



**ФОНД 21 ВЕКА**

[Фонд Образовательной и  
Научной Деятельности 21 века]

ВСЕРОССИЙСКОЕ СЕТЕВОЕ ИЗДАНИЕ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ И УЧАЩИХСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ

# СВИДЕТЕЛЬСТВО о публикации

настоящее свидетельство подтверждает, что

**инструктор по физической культуре МБДОУ  
"Детский сад № 85", г. Барнаул, Алтайский край**

**Жидкова Светлана Владимировна**

опубликовал/а авторский материал по работе с родителями  
в сетевом издании "ФОНД 21 ВЕКА"

Родительское собрание  
"Физическое развитие детей 3 4 лет"

Материал находится в открытом доступе по адресу:

<https://fond21veka.ru/publication/12/24/224190/>

Серия С №224190 8 февраля 2021г.

Главный редактор сетевого  
издания «ФОНД 21 ВЕКА»



М.Р.Гильмиев

**fond21veka.ru**

Свидетельство о регистрации СМИ Эл № ФС77-62854 20 августа 2015 г.

**ИНФОУРОК**

Свидетельство о рег. СМИ Эл. №ФС77-60625 от 20.01.2015 выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций  
Лицензия на осуществление образовательной деятельности № 5201 выдана 02 апреля 2018 г.  
Департаментом Смоленской области по образованию и науке бессрочно

# СВИДЕТЕЛЬСТВО

о публикации на сайте infourok.ru

Настоящим подтверждается, что

**Жидкова Светлана Владимировна**

инструктор по физической культуре

МБДОУ "Детский сад №85"

опубликовал(а) на сайте infourok.ru методическую разработку,  
которая успешно прошла проверку и получила  
высокую оценку от эксперта "Инфоурок":

**Физкультурное развлечение для младших дошкольников**

**"И не страшен нам Мороз!"**

**Web-адрес публикации:**

<https://infourok.ru/i ne strachen nam moros fiskulting malisham 3299298.html>

Данное Свидетельство выдается бесплатно и только при достижении высоких результатов согласно «Манифеста о качестве «Инфоурок». Проверить подлинность документа, а также посмотреть список достижений и результатов, за которые выдан данный документ, можно по ссылке: [infourok.ru/standart](http://infourok.ru/standart)



ИНФОРМАЦИОННОЕ  
АГЕНТСТВО РОССИИ

Свидетельство о регистрации  
в Национальном центре ISSN  
(присвоен Международный  
стандартный номер  
серийного издания:  
№ 2587-8018 от 17.05.2017)

ДОКУМЕНТ ВЫДАН В СООТВЕТСТВИИ С  
«МАНИФЕСТОМ О КАЧЕСТВЕ «ИНФОУРОК»  
[INFOUROK.RU/STANDART](http://INFOUROK.RU/STANDART)



18.03.2020  
EB78241180

Главный редактор проекта «Инфоурок»  
**И. В. ЖАБОРОВСКИЙ**

**ИНФОУРОК**

Свидетельство о рег. СМИ Эл. №ФС77-60625 от 20.01.2015 выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций  
Лицензия на осуществление образовательной деятельности № 5201 выдана 02 апреля 2018 г. Департаментом Смоленской области по образованию и науке бессрочно  
Положение о редакционной коллегии проекта «Инфоурок», утверждено приказом главного редактора от 28.11.2018 №1

# СВИДЕТЕЛЬСТВО

о публикации на сайте infourok.ru

Настоящим подтверждается, что

**Жидкова Светлана Владимировна**

инструктор по физической культуре

МБДОУ «Детский сад №85»

опубликовал(а) на сайте infourok.ru методическую разработку,  
которая успешно прошла проверку и получила  
высокую оценку от эксперта "Инфоурок":  
**Презентация "Мой город Барнаул"**

