.2. Ежедневный утренний прием детей проводят воспитатели, которые опрашивают родителей о состоянии здоровья детей.

Медицинский работник осуществляет прием детей в ясельные группы и в случаях подозрения на заболевание - в дошкольных группах. Выявленные больные дети или дети с подозрением на заболевание в дошкольные организации не принимаются; заболевших в течение дня детей изолируют от здоровых детей (временно размещают в изоляторе) до прихода родителей или направляют в лечебное учреждение.

12.3. После перенесенного заболевания, а также отсутствия более 3 дней (за исключением выходных и праздничных дней) детей принимают в дошкольные организации только при наличии справки участкового врача-педиатра с указанием диагноза, длительности заболевания, проведенного лечения, сведений об отсутствии контакта с инфекционными больными, а также рекомендаций по индивидуальному режиму ребенка-реконвалесцента на первые 10 - 14 дней.

12.4. Режим дня должен соответствовать возрастным особенностям детей и способствовать их гармоничному развитию. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3 - 7 лет составляет 5,5 - 6 часов, до 3 лет - в соответствии с медицинскими рекомендациями.

12.5. Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее 4 - 4,5 часа. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину - до обеда и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5 - 7 лет при температуре воздуха ниже минус 20 °С и скорости ветра более 15 м/с.

12.6. Во время прогулки с детьми необходимо проводить игры и физические упражнения. Подвижные игры проводят в конце прогулки перед возвращением детей в помещения ДО.

12.7. Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12 - 12,5 часа, из которых 2,0 - 2,5 отводится дневному сну. Для детей от 1 года до 1,5 года дневной сон организуют дважды в первую и вторую половину дня общей продолжительностью до 3,5 часа. Оптимальным является организация дневного сна на воздухе (веранды). Для детей от 1,5 до 3 лет дневной сон организуют однократно продолжительностью не менее 3 часов. Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр.

Детей с трудным засыпанием и чутким сном рекомендуется укладывать первыми и поднимать последними. В разновозрастных группах более старших детей после сна поднимают раньше. Во время сна детей присутствие воспитателя (или его помощника) в спальне обязательно.

12.8. Самостоятельная деятельность детей 3 - 7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) занимает в режиме дня не менее 3 - 4 часов.

12.9. Для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет непосредственно образовательная деятельность должна составлять не более 1,5 часа в неделю (игровая, музыкальная деятельность, общение, развитие движений). Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности составляет не более 10 мин. Допускается осуществлять непосредственно образовательную деятельность в первую и во вторую половину дня (по 8 - 10 минут). В теплое время года непосредственно образовательную деятельность осуществляют на участке во время прогулки.

12.10. Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки, включая реализацию дополнительных образовательных программ, для детей дошкольного возраста составляет: в младшей группе (дети четвертого года жизни) - 2 часа 45 мин., в средней группе (дети пятого года

жизни) - 4 часа, в старшей группе (дети шестого года жизни) - 6 часов 15 минут, в подготовительной (дети седьмого года жизни) - 8 часов 30 минут.

12.11. Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей 4-го года жизни - не более 15 минут, для детей 5-го года жизни - не более 20 минут, для детей 6-го года жизни - не более 25 минут, а для детей 7-го года жизни - не более 30 минут. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультминутку. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.

12.12. Непосредственно образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна, но не чаще 2 - 3 раз в неделю. Ее продолжительность должна составлять не более 25 - 30 минут в день. В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводят физкультминутку.

12.13. Занятия по дополнительному образованию (студии, кружки, секции и т.п.) для детей дошкольного возраста недопустимо проводить за счет времени, отведенного на прогулку и дневной сон. Их проводят:

- для детей 4-го года жизни - не чаще 1 раза в неделю продолжительностью не более 15 минут;
- для детей 5-го года жизни - не чаще 2 раз в неделю продолжительностью не более 25 минут;
- для детей 6-го года жизни - не чаще 2 раз в неделю продолжительностью не более 25 минут;
- для детей 7-го года жизни - не чаще 3 раз в неделю продолжительностью не более 30 минут.

