

**ПРОГРАММА ПОДГОТОВКИ
К ОБУЧЕНИЮ ГРАМОТЕ И КОНСПЕКТЫ НОД
С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ
ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (6—7 ЛЕТ)**

Санкт-Петербург
ДЕТСТВО-ПРЕСС
2017

ББК 74.100

П68

П68 Программа подготовки к обучению грамоте и конспекты НОД с использованием здоровьесберегающих технологий для детей старшего дошкольного возраста (6—7 лет) / авт.-сост. Н. М. Сертакова. — СПб. : ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2017. — 192 с.

ISBN 978-5-906937-26-1

Важные задачи детского сада — сохранение и укрепление здоровья воспитанников, создание атмосферы эмоционального благополучия, формирование у детей представлений о здоровом образе жизни. За последнее время появилось немало интересных методик и авторских разработок по оздоровлению детей. Одна из наиболее популярных и востребованных — здоровьесберегающая технология В. Ф. Базарного — хирурга-офтальмолога, доктора медицинских наук, педагога-новатора.

В книге раскрывается значение данной технологии для физического и психического здоровья воспитанников ДОО. Приводится примерная рабочая программа по обучению старших дошкольников грамоте с использованием таких здоровьесберегающих методик В. Ф. Базарного, как экологический букварь, офтальмотренажеры, работа за конторкой и др. Особое внимание нужно обратить на то, что программа рассчитана на старших дошкольников с нормальным психоречевым развитием.

Издание предназначено для старших воспитателей, воспитателей ДОО, социальных педагогов, педагогов дополнительного образования.

ББК 74.100

Введение

Здоровье — это резервы сил: иммунных, защитных, физических и духовных. И они не даются изначально, а вырабатываются по законам воспитания. А наукой воспитания является педагогика.

В. Ф. Базарный

Одними из главных проблем в современном обществе являются сохранение здоровья детей, полноценное развитие их организма. Только здоровый ребенок способен к раскрытию и реализации своих потенциальных возможностей и природных задатков.

Выдающийся советский педагог В. А. Сухомлинский считал: «Забота о здоровье — это важнейший труд воспитателя. От здоровья и жизнеспособности детей зависят их духовная жизнь, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».

За последнее время появилось немало интересных методик и авторских разработок по оздоровлению детей — это яркое свидетельство того, что проблема века услышана.

Педагогический коллектив нашего образовательного учреждения находится в поиске новых и совершенствовании существующих форм, средств и методов укрепления здоровья детей. Нашей главной целью является создание единой системы воспитательно-образовательного процесса, построенного на интегративной основе, которая обеспечит развитие познавательных и творческих процессов у дошкольников через включение их в социальную среду и удовлетворит потребность в психофизическом здоровье. Поэтому наши педагоги стараются строить взаимодействие с детьми только в соответствии с индивидуальным уровнем их психического и физического развития [13].

В нашем ДОУ используется целенаправленная программа оздоровления детей. В поиске средств и методов повышения эффективности здоровьесберегающей деятельности мы обратились к технологии доктора медицинских наук Владимира Филипповича Базарного. Ведущая идея технологии В. Ф. Базарного — сенсорная свобода и психомоторное расширение ребенка. Ее характерными особенностями являются:

- подвижность детей во время занятий;
- природосообразность используемых методик: образовательный процесс протекает благодаря, а не вопреки естественной природе детей;

- четкие количественные критерии, по которым проводится оценка интеллектуального и психофизиологического состояния детей: воображение, осанка, острота зрения и т. д.

Сегодня эту технологию используют как воспитатели дошкольных учреждений, так и педагоги начальной школы.

Здоровьесберегающая технология В. Ф. Базарного предусматривает следующие методики.

Режим моторной свободы динамических поз: дети меняют в процессе занятия позы «сидение — стояние», то есть попеременно работают за столом и за конторкой. Особенность конторки в том, что ее рабочая поверхность находится под наклоном 14—18 градусов. Изменять динамические позы детям предлагается через каждые 10—15 минут. Работа стоя за конторкой обеспечивает тренировку опорно-двигательного аппарата, нормальную работу сердечно-сосудистой системы, активный режим для нервной системы.