**Web-адрес публикации:**

<https://infourok.ru/prezentaciya-moj-gorod-barnaul-4444860.html>

Данное Свидетельство выдается бесплатно и только при достижении высоких результатов согласно «Манифесту о качестве «Инфоурок». Проверить подлинность документа, а также посмотреть список достижений и результатов, за которые выдан данный документ, можно по ссылке: [infourok.ru/standart](http://infourok.ru/standart)



ИНФОРМАЦИОННОЕ  
АГЕНТСТВО РОССИИ

Свидетельство о регистрации  
в Национальном центре ISSN  
(присвоен Международный  
стандартный номер  
серийного издания:  
№ 2587-8018 от 17.05.2017)

ДОКУМЕНТ ВЫДАН В СООТВЕТСТВИИ С  
«МАНИФЕСТОМ О КАЧЕСТВЕ «ИНФОУРОК»  
[INFOUROK.RU/STANDART](http://INFOUROK.RU/STANDART)



18.09.2020  
ФП82294188

Председатель редакционной  
коллегии проекта «Инфоурок»  
**И. В. ЖАБОРОВСКИЙ**

**ИНФОУРОК**

Свидетельство о рег. СМИ Эл. №ФС77-60625 от 20.01.2015 выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций  
Лицензия на осуществление образовательной деятельности № 5201 выдана 02 апреля 2018 г. Департаментом Смоленской области по образованию и науке бессрочно  
Положение о редакционной коллегии проекта «Инфоурок», утверждено приказом главного редактора от 28.11.2018 №1

# СВИДЕТЕЛЬСТВО

о публикации на сайте infourok.ru

Настоящим подтверждается, что

**Жидкова Светлана Владимировна**

инструктор по физической культуре

МБДОУ "Детский сад №85"

опубликовал(а) на сайте infourok.ru методическую разработку, которая успешно прошла проверку и получила высокую оценку от эксперта "Инфоурок":

**Методическая разработка "Сказка о том, как появилась Обь"**

**Web-адрес публикации:**

<https://infourok.ru/metodicheskaya-razrabotka-skazka-o-tom-kak-poyavilas-ob-3885416.html>

Данное Свидетельство выдается бесплатно и только при достижении высоких результатов согласно «Манифесту о качестве «Инфоурок». Проверить подлинность документа, а также посмотреть список достижений и результатов, за которые выдан данный документ, можно по ссылке: [infourok.ru/standart](http://infourok.ru/standart)



ИНФОРМАЦИОННОЕ  
АГЕНТСТВО РОССИИ

Свидетельство о регистрации  
в Национальном центре ISSN  
(присвоен Международный  
стандартный номер  
серийного издания:  
№ 2587-8018 от 17.05.2017)

ДОКУМЕНТ ВЫДАН В СООТВЕТСТВИИ С  
«МАНИФЕСТОМ О КАЧЕСТВЕ «ИНФОУРОК»  
[INFOUROK.RU/STANDART](http://INFOUROK.RU/STANDART)



15.10.2019

**АЖ54475667**



Председатель редакционной  
коллегии проекта «Инфоурок»  
**И. В. ЖАБОРОВСКИЙ**

**ИНФОУРОК**

Свидетельство о рег. СМИ Эл. №ФС77-60625 от 20.01.2015 выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций  
Лицензия на осуществление образовательной деятельности № 5201 выдана 02 апреля 2018 г. Департаментом Смоленской области по образованию и науке бессрочно  
Положение о редакционной коллегии проекта «Инфоурок», утверждено приказом главного редактора от 28.11.2018 №1

# СВИДЕТЕЛЬСТВО

о публикации на сайте infourok.ru

Настоящим подтверждается, что

**Жидкова Светлана Владимировна**

инструктор по физической культуре

МБДОУ "Детский сад №85"

опубликовал(а) на сайте infourok.ru методическую разработку, которая успешно прошла проверку и получила высокую оценку от эксперта "Инфоурок":