12.14. Непосредственно образовательная деятельность физкультурно-оздоровительного и эстетического цикла должна занимать не менее 50% общего времени, отведенного на непосредственно образовательную деятельность.

(п. 12.14 в ред. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 20.12.2010 N 164)

12.15. Объем лечебно-оздоровительной работы и коррекционной помощи детям (ЛФК, массаж, занятия с логопедом, с психологом и другие)

регламентируют индивидуально в соответствии с медико-педагогическими рекомендациями.

12.16. Непосредственно образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, следует проводить в первую половину дня и в дни наиболее высокой работоспособности детей (вторник, среда). Для профилактики утомления детей рекомендуется сочетать ее с образовательной деятельностью, направленной на физическое и художественно-эстетическое развитие детей указанные непосредственно образовательная деятельность с физкультурными, музыкальными занятиями, ритмикой и т.п.

12.17. Домашние задания воспитанникам дошкольных образовательных организаций не задают.

12.18. В разновозрастных группах продолжительность непосредственно образовательной деятельности следует дифференцировать в зависимости от возраста ребенка. С целью соблюдения возрастных регламентов продолжительности занятий их следует начинать со старшими детьми, постепенно подключая к занятию детей младшего возраста.

(в ред. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 20.12.2010 N 164)

12.19. В середине года (январь - февраль) для воспитанников дошкольных групп рекомендуется организовывать недельные каникулы, во время которых проводят непосредственно образовательную деятельность только эстетически-оздоровительного цикла (музыкальные, спортивные, изобразительного искусства).

В дни каникул и в летний период учебные непосредственно образовательную деятельность проводить не рекомендуется. Рекомендуется проводить спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии и другие, а также увеличивать продолжительность прогулок.

5.

Наблюдение, анализ организации форм образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическая культура» 2 половина дня: корригирующая гимнастика, подвижных игр в соответствии возрастной группой

Цель: получить опыт анализа корригирующей гимнастики, подвижной игры

Примерные комплексы корригирующей гимнастики

1-й комплекс

1. И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища. Согнуть колени, ноги подтянуть к груди, обхватить колени руками, вернуться в и.п.

2. И.п.: лежа на спине, руки в замок за голову, ноги согнуты в коленях. Наклон колен влево, в и.п., наклон колен вправо, в и.п.

3. И.п.: сидя, ноги вместе, руки в упоре сзади. Согнуть ноги в коленях, подтянуть их к груди, со звуком «ф-ф» - выдох, и.п., вдох (через нос).

4. И.п.: то же, одна рука на животе, другая на груди. Вдох через нос, вытягивая живот; выдох через рот, надувая живот.

5. И.п.: стоя, ноги врозь, руки внизу. Хлопок в ладоши - выдох; развести ладони в стороны - вдох.

6. И.п.: о.с. Потягивания: достали до потолка, вернулись в и.п.

2-й комплекс

1. *«Потягушки»*. Ил.: лежа на спине, руки вдоль туловища, потягивание, и.п.

2. *«Горка»*. И.п.: сидя, ноги прямые, руки в упоре сзади, опираясь на кисти рук и пятки выпрямленных ног, поднять таз вверх, держать, вернуться в ил.

3. *«Лодочка»*. И.п.: лежа на животе, руки вверх, прогнуться (поднять верхнюю и нижнюю части туловища), держать, вернуться в и.п.

4 *«Волна»*. И.п.: стоя на коленях, руки на поясе, сесть справа от пяток, руки влево, и.п., сесть слева от пяток, руки вправо, ил. *«Мячик»*. Ил.: о.с, прыжки на двух ногах сподбрасыванием мяча перед собой.

5 *«Послушаем свое дыхание»*. И.п.: о.с, мышцы туловища расслаблены. В полной тишине дети прислушиваются к собственному дыханию и определяют, какая часть тела приходит в движение при вдохе и выдохе (живот, грудная клетка, плечи волнообразно), тихое дыхание или шумное.

3-й комплекс «Прогулка в лес»

1. *«Потягушки»*. Ил.: лежа на спине, руки вдоль туловища, потягивание.