Технология Базарного также предлагает **режим расширения зрительных горизонтов:** дидактический материал размещается на максимально возможном от детей удалении на так называемых *сенсорно-дидактических подвесках*, или «*коромыслах*», которые подвешиваются к потолку в четырех углах комнаты. Дидактический материал располагается на такой высоте, чтобы ребенок на пальчиках мог дотянуться до него и снять. Карточки с заданиями и ответами могут находиться не только на «коромыслах», но и на занавеске, за цветком и т. д., поэтому дети постоянно находятся в движении. Чтобы выполнить задание, детям приходится совершать десятки поисковых движений глазами, головой, туловищем, они вынуждены тянуться вверх, вдаль.

Еще один прием технологии — использование **офтальмотренажера** во время проведения физкультминуток. Тренажер включает «восьмерки», круги, схемы зрительных траекторий для глаз. На схеме тренажера с помощью стрелок указаны основные направления, по которым должен двигаться взгляд в процессе выполнения физкультминуток: вперед-назад, влево-вправо, по и против часовой стрелки, по «восьмерке». Каждая траектория имеет свой цвет, что делает схему яркой, красочной и привлекает внимание детей. Пробегая несколько раз по разноцветным линиям тренажера, детский взгляд отдыхает. Также активно используется специальная палка-указка (держалка), на которую прикрепляется (вставляется в прорезь) любая картинка. За ней дети следят глазами, при этом движения глаз должны сочетаться с движением головы.

Такая физкультминутка снимает зрительное утомление, тренирует шейные позвонки, повышает активность детей на занятии.

Известно, что чем жестче ограничено пространство, тем больше мы уходим в депрессию, в состояние хронической угнетенности. Это верно и для детей, ведь большую часть времени они проводят в помещении. Отрицательную роль играет и бедность окружающей цветовой гаммы, а ведь мозг ребенка настроен на многоцветье. Для того чтобы вернуть детям цветной, яркий мир и частично расширить зрительные горизонты, используется **экологический букварь**. Он представляет собой настенное панно (по ширине не менее 2-х метров), расположенное на одной из стен группы и изображающее уходящую вдаль и насыщенную природными и рукотворными зрительными стимулами местность. На этом фоне демонстрируется дидактический материал.

В процессе выполнения заданий дети свободно передвигаются по комнате, не нарушая процесс ведения занятия. Общение воспитателей с детьми проходит в форме диалога и сотрудничества. Весь познавательный материал преподносится детям через игровые упражнения, что позволяет сделать процесс обучения интересным и увлекательным.

Для того чтобы быть здоровыми, детям нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления. И этому искусству должно уделяться как можно больше внимания именно в детском саду, так как это самое благоприятное время для выработки привычек здорового образа жизни [4].

Согласно федеральному плану, программа не упрощается, процесс обучения не разрушается, а становится более доступным и увлекательным. Но, планируя занятия, нужно тщательно продумывать задания и связывать их с технологиями. По мнению автора, большинство патологий здоровья закладываются в дошкольном периоде и источниками нездоровья детей становятся следующие причины.

1. Приоритет отдается выполнению образовательных стандартов, а не сохранению здоровья детей.

2. Зачастую не учитывается моторно-динамический образ ребенка с его смыслом, мотивами и игровым началом.

3. В дошкольной образовательной организации у детей не формируется функциональная зрелость тех систем, на которые в школе ложится основная тяжесть нагрузок.

4. Занятия в ДОО проходят в основном в режиме развития ближнего и частично дальнего зрения.

5. Дети большую часть времени находятся в закрытом помещении, в ограниченном пространстве с обедненной развивающей средой.

6. Обучение детей по «мертвым» буквам, цифрам, схемам ведет к угасанию чувства жизни, добра, переживаний.

