

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА –  
ДЕТСКИЙ САД №12 «ОРЛЕНОК».**

ОКПО 47385496 , ОГРН 1115047016930 , ИНН/КПП 5025031881/502501001

МО 141730 г.Лобня, ул. Чкалова, д.8

тел/факс: 577-00-37

e-mail: orlenok.12@mail

**Информационная карта дошкольного образовательного учреждения,  
реализующего инновационные программы, методики и технологии  
физического воспитания детей дошкольного возраста.**

<b>I.</b>	<b>Общие сведения о дошкольном образовательном учреждении (ДОУ)</b>	
1.	Субъект Российской Федерации	РФ
2.	Полное наименование ДОУ (по уставу)	Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение центр развития ребёнка детский сад №12 «Орлёнок».
3.	Тип ДОУ (городское, сельское)	городское
4.	Фактический адрес ДОУ, тел./ факс, e-mail, Официальный сайт в сети Интернет e-mail: orlenok.12@mail	141730, МО. Г.Лобня, ул.Чкалова, д.8; (8-495-577-00-37)
5.	Учредитель ДОУ (адрес, телефон, e- mail)	Администрация г.Лобня Ул.Ленина, д.21.(577-12-44)
6.	ФИО руководителя организации-учредителя ( телефон, e- mail)	Глава города Сокол С.С.
7.	Сколько времени существует ДОУ (с указанием года основания)	1976год (38лет)
8.	ФИО руководителя ДОУ ( телефон, e- mail)	Тихомирова В.С. 577-00-37 Orlonok.12.@mail.ru
9.	Наличие какого-либо статуса (если «да», с указанием статуса)	ЦПП
10.	Численность воспитанников в ДОУ	431
11.	Численность воспитанников в ДОУ, отнесённых по состоянию здоровья к специальной медицинской группе	I группа здоровья-95чел.; II группа здоровья-209чел.; III группа здоровья-39чел IVгр-4чел.
12.	Численность преподавателей физической культуры и тренеров – преподавателей (с указанием численности работающих по совместительству)	2
13.	Количество часов в неделю, отведённых на занятия по физической культуре	3 (2 в зале + 1 на улице)
14.	Опыт взаимодействия ДОУ с учреждениями дополнительного образования детей, реализующими дополнительные образовательные программы в области физической культуры и спорта.	ДЮСШ
15.	Опыт взаимодействия ДОУ со спортивными организациями, спортивными сооружениями (государственными, муниципальными, частными).	ДЮСШ, Ледовый дворец спорта, Дворец спорта «Лобня».

Добавлено примечание (ГЧ1):

16.	Наличие спортивных площадей и объектов в ДОУ, и соответствие потребностям ДОУ	Спортивный зал: 100кв.м(1 корпус)  Спортивная площадка на улице.	
<b>II</b>			
<b>Информация об инновационных программах, методиках и технологиях физического воспитания детей дошкольного возраста.</b>			
1. Инновационный опыт работы с обычными детьми	1.1	Название инновационной программы, методики, технологии	Технологи проведения занятий фитбол – гимнастики.
	1.2	Автор(ы) – разработчик(и)	Н.М. Соломенникова, Т.Н.Машина
	1.3	Цели и задачи	Программа по данной технологии предлагает условия для оздоровления дошкольников посредством занятий фитбол – гимнастики, которая формирует двигательную сферу ребенка, развивает физические качества: выносливость, ловкость, быстроту, гибкость, происходит развитие силы мышц, поддерживающих правильную осанку; способности удерживать равновесие, и является эффективным методом оздоровления. Доступность программы «Фитбол-гимнастика» для детского сада делает ее наиболее востребованной для педагогов и родителей. Предлагаемые упражнения можно применять в любой совместной деятельности, на занятии и в играх.
	1.4	Краткое описание	. Включение системы упражнений на фитболе в непосредственную образовательную деятельность: -Использование фитболов нужно начинать с помощью сказки. -Начиная со средней группы, в совместную деятельность вводится бодрящая гимнастика после сна. Она включает пружинистые качания на фитболе, которые улучшают подвижность суставов и повышает эмоциональное состояние ребенка и активизирует на дальнейшее сотрудничество с воспитателем. - В старшем возрасте фитболы могут участвовать в бодрящей гимнастике после сна и в веселых эстафетах, в совместной деятельности. Основные формы работы – занятия, совместная деятельность, развлечения. В основе игр с фитболами лежат общеразвивающие