2. *«В колыбельке подвесной летом житель спит лесной* (орех)*. И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища, вдох, сесть с прямыми ногами, руки к носкам, выдох, вдох, и.п.

3. *«Вот нагнулась елочка, зеленые иголочки»*. И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки внизу, вдох, выдох, наклон туловища вперед, вдох, и.п., выдох, наклон. *«Вот сосна высокая стои стороны, выдох, наклон вища влево.*

4. *«Дети в беретках с ветки упали, беретки потеряли» (желуди)*. И.п.: о.с, руки за голову, вдох - подняться на носки, выдох - присесть.

5. *«Стоит Алена, листва зелена, тонкий стан, белый сарафан* (береза)*. И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища, вдох, руки через стороны вверх, подняться на носки, выдох, и.п.

карточки подвижных игр в соответствии возрастной группой

ПОДВИЖНАЯ

ИГРА

(название)

для детей _____ возраста

Место проведения	Инвентарь	Содержание игры	Правила	Схема	Направленность

**Образовательная деятельность в образовательной области
«Физическая культура» (подвижные игры на прогулке)**

СХЕМА АНАЛИЗА ПОДВИЖНЫХ ИГР

1. Сведения о группе (количество детей, их возраст, состояние здоровья, уровень физического развития и физической подготовленности).

2. Условия проведения игр (физкультурный зал, площадка).

3. Подготовка воспитателя: наличие плана-конспекта, правильность и тщательность его разработки.

4. Подготовка места проведения игры и физкультурного инвентаря.

5. Одежда и обувь детей и воспитателя.

6. Организация подвижных игр: своевременные начало и окончание игры; длительность игры в целом, время на каждое повторение и на выполнение отдельных упражнений; способы организации воспитанников, размещение детей, воспитателя, инвентаря, атрибутов; рациональное использование помещения (площадки); раздача и сбор инвентаря, атрибутов.

7. Эффективность решения образовательных задач: качество выполнения движений; приемы предупреждения и исправления ошибок; приемы развития физических качеств (ловкости, быстроты).

8. Степень решения оздоровительных задач: продолжительность игры в целом; дозировка и темп выполнения физических упражнений; оценка моторной плотности занятия.

9. Степень решения воспитательных задач: содействие умственному, нравственному, эстетическому, трудовому воспитанию; использование музыкального сопровождения.

10. Уровень педагогического мастерства воспитателя: умение держать всех детей в поле зрения и осуществлять контроль за качеством выполнения упражнений, самочувствием, поведением и настроением ребят; владение голосом, культура речи; тон обращения к детям; характер проведения игры (уверенно, неуверенно); настроение педагога.

11. Общая оценка проведения подвижной игры.

12. Предложения по совершенствованию содержания и методики подвижных игр.

Вывод об эффективности проведения подвижных игр в целом _____

6. Наблюдение, анализ организации форм образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическая культура»: физкультурного досуга

Цель: получить педагогический опыт анализа организации форм образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическая культура»: физкультурного досуг.

Образовательная деятельность в образовательной области «Физическая культура» (физкультурный досуг)

Методические рекомендации к проведению физкультурного досуга

Проводится во всех возрастных группах, начиная со второй младшей группы. Организуется 1—2 раза в месяц во вторую половину дня. Предназначается для одной—двух групп дошкольного учреждения. Проводится воспитателем в обычной обстановке, с обычными атрибутами, как в помещении, так и на воздухе.

Длительность: младшая группа, средняя группа — 20—30 мин; старшая группа — 35—40 мин; подготовительная группа — 40—50 мин.

В младшем и среднем дошкольном возрасте в содержание досугов может быть введен сказочный персонаж или можно использовать занимательный сюжет. Физкультурный досуг целесообразно посвящать временам года, интересным спортивным событиям, общественным праздникам. Следует использовать музыкальное сопровождение. Физкультурный досуг не должен совпадать с физкультурными занятиями и праздниками.

СХЕМА АНАЛИЗА ФИЗКУЛЬТУРНОГО ДОСУГА

Название: _____

Форма проведения: _____

Задачи:

1. Образовательные _____

2.