Цель	Совместная образовательная деятельность
<p>2-я неделя. Тема «Звук [ш] и буква Ш»</p> <p>Познакомить детей со звуком [ш] и буквой Ш. Учить находить звук и букву в словах. Составлять слова по заданной звуковой и слоговой характеристике. Стимулировать зрительно-поисковую активность</p>	<p>Игры «Далеко — близко», «Пузырь», «Кто внимательный?», «Сюрприз», «Слова расстроились».</p> <p>Знакомство с буквой Ш с помощью стихотворений и загадок.</p> <p>Физкультминутка с офтальмотренажером «Шар воздушный шаловливый».</p> <p>Дорисовывание и раскрашивание кругов.</p> <p>Печатание буквы Ш</p>
<p>3-я неделя. «Звук [ш] и буква Ш»</p> <p>Познакомить детей с согласным звуком [ш] и буквой Ш. Закрепить умение выделять нужный звук в словах, делить слова на слоги и преобразовывать их в слова с большим количеством слогов. Учить читать слоги и слова. Закреплять умение отличать гласные звуки от согласных, звуки от букв. Способствовать развитию зрительно-двигательной координации</p>	<p>Речевая разминка у окна «Беседа о зимних явлениях в природе».</p> <p>Работа с картинками: предметы, в названиях которых есть звук [ш].</p> <p>Игры «Составь слово», «Кто в домике живет?»</p> <p>Знакомство с буквой Ш с помощью стихотворений, загадок.</p> <p>Выкладывание буквы Ш из полосок бархатной бумаги</p>
<p>4-я неделя. Тема «Звуки [г], [г'] и буквой Г.</p> <p>Познакомить детей с согласными звуками [г], [г'] и буквой Г. Учить различать звонкие и глухие, твердые и мягкие согласные, отличать согласные звуки от гласных, звуки от букв. Учить разгадывать загадки, понимать поэтические представления, лежащие в основе загадки. Упражнять в определении позиции звука в слове. Учить находить родственные слова. Способствовать расширению зрительных ориентиров, развитию зрительно-двигательной координации</p>	<p>Речевая разминка у окна «Какое сегодня утро?»</p> <p>Игры «Каждой вещи — свое место», «Гуси», «Буква потерялась».</p> <p>Физкультминутка с офтальмотренажером «Гусенок».</p> <p>Знакомство с буквой Г с помощью стихотворений и загадок.</p> <p>Рисование того, на что похожа буква Г</p>

Цель	Совместная образовательная деятельность
ЯНВАРЬ	
3-я неделя. Тема «Буквы Е и Ё»	
<p>Познакомить детей с буквами Е и Ё. Помочь понять их роль в словах. Формировать навыки звуко-буквенного анализа. Развивать фонематический слух. Учить связно излагать мысли. Способствовать развитию зрительно-поисковой активности</p>	<p>Речевая разминка у окна «Я в окошко погляжу, все, что вижу, расскажу». Физкультминутка с офтальмотренажером «Ёжик». Знакомство с буквами с помощью стихотворений и загадок. Отыскивание картинок, в названиях которых есть буквы Е, Ё. Звуко-буквенный анализ слов «мел», «лён». Проговаривание чистоговорок</p>
4-я неделя. «Звуки [х], [х'] и буква Х»	
<p>Познакомить с согласными звуками [х], [х'] и буквой Х. Учить различать твердые и мягкие, звонкие и глухие согласные звуки. Формировать навык звуко-буквенного анализа. Развивать фонематический слух. Учить читать слова с пройденными звуками. Развивать графические навыки и умения работать с карандашом. Способствовать раскрепощению мышц тела</p>	<p>Речевая разминка у окна «Письмо от Хрюши». Игры «Хрюшины загадки», «Мяч по кругу», «Слоговые домики», «Буква потерялась». Физкультминутка с офтальмотренажером «Хомка». Определение звуков [х], [х'] в словах стихотворения. Знакомство с буквой Х с помощью стихотворений и загадок. Печатание буквы Х с гласными</p>
ФЕВРАЛЬ	
1-я неделя. Тема «Звуки [к], [к'] и буква К»	
<p>Познакомить детей с согласными звуками [к], [к'] и буквой К. Формировать навыки звуко-буквенного анализа слова. Учить находить звук по заданной звуко-буквенной характеристике, читать слоги и слова.</p>	<p>Речевая разминка у окна «За что мы любим цирк?» Придумывание слов, определение позиции звука [к] в этих словах.</p>

Воспитатель. А теперь давайте поместим животных в теремок. Но теремок волшебный, и вначале он пропустит тех животных, в названиях которых есть один слог, затем — два, а потом — три.

Дети выполняют, доказывая правильность своего выбора.