			упражнения. Физкультурные занятия с фитболом проводятся по подгруппам с учетом групп здоровья, роста.
	1.5	Сроки реализации	1 год
	1.6	Показатели результативности	Благодаря фитбол-гимнастике снижается уровень заболеваемости и повышается уровень физического развития, повышается благотворное влияние на развитие здоровья.
2. Инновационный опыт работы с детьми, опосредованными к специализированной группе	2.1	Название инновационной программы, методики, технологии	Технология игрового стретчинга
	2.2	Автор(ы) – разработчик(и)	Е.В.Сулим, А.Г.Назарова
	2.3	Цели и задачи	<p>Обеспечить детям высокий уровень здоровья, вооружив его багажом знаний, умений, навыков, необходимых для ведения здорового образа жизни. Повысить у детей старшего дошкольного возраста интерес к выполнению физических упражнений в процессе овладения специальным статическим растяжкам по методике игрового стретчинга. Способствовать развитию опорно-двигательного аппарата, совершенствованию гибкости тела, профилактике плоскостопия и формированию осанки.</p> <p>-Оптимизировать рост и развитие опорно-двигательного аппарата (формирование правильной осанки, профилактика плоскостопия);</p> <p>-совершенствовать физические способности: развивать мышечную силу, подвижность в различных суставах (гибкость), выносливость, скоростные, силовые и координационные способности;</p> <p>-развивать психические процессы: внимание, память, воображение;</p> <p>- повысить интерес к занятиям физической культурой.</p>
	2.4	Краткое описание	Игровой стретчинг – это творческая деятельность, при

3. Инновационный опыт работы			<p>которой дети живут в мире образов, зачастую не менее реальных для них, чем окружающая действительность. Реализация игровых возможностей в целях оздоровления и развития ребенка и составляет суть стретчинга. Причем все занятия проводятся в виде сюжетно-ролевой или тематической игры, состоящей из взаимосвязанных ситуаций, заданий и упражнений. Методика игрового стретчинга основана на статичных растяжках мышц тела и суставно-связочного аппарата рук, ног, позвоночника, позволяющих предотвратить нарушения осанки и исправить ее, оказывающих глубокое оздоровительное воздействие на весь организм. Упражнения выполняются без воздействия со стороны, т.к. человеческое тело само себе тренер. Самоманипулирование телом в медленном, а значит, безопасном ритме наиболее эффективно.</p>
	2.5	Сроки реализации	1 год
	2.6	Показатели результативности	<p>Оптимизируется рост и развитие опорно-двигательного аппарата (профилактика плоскостопия, формирование правильной осанки). Совершенствуются физические качества (быстрота, ловкость, гибкость, выносливость). Дети быстро овладевают умениями правильно принимать исходные положения по названию упражнения, правильно самостоятельно выполнять уже изученные упр-я. Овладевают навыками самостоятельно придумывать упр-я, используя уже знакомые. Развивается творчество в движении. Созданы условия для положительного психо-эмоционального состояния детей.</p>
3.1	Название инновационной программы, методики, технологии	Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика в системе физического воспитания	

			дошкольников
3.2	Автор(ы) – разработчик(и)		Инструктор по физической культуре МДОУ ЦРР №12 «Орлёнок»: Чернышёва Т.Н.
3.3	Цели и задачи		1.Привлечение детей к систематическим занятиям физкультурой и спортом. 2.Укрепление здоровья; воспитание правильной осанки; профилактика заболеваний; повышение работоспособности; 3.Развитие основных физических качеств; совершенствование чувства ритма; формирование культуры движений
3.4	Краткое описание		В данную программу входят занятия с повышенной физической нагрузкой (моторная плотность приближена к 100%). 1.Занятия в форме сюжетно-ролевой ритмической гимнастики. 2. Занятия на льду (с сентября по май по 1-2 занятию в неделю продолжительностью 1 час). 3. Ежедневные занятия на лыжах в зимнее время года.
3.5	Сроки реализации		4 года
3.6	Показатели результативности		Показатели тестирования одарённых и талантливых детей в области спорта (что можно утверждать весьма условно, к этой категории детей можно отнести большинство детей, которые занимаются регулярно с повышенной физической нагрузкой в течении даже непродолжительного времени 3-4 месяца) наглядно выявили превосходство физического развития данной группы над физическим развитием детей, которые занимаются по стандартной программе физического воспитания дошкольников (см.дополнительную информацию после таблицы).. Кроме того, данная группа на протяжении всего учебного года занимала первое место по