Развивающие _____

–

3. Воспитательные _____

Оборудование и инвентарь _____

Место и время проведения _____

Подготовительная работа (детей, воспитателя) _____

Содержание анализа физкультурного досуга

1. Варианты проведения физкультурного досуга:

– использование знакомых подвижных игр и игровых упражнений;

– использование элементов одной из спортивных игр;

– использование игр-эстафет;

– использование одного из спортивных упражнений или основных движений (лыжный досуг, досуг в плавательном бассейне, с метанием, на велосипедах и т.д.);

– спортивно-музыкальный (дети соревнуются в качественном выполнении движений под музыку) досуг.

2. Участие детей в выполнении заданий (фронтальные формы организации, подгруппами, индивидуальные).

3. Разнообразие предложенных двигательных заданий (с бегом, с прыжками и т.п.).

4. Оценка деятельности детей, учет их индивидуальных особенностей.

5. Участие воспитателя в проведении досуга:

– только объясняет задания;

– участвует в судействе;

– помогает тем, кто не может организовать свои действия;

– помогает слабым детям;

– подводит итог с учетом особенностей команды или группы

и т.д.

6. Атрибутика досуга, его эстетическая, практическая и воспитательная ценность.

7. Использование музыкального сопровождения.

8. Регулирование физической нагрузки в процессе проведения досуга.

9. Длительность физкультурного досуга.

10. Эмоциональная нагрузка в процессе проведения досуга.

Задачи физкультурного досуга и их реализация воспитателем

4 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

4.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы производственной практики осуществляется на базах дошкольных образовательных организаций, отвечающих современным требованиям к организации учебно-воспитательного процесса, укомплектованных квалифицированными педагогическими кадрами.

Реализация программы производственной практики предполагает соответствие состояния материально-технической базы ДОО педагогическим требованиям современного уровня образования, требованиям техники безопасности, санитарно-гигиеническим нормам. Подбор и закрепление баз производственной практики осуществляется администрацией колледжа в соответствии с рекомендациями по производственной практике студентов по специальностям среднего профессионального образования. Между образовательными организациями и колледжем заключается договор, определяющий права и обязанности обеих сторон.

4.2 Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Борисова, М. М. Воспитатель в дошкольных образовательных организациях. Физическое воспитание дошкольников : учеб. пособие / М.М. Борисова, Н.Н. Кожухова, Л.А. Рыжкова ; под ред. С.А. Козловой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : ИНФРА-М, 2020. — 508 с. — (Практическая педагогика). - ISBN 978-5-16-106481-8. - Текст : электронный. - URL: <https://new.znaniium.com/catalog/product/1036268> (дата обращения: 27.01.2020)

Теоретические и методические основы физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста: учебник /С.О. Филлипова, О.А. Каминский, Г.Г. Лукина [и др.]; под ред. С.О. Филипповой. – М.: Академия, 2016. – 320 с. – Текст: непосредственный.

Теоретические и методические основы физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста: учебник /С.О. Филлипова, О.А. Каминский, Г.Г. Лукина [и др.]; под ред. С.О. Филипповой. – М.: Академия, 2016. – 320 с. – Текст: непосредственный.

Борисова, М. М. Воспитатель в дошкольных образовательных организациях. Физическое воспитание дошкольников : учеб. пособие / М.М. Борисова, Н.Н. Кожухова, Л.А. Рыжкова ; под ред. С.А. Козловой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : ИНФРА-М, 2020. — 508 с. — (Практическая педагогика). - ISBN 978-5-16-106481-8. - Текст : электронный. - URL: <https://new.znaniium.com/catalog/product/1036268> (дата обращения: 27.01.2020)