**Рабочая программа по физическому развитию детей 3 - 7 лет по программе Л.И.Пензулаевой**

**Web-адрес публикации:**

<https://infourok.ru/rabochaya-programma-po-fizicheskomu-razvitiyu-detey-let-po-programme-lipenzulaevoy-3841828.html>

Данное Свидетельство выдается бесплатно и только при достижении высоких результатов согласно «Манифесту о качестве «Инфоурок». Проверить подлинность документа, а также посмотреть список достижений и результатов, за которые выдан данный документ, можно по ссылке: [infourok.ru/standart](http://infourok.ru/standart)



ИНФОРМАЦИОННОЕ  
АГЕНТСТВО РОССИИ

Свидетельство о регистрации  
в Национальном центре ISSN  
(присвоен Международный  
стандартный номер  
серийного издания:  
№ 2587-8018 от 17.05.2017)

ДОКУМЕНТ ВЫДАН В СООТВЕТСТВИИ С  
«МАНИФЕСТОМ О КАЧЕСТВЕ «ИНФОУРОК»  
[INFOUROK.RU/STANDART](http://INFOUROK.RU/STANDART)



13.09.2019  
ЯН69294771



Председатель редакционной  
коллегии проекта «Инфоурок»  
**И. В. ЖАБОРОВСКИЙ**

...дею Великой Победы!

## ...ция «Май! Победа! Профсоюз!»

...вание 70-летнего юбилея Победы комитет Барнаульской организации Общероссийского Профсоюза образования ведение акции по сбору материалов о Победе «Май! Победы».

...ном выпуске бюллетеня «Профсоюз — это мы!» мы пред- внимание все материалы, присланные в рамках этой

акции! Здесь вы найдете статьи, рассказы, очерки, стихи о войне, о Победе, о людях, которые были современниками трагической военной поры или были свидетелями и участниками тяжелого послевоенного лихолетья, о «детях войны», которые живут рядом с вами или работали вместе, а может это статьи о ваших бабушках или дедушках! Также, вы сможете прочесть рассказы о том, как первичные профсоюзные органи-

зации готовятся к юбилею Победы! Выражаем благодарность всем авторам, которые приняли участие в создании этого юбилейного выпуска!

**Тамара Лесовых, председатель Барнаульской городской организации Профсоюза образования**

## ...встречу Великой Победе!

...детском саду актив- я к празднованию Победы.

...наменательному со- аги и воспитании ют стихотворения цы. Мы надеемся, этого года у нас по- я традиция: ко Дню пускать страницы «Альбом памяти». В этом само- нии мы постарались икую Отечествен- ьез старые, потер- репродукции, че- писанные в тяжелые послевоенные годы. ся донести до всех шего «Альбома Па- рагичность войны, славных воинов — и высокую духовную го народа.

и памятного издания участие весь педа- оллеktiv, родители ки. Они приносят которые размеща- ницах нашего аль- е высказывания х, участниках Вели- венной войны, тру- а, мы изложили так, том повествуют. Мы работа по созданию



Вот некоторые страницы нашего альбома

этого памятного альбома прибли- зит всех нас к изучению истории

нашей страны. Цель его создания в том, чтобы потомки славных вои-

нов учились на достойных приме- рах участников войны самоотвер-



женности и благородству. Многие скажут, что идея не нова. Но мы не гонимся за новизной, мы преследуем другие цели: воспитание дошкольников в патриотической атмосфере, основанной на глубокой связи с семейными, генеалогическими корнями, воспитание в гармонии со своей душой и эмоциональными порывами делать добро, воплощать полезные идеи в устройство общества. А главное, никогда не допускать войн, с че-

стью защищать свободу и суверенитет граждан России, любить и беречь Родину.

Наши педагоги выражают свою признательность своим отцам, матерям, бабушкам и дедам через свою творческую жизнь, каждым днем своей жизни доказывая, что они достойны своих героических предков.