8 детей 34,6%	18 детей 78,3%	2 ребёнка 8,7%	18 детей 78,3%	2 ребёнка 8,7%	15 детей 65,3%	20 детей 87%	23 ребёнка 100%	7 чел 30,4%	17 детей 73,9%	7 детей 30,4%	23 ребёнка 100%
9 детей 39,1%	4 ребёнка 17,4%	17 детей 73,9%	5 детей 21,7%	13 детей 36,7%	7 детей 30,4%	3 ребёнка 13%	-	12 чел 52,2%	6 чел 26,1%	16 детей 69,6%	-
6 детей 26,3%	1 ребёнок 4,3%	4 ребёнка 17,4%	- 0%	8 детей 34,6%	1 ребёнок 4,3%	- 0%	-	4р. 17,4%	-	-	-

уровень	цвет
<i>отлично</i>	
<i>хорошо</i>	
<i>удовлетворительно</i>	

**ВЫВОД:** В результате проведённого в сентябре тестирования можно сделать вывод о том, что самыми сложными для детей нормативами оказались:

1. Самовыражение через двигательную деятельность (жесты, мимика, сопровождение голосом)
2. упражнение на координацию.

В них на отлично уложилось только 8,7% детей, на хорошо - 73,9% и 36,7% соответственно, в нормативы не уложились 17,4% и 34,6% соответственно.

Но динамика роста показателей по данным критериям очень высока. Так тестирование, проведённое через 4 месяца с начала занятий показывает, что сюжетно – ролевая ритмическая гимнастика является идеальным средством самовыражения и психической разгрузки ребёнка. Так детей с уровнем – удовлетворительно не выявлено, что говорит о максимальном психологическом комфорте детей на этих занятиях.

Упражнения на координацию заставляют ребёнка сосредотачиваться на выполнении двигательного действия, обдумывать каждый двигательный акт, до тех пор пока данное упражнение не доведётся до автоматизма, у детей этот процесс проходит достаточно активно и быстро. В этом мы можем убедиться проведя сравнительный анализ тестирования координационных упражнений для рук и для ног. В начале занятий 34,6% детей не справляются

с координационными упражнениями, 13 детей (36,7%) вполне справляются и только 2 ребёнка (8,7%) выполняют его на уровне – отлично. Спустя 4 месяца занятий достаточно сложные координационные упражнения 15 детей (65,3%) выполняют их на уровне – отлично и только 1 ребёнок по - преджнему не справляется с нормативом.

В свою очередь, акробатика для детей даже на первоначальном этапе занятий и не смотря на сложность оказалась сравнительно простым заданием. Это говорит о физиологической потребности детей к активным движениям.

Что касается выносливости детей и способности ими выполнять длительную нагрузку, сохраняя активный интерес к данному занятию, то из данного тестирования видно, что этот показатель зависит от регулярности тренировочных занятий, если ребёнок регулярно выполняет определённую заданную нагрузку, то довольно быстро происходит адаптация организма ребёнка к анаэробным процессам в организме – иными словами, происходит рост функциональных возможностей организма, соответственно и иммунитета ребёнка.

Гибкость – это то качество опорно-двигательного аппарата человека, которое необходимо тренировать на протяжении всей жизни, так как именно гибкость утрачивается раньше всего, если её не поддерживать физическими нагрузками. Но если её поддерживать регулярными тренировками, то рост и стабильность этого качества очень велика, о чём и говорит результат тестирования на гибкость: 7 чел(30,4%) выполняли его на уровне – отлично на начальном этапе занятий и 17 детей(73,9%) выполняли его на уровне – отлично после четырёхмесячной работы на занятиях

*Тестирование группы детей, большинство из которых являются одарёнными и талантливыми в области спорта. Данная группа детей на протяжении 3 лет посещала занятия по физической культуре с повышенной физической нагрузкой (сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика с высокой моторной плотностью, занятия на коньках с сентября по май месяц в ледовом дворце спорта, занятия по лыжному спорту, дополнительные занятия с высоким содержанием беговых упражнений и эстафет).*

### **Протокол результатов тестирования по системе общероссийского мониторинга**

«Утверждаю»  
Директор МДОУ ЦРР –  
д/с №12»Орлёнок»

Тихомирова В.С.