1. Начальное образование: научно-методический журнал / учредитель Издательский центр «Инфра-М»; редакционная коллегия: Н. иноградова (гл. редактор). [и др.]. – Москва: ООО «НИЦ Инфра-М», 2019 - . 6 раз в год . - URL: <https://new.znanium.com/read?id=339540> (дата обращения: 20.01.2020). - Текст : электронный.
2. Стандарты и мониторинг в образовании: научно-методический и информационный журнал / учредитель национальный центр стандартов и мониторинга образования; редакционная коллегия: М. Рыжаков (гл. редактор). [и др.]. – Москва: ООО «НИЦ Инфра-М», 2019 - . 6 раз в год . – ISSN 1998-1740. -. - URL: <https://new.znanium.com/read?id=339541> (дата обращения: 20.01.2020). - Текст : электронный.
3. Педагогика и психология образования: электронный журнал / учредитель Московский государственный педагогический университет; редакционная коллегия: А.А. Вербицкий (гл. редактор). [и др.]. – Москва, 2018 - . Ежекв . – ISSN2500-297X. -. - URL: <https://new.znanium.com/read?id=338138> (дата обращения: 20.01.2020). - Текст : электронный.

4.4. Требования к организации аттестации и оценке результатов производственной практики

В период прохождения производственной практики обучающимся ведется дневник практики. По результатам практики обучающимся составляется отчет, который утверждается организацией.

Подготовка и сдача отчета по практике предполагает подготовку портфолио:

- заполнение отчетных форм дневника, комплектование приложения к нему (сценарии мероприятий, конспекты занятий, материалы проведенной диагностики, материалы для проведения бесед, образцы работ и др.);
- отзывы, благодарности от руководителей практик, руководства организаций, где студент проходил производственную практику;
- фото- и видеоматериалы, демонстрирующие наиболее интересные и проблемные моменты прохождения производственной практики;

По итогам практики руководителями практики от организации и от образовательной организации формируется аттестационный лист, содержащий сведения об уровне освоения обучающимся профессиональных компетенций, характеристика организации на обучающегося по освоению общих компетенций в период прохождения практики.

Аттестация производственной практики проводится в форме дифференцированного зачета в последний день производственной практики на базах практической подготовки. В процессе аттестации проводится защита отчета по производственной практике с применением следующих методов: защиты отчета (устное собеседование) по практике для выявления уровня осваиваемых компетенций

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ПРАКТИКИ

Результаты (профессиональные компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ПК 1.1. Планировать мероприятия, направленные на укрепление здоровья ребенка и его физическое развитие.	Планирование мероприятий, направленных на укрепление здоровья ребенка и его физическое развитие	Разработка плана - защиты
ПК 1.2. Проводить режимные моменты (умывание, одевание, питание и т.п.) в соответствии с возрастом.	Проведение режимных моментов(умывание, одевание, питание и т.п.) в соответствии с возрастом.	Разработка конспекта проведения его на практике
ПК 1.3. Проводить мероприятия по физическому воспитанию в процессе выполнения двигательного режима (утреннюю гимнастику, занятия, прогулки, закаливание, физкультурные досуги, праздники и др.).	Проведение мероприятий по физическому воспитанию в процессе выполнения двигательного режима (утреннюю гимнастику, занятия, прогулки, закаливание, физкультурные досуги, праздники и др.).	Анализ и самоанализ результатов педагогической практики
ПК 1.4. Осуществлять педагогическое наблюдение за состоянием здоровья каждого ребенка, своевременно информировать медицинского работника об изменениях в его самочувствии.	Осуществление педагогического наблюдения за состоянием здоровья каждого ребенка, своевременное информирование медицинского работника об изменениях в его самочувствии.	Анализ и самоанализ результатов педагогической практики
ПК5.1 Разрабатывать методические материалы на основе примерных с учётом особенностей возраста, группы и отдельных воспитанников.	Разработка методических материалов на основе примерных с учётом особенностей возраста, группы и отдельных воспитанников.	Разработка конспекта занятия и проведение его на практике
ПК 5.2. Создавать в группе предметно-развивающую среду.	Создание в группе предметно-развивающей среды	Разработка конспекта занятия и проведение его на практике
ПК 5.3. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области дошкольного образования на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.	Систематизация и оценивание педагогического опыта и образовательных технологии в области дошкольного образования на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.	Рефлексия педагогической деятельности
ПК5.4. Оформлять педагогические разработки в виде отчётов, рефератов, выступлений.	Оформление педагогических разработок в виде отчётов, рефератов, выступлений.	Рефлексия педагогической деятельности