**Светлана Жидкова МБДОУ «Детский сад № 85»**

## ...встречу юбилею Победы



# ИНСТРУКТОР ПО ФИЗКУЛЬТУРЕ

№1/2017



Работа клуба  
«Здоровая семья»

Спортивный праздник  
«А ну-ка, мамочки!»

Развлечение «Папа,  
мама, я – спортивная  
семья» к 23 Февраля  
и 8 Марта

Семейный час  
«Здоровый ребенок —  
счастливый ребенок»

Физкультурное занятие  
с родителями  
«Цирковое  
представление»



ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ  
ДОО И СЕМЬИ  
В ФИЗИЧЕСКОМ  
ВОСПИТАНИИ  
ДЕТЕЙ

**Физкультурно-оздоровительная работа**

- Пышненко М.В.*  
Праздник «Веселые соревнования» в рамках  
всемирного Дня здоровья .....43
- Гузенко Е.В.*  
Спортивно-развлекательное мероприятие «В гости к Мише»  
по мотивам мультфильма «Маша и Медведь» .....47
- Пугачева Э.В.*  
Спортивный праздник «А ну-ка, мамочки!» .....53

**Коррекционная работа**

- Тихомирова А.Ю.*  
Профилактика плоскостопия и нарушений осанки  
в ходе работы клуба «Здоровая семья» .....57
- Игенова Н.А.*  
Нестандартное оборудование в физкультурно-оздоровительной  
работе с часто болеющими детьми .....62
- Герасименко Т.А.*  
Корригирующая гимнастика «Волшебные превращения» .....69

**СОТРУДНИЧЕСТВО****Взаимодействие со специалистами**

- Арепьева Л.В., Скворцова Л.И.*  
Интегрированное занятие по физкультуре и плаванию  
в форме круговой тренировки «На помощь Русалочке!» .....76

**Работа с родителями**

- Егоренкова Ж.Н.*  
Спортивный праздник с родителями «Моя семья» .....82
- Кузнецова Е.А.*  
Совместное физкультурное занятие с родителями  
«Цирковое представление» .....86
- Кирсанова В.Э.*  
Развлечение с родителями «Папа, мама, я — спортивная семья»  
к праздникам 23 Февраля и 8 Марта .....91
- Нефедова И.В., Мурзина Е.М.*  
Семейный час «Здоровый ребенок — счастливый ребенок» .....95
- Залуцкая Е.Н.*  
Досуг с родителями «Путешествие в страну Детства»  
с использованием подвижных и коммуникативных игр .....100

**ЭТО ИНТЕРЕСНО****Дискуссионный клуб**

- Афанасьева О.А.*  
Психологическая разрядка дошкольников  
в подвижных играх с полотенцами .....106
- Жидкова С.В.*  
Сказко- и музыкотерапия с элементами игрового стретчинга .....112

**Кружки, секции**

- Юревич Е.Н., Александрова Ю.Е.*  
Программа дополнительного образования «Азбука здоровья» .....118
- Книжная полка** ..... 21, 25, 37, 81, 111, 122
- Это интересно** .....31, 68, 75
- Вести из Сети** .....126
- Как подписаться** .....127
- Анонс** .....128



# Сказко- и музыкотерапия с элементами игрового стретчинга

Жидкова С.В.,

инструктор по физкультуре МБДОУ д/с № 85, г. Барнаул

В условиях дошкольной организации сохранение и укрепление здоровья воспитанников — первостепенная задача, в процессе реализации которой внедряются здоровьесберегающие инновации. К ним можно отнести комплексное применение игрового стретчинга, сказко- и музыкотерапии.

Методика игрового стретчинга основана на малодинамичных и статичных растяжках мышц тела, суставно-связочного аппарата рук, ног, позвоночника. Модель воздействия на организм включает растяжку мышц, сухожилий, суставных сумок. В процессе растяжки возбуждаются механорецепторы, импульсы которых достигают коры головного мозга, где возникает ответная реакция со стороны нервной системы, улучшаются трофические процессы в коже, мышцах, сухожильно-связочном аппарате.

