

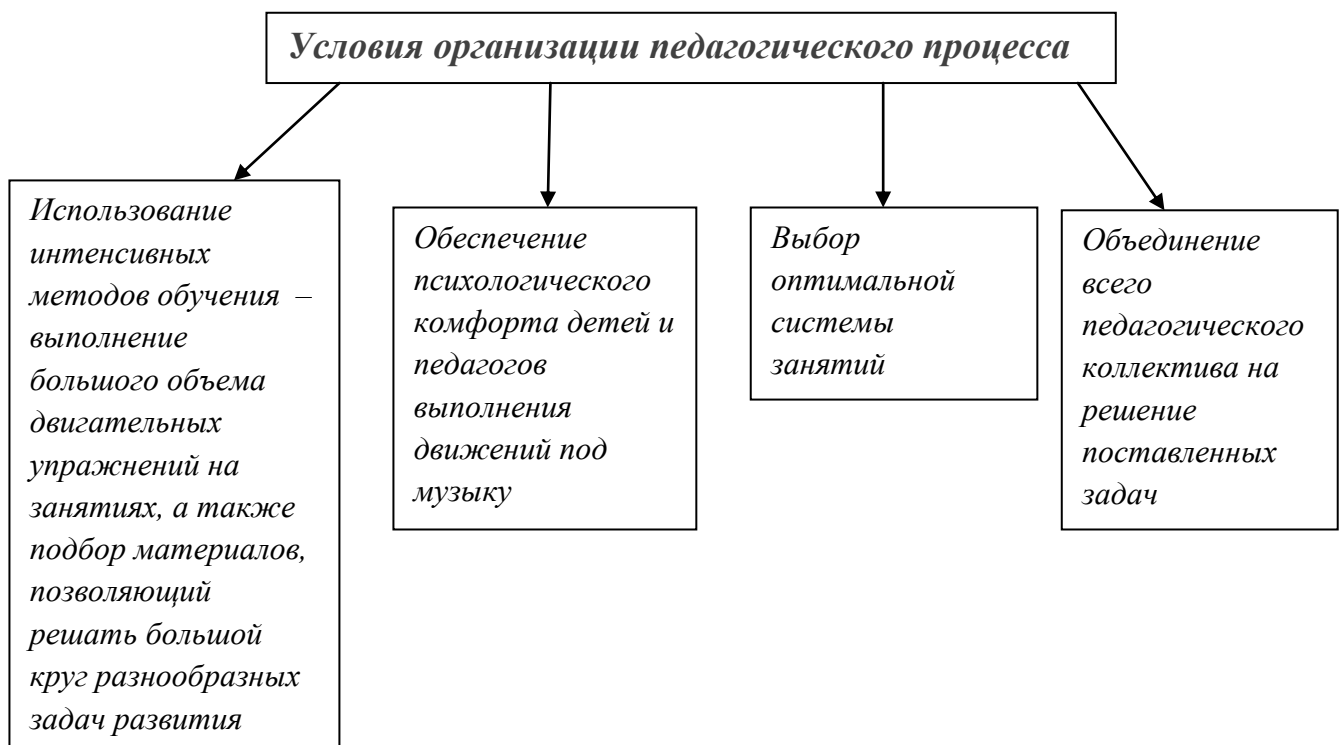
Программы вариативной части ООП ДО

1. «Ритмическая мозаика» А.И.Буренина

Цель программы «Ритмическая мозаика» - развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей качеств личности.

Задачи обучения и воспитания:

1. Развитие музыкальности.
2. Развитие двигательных качеств.
3. Развитие творческих способностей. Потребности самовыражения в движении под музыку.
4. Развитие и тренировка психических процессов
5. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности



(Содержание музыкально-ритмических композиций, ноты к танцам см. программу «Ритмическая мозаика» А.И.Буренина)

**2. «Развивающая педагогика оздоровления» В.Т.Кудрявцев,
Б.Б.Егоров.**

Цель: формирование двигательной сферы и создание психолого-педагогических условий развития здоровья детей на основе их творческой активности.

Задачи:

1. Приобщение к физической культуре.
2. Формирование двигательного воображения и осмысленной моторики.
3. Развитие выразительности движений и их эстетическое оформление.

(Содержание развивающей образовательной и оздоровительной работы см. в программе Т.Кудрявцев, Б.Б.Егоров «Развивающая педагогика оздоровления», в программе «Формирование у дошкольников культуры здорового образа жизни» МБДОУ д/с №5 «Золотой петушок»).