«    » \_\_\_\_\_ 201 г

Оценка уровня физической подготовленности



**Тестирование детей – группа №10(подготовительная) 201 Г**

*1 балл – плохо (ниже норматива).*

*2 балла – хорошо (в соответствии с нормативом).*

*3 балла – отлично (выше норматива).*

№ п/п	Бег 10 м с разбега (сек)-баллы(для определения скоростных качеств ребёнка и его реакцию на сигнал	Бросок медбола из-за головы (см)-баллы	Прыжок с места в длину (см)-баллы(для определения скоростно-силовых качеств)	Пресс количество повторений за минуту из положения лёжа, руки за голову	Гибкость (наклон вперёд, захват голеностопного сустава, нос дотрагивается колен) Для измерения активной гибкости позвоночника, тазобедренных суставов и эластичности мышц
1.	2.0-2	332-3	115-3	25-3	+
2.	2.0-3	320-3	124-3	27-3	+
3.	1.9-3	265-3	120-3	30-3	+
4.	2.6-2	211-2	100-3	22-3	+
5.	2.2-2	266-3	118-3	30-3	+
6.	2.7-1	521-3	88-2	23-3	+
7.	2.7-2	265-2	98-2	23-3	+
8.	2.3-2	327-3	130-3	30-3	+
9.	2.2-2	310-3	80-2	21-2	+
10.	2.0-3	320-3	104-3	26-3	+
11.	2.1-2	322-3	101-3	27-3	+
12.	2.4-2	336-3	103-3	23-3	+
13.	2.2-2	429-3	97-2	26-3	+
14.	2.2-2	400-3+	137-3	26-3	+
15.	2.4-2	330-3	127-3	28-3	+
16.	2.1-2	320-3	110-2	28-3	+
17.	1.7-3	428-3+	167-3+	32-3	+
18.	2.7-1	234-2	108-3	26-3	+
19.	2.0-3	317-3	128-3	28-3	+
20.	2.1-2	300-3	101-3	28-3	+
21.	2.4-2	193-2	78-2	19-2	+
22.	1.9-3	360-3	120-3	27-3	+
23.	1.9-3	320-3	130-3	31-3	+

**Беговой норматив:** выполнили 21 ребёнок из 23 детей, что составляет-91%,(14 детей соответствуют нормативным требованиям, что составляет-61% ,перевыполнили-7 чел-30%)

Не выполнили: 2 человека-9%

**Бросковый норматив:** выполнили 23 ребёнка из23, что составляет-100%

(Перевыполнили:19 человек-83% )

**Прыжковый норматив:** выполнили 23 ребёнка из23, что составляет-100%

(перевыполнили - 17чел- 74%)

**Тест «Подъём туловища в сед за 1 мин»** (для измерения скоростно-силовой выносливости мышц сгибателей туловища) выполнили 23 ребёнка из23, что составляет-100%

(перевыполнили - 21чел- 91%)

**Гибкость** (наклон вперёд, захват голеностопного сустава, нос дотрагивается колен)

Для измерения активной гибкости позвоночника, тазобедренных суставов и эластичности мышц

**выполнили 23 ребёнка из 23, что составляет-100%**

Показатели данного тестирования наглядно выявили превосходство физического развития данной группы над физическим развитием детей, которые занимаются по стандартной программе физического воспитания дошкольников. Кроме того, данная группа на протяжении всего учебного года занимала первое место по посещаемости, что говорит о хорошем здоровье детей.

**Обоснование необходимости обучения детей дошкольного возраста катанию на коньках.**

Катание на коньках развивает основные группы мышц, особенно ног. У малышей слабые стоп, голеностопные суставы. При катании на коньках чередуется напряжение с расслаблением мышц ног, что благоприятно влияет на укрепление свода стопы.

Во время занятий ребёнок дышит свежим, прохладным воздухом, в результате чего повышается сопротивляемость простудным заболеваниям. Верхних дыхательных путей, ангиной и т.д. Систематические занятия катанием на коньках благоприятно отражаются на развитии вестибулярного аппарата. В результате тренированности улучшается способность удерживать равновесие на одной ноге. Во время занятий дети привыкают к определённой дисциплине, приучаются к аккуратности, порядку. В упражнениях с коньками на льду всегда существует опасность падения. Занятия катанием на коньках способствуют воспитанию таких ценных черт характера, как смелость, решительность, уверенность в своих силах. Катание на коньках доступно детям подготовительной к школе группы.

В МБДОУ ЦРР – д/с №12 «Орлёнок» разработана программа обучению детей на коньках по методике Л.Н.Пустынниковой

Инструктор по Ф.К высшей квалификационной категории  
Чернышёва Т.Н.  
МБДОУ ЦРР – д/с №12 «Орлёнок» г. Лобня  
**2014год**