К средствам игрового стретчинга относятся упражнения:

— на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад. Такие упражнения повышают внутрисуставное давление, прямые мышцы брюшного пресса растягиваются, в ре-

зультате обильного притока крови к позвоночнику и симпатическим нервам все внутренние органы обильно снабжаются кислородом и питательными веществами, что способствует улучшению их работы. Преодолеваются скованность позвоночника и его деформация. Каждый позвонок, сухожилие, мышца и связка напрягаются и работают. За счет обильного кровоснабжения активизируется работа почек. Благодаря стимуляции щитовидной железы ликвидируются различные функциональные расстройства, и нормализуется ее секреторная способность;

— укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклона вперед. Такие упражнения растягивают мышцы спины, ног, поясничные нервы. Предупреждаются функциональные расстройства желудка, печени, кишечника, селезенки. Внутренние органы обильно снабжаются кровью. Улучшается гибкость позвоночника благодаря максимальной продольной нагрузке на него, стимулируется рост;

— укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны. Такие упражнения увеличивают приток

Вести из первичек

## Профсоюз объединяет поколения!

В юбилейный год 30-летия образования Общероссийского Профсоюза образования очень хочется рассказать о ветеранах Профсоюза и педагогического труда! Ведь, история Профсоюза — это судьбы людей, которые он объединяет, объединяет и будет объединять! Коллектив нашего детского сада с искренним уважением и трепетом относиться к ветеранам — педагогам, посвятившим себя нелегкому педагогическому труду.

Ветераны, проработавшие в детском саду — это люди, память которых наполнена радостными переживаниями педагогических открытий, воспоминаниями о трогательных детских праздниках, о пытливых и любознательных воспитанниках, которым отдана была большая часть жизни! Сейчас эти дети, уже взрослые и состоявшиеся люди, приводят своих детей, и даже внуков в детский сад, воспитанниками которого были сами! С большой благодарностью и признательностью они вспоминают своих воспитателей — Агафонову Галину Григорьевну, Бе-



лоусову Валентину Петровну, Рыжих Валентину Ивановну, Болишину Наталью Петровну, Климонтову Татьяну Андреевну, Ляпунову Любовь Дмитриевну, Ракитину Надежду Анатольевну. Невозможно передать восхищение такими замечательными людьми, отдавшими свои сердца и океан тепла детям!

Ежегодно, в октябре, в рамках месячника пожилого человека и акции «Ветеранам педагогического труда и Профсоюза — с благодарностью!», для них организуем праздничный концерт, где все воспитанники от мала до велика, принимают участие и радуют зрителей своими талантами, дарят поделки, выполненные

своими руками. Подарок для ветерана — это особенная часть подготовки к празднику. Детям рассказывают о труде педагогов и поваров, показывают фотографии минувших лет. Знакомят с работниками, которые трудились в те времена, когда родители сегодняшних воспитанников были еще маленькими ребятками,

в хлопчатобумажных колготках с вытнутыми коленями, во фланелевых рубашках и простеньких платьицах, с косичками и бантами, искусно завязанными их мамами, бабушками наших сегодняшних воспитанников. Мероприятия подобной направленности воспитывают у юного поколения уважение к старшим. А для ветеранов проводятся чаепития с домашней выпечкой, здесь, за чашкой чая, ветераны предаются воспоминаниям, приятным и не очень, ставшим частью их биографии, и биографий тысячи воспитанников, прошедших по их жизненному пути разноцветными рисунками, складывающимися в живописную мозаику их жизни.

Отправляясь с Профсоюзом в поездки, мы не забываем о наших ветеранах! С походными песнями все вместе мы весело встречаем утро в Горном Алтае, вместе покоряем Тавдинские пещеры, любимые красотами острова Патмос, каменным убранством Катуня и, конечно, необыкновенно прекрасной бирюзой ее быстрых

вод. Здорово, что благодаря Профсоюзу имеем возможность вместе с ветеранами пополнить свою «копилку» путешествий. И возраст не помеха активному отдыху!