**Оздоровительные мероприятия
для детей младшего дошкольного возраста**

Оздоровительные мероприятия	Особенности организации
Прием детей на участке ДОУ	В теплый период года ежедневно
Утренняя гимнастика	Ежедневно, 6-10 минут
Воздушно-температурный режим: - в группе; - в спальне	Температура 18-20 градусов Температура 16-18 градусов
Сквозное проветривание помещения	2 раза в день, в течение 5-10 минут, температура до 14-16 градусов
Одежда детей в группе	Облегченная
Гимнастика после дневного сна, воздушные и водные процедуры	Ежедневно, по мере пробуждения детей, 5-10 минут
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно, не менее 2 раз в день
Физические упражнения	Дыхательная гимнастика Коррекционная физкультура Подвижные и динамические игры
Гигиенические и водные процедуры	Умывание Мытье рук

	<i>Игры с водой</i> <i>Обеспечение чистоты среды</i>
<i>Активный отдых</i>	<i>Физкультурные развлечения</i> <i>Праздники</i> <i>Игры-забавы</i> <i>Дни здоровья</i> <i>Каникулы</i>
<i>Физкульт.минутки</i>	<i>Ежедневно по необходимости</i>
<i>Релаксация</i>	<i>После всех обучающих занятий 1-3 минуты</i>
<i>Музыкально-ритмические движения</i>	<i>На музыкальных занятиях 6-8 минут</i>
<i>Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня</i>	<i>Ежедневно. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей. Проводится под руководством воспитателя</i>

Оздоровительные мероприятия для детей старшего дошкольного возраста

Оздоровительные мероприятия	Особенности организации
<i>Прием детей на участке</i>	<i>В теплый период года ежедневно</i>
<i>Утренняя гимнастика</i>	<i>Ежедневно, 10-12 минут</i>
<i>Воздушно-температурный режим:</i> <i>- в группе;</i> <i>- в спальне</i>	<i>Температура 18-20 градусов</i> <i>Температура 16-18 градусов</i>
<i>Сквозное проветривание помещения</i>	<i>3 раза в день, в течение 10-15 минут,</i> <i>температура до 14-16 градусов</i>
<i>Одежда детей в группе</i>	<i>Облегченная</i>
<i>Гимнастика после дневного сна,</i> <i>воздушные и водные процедуры</i>	<i>Ежедневно, по мере пробуждения детей, 5-</i> <i>10 минут</i>
<i>Подвижные игры и физические</i> <i>упражнения на прогулке</i>	<i>Ежедневно, не менее 2 раз в день, 15-20</i> <i>минут</i>
<i>Целевые прогулки</i>	<i>1 раз в квартал, 60-90 минут</i>
<i>Физические упражнения</i>	<i>Дыхательная гимнастика</i> <i>Коррекционная физкультура</i> <i>Подвижные и динамические игры</i>
<i>Гигиенические и водные процедуры</i>	<i>Умывание</i> <i>Мытье рук</i> <i>Игры с водой</i> <i>Обеспечение чистоты среды</i>
<i>Активный отдых</i>	<i>Физкультурные развлечения</i> <i>Праздники</i> <i>Игры-забавы</i> <i>Дни здоровья</i> <i>Каникулы</i>

<i>Физкульт.минутки</i>	<i>Ежедневно по необходимости</i>
<i>Релаксация</i>	<i>После всех обучающих занятий 1-3 минуты</i>
<i>Музыкально-ритмические движения</i>	<i>На музыкальных занятиях 10-12 минут</i>
<i>Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня</i>	<i>Ежедневно. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей. Проводится под руководством воспитателя</i>

Специальные закаливающие мероприятия

1.Полоскание рта водой комнатной температуры (средняя – подготовительная группа)

2. Чистка зубов (средняя - подготовительная группа)

3.Теплые ножные ванны (в летний период) (младшая - подготовительная группы)

4. Хожение босиком. В теплое время года при температуре воздуха +22 и выше градусов. В холодное время года в помещении при соблюдении нормативных температур.

5. Закаливающее дыхание, игровой массаж рук, ушей, стоп.

6. Умывание, мытье рук до локтя водой комнатной температуры (младший возраст).

7. Умывание, мытье рук до локтя, обтирание шеи прохладной водой (старший дошкольный возраст).

Закаливание проводится на фоне теплового комфорта для организма ребенка, что достигается рациональным сочетанием метеорологических факторов среды, теплозащитных свойств одежды детей и уровня их двигательной активности. Учитываются индивидуальные особенности состояния ребенка и его эмоциональный настрой.