Работа за конторками.

Воспитатель. Давайте поиграем.

Игра «Верни убегающую букву в окошечко». На столах лежат карточки, на которых нарисованы дом и дым, под рисунками — подписи с пропущенными буквами: «д...м», «д...м». Нужно найти букву.

Воспитатель. Я вам буду помогать:

● Как еще можно назвать теремок, где живет мышка? (*Дом.*) Какую букву вернем?

● Как называется летучее вещество, которое поднимается вверх из трубы, когда топят печку? (*Дым.*)

Молодцы! А теперь поиграем в **игру «Кто внимательный?»** Вам нужно прочитать буквы, с которыми мы уже познакомились. Но, к сожалению, вы не сможете этого сделать. В нашей группе побывала волшебная резинка и хорошенько поработала в ваших тетрадях. От букв остались только палочки да крючочки. Теперь вам надо восстановить эти буквы, тогда вы сможете их прочитать.

Итог. Чем отличаются гласные звуки от согласных? А гласные буквы от согласных? (*Ответы детей.*)

4-я неделя. Тема «Звук [а] и буква А»

Задачи:

- познакомить детей с гласным звуком [а] и буквой А;
- учить определять позицию звука в слове;
- упражнять в интонационном выделении звука в слове;
- учить внимательно слушать стихотворение, подбирать слова не только близкие по звучанию, но и подходящие по смыслу;
- упражнять в печатном написании буквы А и выкладывании ее из палочек;
- расширять зрительные горизонты.

Оборудование и материалы: счетные палочки, кукла, картинки: шарф, варежки, бант, валенки, экологический букварь.

Ход НОД

Речевая разминка у окна.

Игра «Я в окошечко гляжу, что увижу — расскажу».

Воспитатель. Что привлекло ваше внимание за окном сегодня? (*Ответы детей.*) Давайте посмотрим на небо и расскажем, какое оно.

Посмотрите, к нам в гости пришла кукла.

А у нас есть девочка,
Звать ее Аленушка,
Девочка-припевочка,
Круглая головушка.
Целый день лишь «а» да «а»,
Вот и все ее слова.

Е. Благинина

С какого звука начинается имя нашей гостьи? А заканчивается? (*Ответы детей.*) Протяните первый и последний звук: А-А-Аленушка-а-а.

Звук [а] — гласный, мы его произносим долго, протяжно, как поем: а-а-а-а. Пока я вам рассказывала, наша Аленушка заплакала, заскучала. Давайте ее побаяюаем: а-а-а...

Аленушка уснула, а мы с вами поиграем.

Работа с «коромыслами».

Воспитатель. Ребята, посмотрите внимательно на «коромысла» и выберите картинки с изображениями вещей, которые мы можем одеть Аленушке, в которых есть звук [а]. (*Шапка, валенки, шарф, бант, варежки.*)

Вот и еще один гость к нам пожаловал.

Всех на свете он добрей,
Лечит он лесных зверей.
А однажды бегемота
Вытащил он из болота.
Он известен, знаменит,
Это доктор... (*Айболит*).

Ю. Шабай

Доктор Айболит дает детям задание: определить первый звук в его имени. Затем предлагает поместить на экологический букварь животных, в названиях которых есть звук [а], определить его позицию в слове.

Физкультминутка с офтальмотренажером (тренажер на потолке).

Аист

— Аист, аист длинноногий,
Покажи домой дорогу.
Аист отвечает:

Дети выполняют движения в соответствии с текстом.

— Топай правой ногой,
Топай левой ногой.
Снова правой ногой,
После — левой ногой —
Вот тогда придешь домой.
Но сначала, мой дружок,
Посмотри на потолок.
Последите за указкой
И потренируйте глазки!

Воспитатель. Ребята, посмотрите, аист что-то принес нам в клюве.
Закрепляется на экологическом панно плоскостное изображение птицы, которая держит в клюве букву А.

Аист. В слове «аист» тоже живет звук [а]. Я принес вам букву, которая обозначает этот звук, — это буква А.

Дети обводят пальчиком по контуру буквы, протяжно произносят звук [а].

Воспитатель. Вот буква — вроде шалаша.
Не правда ль, буква хороша?
И хоть она проста на вид,
А начинается алфавит.