Нам, молодым, приятно общение со старшим поколением, полезно почерпнуть их опыт, который помогает сориентироваться в бурном потоке информации. Ветераны учат нас не забывать, что мы — люди, на которых лежит огромная ответственность за гармоничное развитие каждого ребенка, которые объединившись, образуют бесконечное пространство доброго детства, наполненного радостными событиями и открытиями! А благодаря нашему профессиональному союзу мы интересно живем и плодотворно работаем, чтя традиции и уважая ветеранов!

*Светлана Жидкова,  
инструктор по физической культуре,  
Татьяна Черномордова,  
воспитатель,  
председатель ППО МБДОУ  
«Детский сад № 85»*

### «Наш любимый профсоюз»

### В гости с Профсоюзом!

# Отличники!

Что такое детский сад? Кто-то скажет – здание, для других – это условия. Я скажу – коллектив. В 2017 году наш детский сад № 85 отмечает не детский юбилей – 55 лет – возраст зрелости, достоинства. К этой дате мы подходим с огромным багажом достижений, радостных событий и профессиональных удач.

Наш коллектив, во главе с заведующей Светланой Николаевной Улановой, активно участвует в мероприятиях по обобщению педагогического опыта. Многие годы мы ведем большую работу в сфере здоровьесберегающих технологий: инновационные занятия с детьми, семинары, круглые столы с коллегами из других детских садов, участие в выставках методических разработок, в рамках краевого педагогического марафона «ДОУ – здоровье Алтая», сотрудничаем с АНОО «Дом учителя».

Детский сад развивается благодаря людям, работающим в нем – педагогам, которые многие годы отдавали и отдают свои знания, умения развитию дошкольного образования. Наш детский сад, один из немногих, который имеет очень важную особенность. Люди, пришедшие на работу в наше дошкольное учреждение, как правило, остаются в нем надолго, а то и до самой пенсии. Эти люди достойны называться ветеранами – наставниками: Наталья Коронацкая – наш музыкальный руководитель – проработала в детском саду 37 лет, Наталья Нестеренко, Наталья Болишина, Надежда Резина, Галина Часовских, Галина Агафонова, Анна Белякова, Татьяна Черномордова – у этих педагогов трудовой стаж в нашем коллективе более 25 лет. У нас есть легендарный повар Татьяна Климонтова, которая 35 лет радует наших детей и родителей вкусными завтраками, обедами и ужинами.



Коллектив детского сада № 85 – семья энтузиастов и новаторов.

Фото предоставлено Светланой ЖИДКОВОЙ

За свои педагогические и профессиональные заслуги многие награждены почетными грамотами от администрации города Барнаула и также носят звание «Ветеран труда».

В наш коллектив вливаются молодые педагоги, мы их в шутку называем «доморощенные», потому что, работая в нашем дошкольном учреждении, окончили или прошли переподготовку в АлтГУ: Ирина Андреева, Анастасия Разенкова, Наталья Астахова, Елизавета Силкина, обучаясь в АлтГПУ, три года подряд проходила педагогическую практику и осталась работать в нашем дошкольном учреждении. Организован-

ная старшим воспитателем Ириной Тарачковой «школа молодого педагога» помогает раскрыть их творческий потенциал. Так, мудрость и опыт взаимодействуют с креативностью и новизной современных идей в педагогическом аспекте.

В наших стенах расцветает преемственность поколений. Например, моя мама Татьяна Мусинова дарила свое тепло и заботу более двадцати лет детям, которые воспитывались в нашем детском саду. Теперь здесь я занимаюсь с детьми физической культурой. У нас остаются трудиться люди, искренне любящие детей.

Светлана ЖИДКОВА, педагог детского сада № 85.