Е. Тарлапан

Работа с палочками.

Воспитатель. Ребята, выложите из палочек новую букву. Пофантазируйте, на что она похожа.

Воспитатель предлагает раскрасить предметы, в названиях которых есть звук [а]. (Шар, машина, ложка, арбуз.)

Итог. Звук [а] — гласный, он поется, во рту ничего не мешается, он длинный. Значит, он гласный, обозначается на письме буквой А.

Воспитатель. Чем мы сегодня с вами занимались? Что вам особенно понравилось?

Октябрь

1-я неделя. Тема «Звук [о] и буква О»

Задачи:

- познакомить детей с гласным звуком [о] и буквой О;
- формировать навык звуко-буквенного анализа;
- учить определять позицию звука в слове;

- способствовать расширению зрительных горизонтов;
- активизировать познавательную активность.

Ход НОД

Речевая разминка у окна.

Воспитатель. Ребята, посмотрите на плывущие облака. Пофантазируйте, на что они похожи.

Облако, облако,
Шерстка колечками,
Очень ты, облако,
Схоже с овечками.

В. Лунин

Включение в игровую ситуацию.

Воспитатель. Какой звук чаще всего слышится в словах этого стихотворения? (*Звук [о].*) В нашей группе есть девочки и мальчики, в чьих именах имеется звук [о]? (*Ответы детей.*)

Вслушайтесь, как произносится этот звук. Какой он: гласный или согласный? Почему? (*Ответы детей.*)

Игра «Кто больше?»

Воспитатель предлагает детям придумать слова со звуком [о].

Затруднение в игровой ситуации.

Работа с «коромыслами».

Воспитатель предлагает детям отыскать картинки, в названиях которых есть звук [о], определить его позицию. Затем просит найти самое длинное слово. (*Бегемот, мороженое, зонтик, бочка, стол.*)

Физкультминутка с офтальмотренажером.

Физкультурой нам не лень
Заниматься каждый день.
Наклонились влево, вправо —
Получается на славу!
А теперь возьмем указку
И потренируем глазки.

Открытие нового знания.

Воспитатель. Сегодня у нас в гостях Незнайка. Он принес колесо, которое прислали из Грамматического царства. Незнайка решил отдать колесо Винтику и Шпунтику. Винтик сказал: «Какое хорошее колесо!» Шпунтик: «А мне кажется, что это обруч».

А я думаю, что это не обруч и не колесо. Это буква, которая обозначает гласный звук [о]. Эта буква так и называется — **О**. Она действительно похожа на обруч и на колесо.

О, как обруч, захочу —
По дороге покачу,
Посмотри на колесо —
И увидишь букву **О**.
В. Аношина

На что еще похожа буква **О**?

Если дети затрудняются, можно показать картинки-подсказки.

Буква **О**, буква **О** —
Круг, баранка, колесо.
О знакома нам давно.
О — как в дереве дупло.
В. Степанов

Воспитатель. Послушайте, какая история приключилась с буквой **О**.

В одной книге жила-была буква **О**. Надоело ей сидеть на страницах, и решила она сбежать. Приоткрыла тихонечко книжку — и покатилась по дорожке. Катится, катится, видит — по дороге идет лиса.

Л и с а. Какой румяный колобок катится ко мне в роток!

Буква **О**. Я не колобок, я буква **О**.

Л и с а. Ты лису не проведешь! От меня ты не уйдешь! Ам!

Проглотила лиса букву **О** и тут же начала громка икать. Икала, икала до тех пор, пока буква **О** не выкатилась назад. Лиса испугалась и убежала назад в лес.

А в книжке тем временем начался переполох, все слова перепутались. Без **О** «дом» стал «дм», «кошка» — «кшка», «огурец» — «гурец».

Вернулась буква **О**, и все встало на свои места. С тех пор буква никуда не убегала со страничек книг. Вот такая история приключилась однажды с буквой **О**.

А в какой же домик мы поселим эту букву — с синей или красной крышей? Почему? (*Ответы детей.*)

*Воспитатель вспоминает с детьми стихотворение про букву **О**.*

Дидактическое упражнение. Собери бусы на ниточку: О-О-О... Вылепи букву **О** из пластилина.