



Муниципальное автономное дошкольное
образовательное учреждение

г. Нижневартовска детский сад № 5 «Мечта»

КОПИЯ ВЕРНА

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ г.Нижневартовск
ДС №5 «Мечта»
Е.В.Радзевика
Приказ № 310 от 31.08.2023г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ПРОГРАММА ПО ОБУЧЕНИЮ ДЕТЕЙ
КОМПЬЮТЕРНОЙ ГРАМОТНОСТИ
«Компьютерные Знайки»
Для детей дошкольного возраста 6-8 лет**



Составите
ли: Воспитатель первой кв.
категории
Матвиёнок
А.И. Воспитатель высшей
кв. категории
Устюгова Л.С.

СОДЕРЖАНИЕ.

	ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ	3
Раздел 1.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	5
1.1	Пояснительная записка.	5
1.2	Цели и задачи Программы	6
1.3	Планируемые результаты	8
Раздел 2.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	9
2.1	Содержание деятельности дошкольников в рамках реализации программы по обучению детей компьютерной грамотности «Компьютерные Знайки»	9
Раздел 3.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	10
3.1	Организационно - педагогические условия реализации программы по обучению детей компьютерной грамотности «Компьютерные Знайки»	10
3.2	Расписание занятий программы по обучению детей компьютерной грамотности «Компьютерные Знайки»	10
3.3	Материально-техническое обеспечение программы по обучению детей компьютерной грамотности «Компьютерные Знайки»	10
3.4	Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания	12
3.5	Педагогическая диагностика	13
	ПРИЛОЖЕНИЯ	16
1	Учебный план	16
2	Перспективное планирование учебного материала	17
3	Оздоровительная работа.	20

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование Программы	<i>Дополнительная общеобразовательная программа по обучению детей компьютерной грамотности «Компьютерные Знайки»</i>
Заказчик программы	<i>Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города Нижневартовска детский сад №5 «Мечта»</i>
Нормативно-правовые основы разработки программы	<i>Конвенция ООН о правах ребенка; Закон РФ «Об образовании» от 29.12.2012 №273-ФЗ (ред. От 05.07.2013 с изменениями, вступившими в силу с 19.05.2013) Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 N 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «Детство»; Образовательная программа МАДОУ ДС №5 «Мечта»; Устав МАДОУ ДС №5 «Мечта»</i>
Сроки реализации	<i>1 год</i>
Цель	<i>Обучение детей дошкольного возраста основам компьютерной грамотности</i>
Задачи	<ol style="list-style-type: none"><i>1. Формирование знаний, умений и понятия о компьютерной грамотности.</i><i>2. Воспитание бережного и аккуратного отношения к технике.</i><i>3. Закрепить навыки ЗОЖ.</i><i>4. Развитие внимания, усидчивости, творчества,</i>

логического мышления, понятия, что компьютер не только для игр.

5. Формировать познавательный интерес к ИКТ, основные представления о построении логических моделей.
6. Учить оценивать результаты деятельности.
7. Развивать познавательные и психические процессы, интеллектуально-творческие способности.

Ожидаемые

результаты

К концу учебного года дети должны знать:

- Правила техники безопасности.
- Главные части компьютера.
- Иметь представление об основных носителях информации и о защите компьютера.
- Знать рабочие программы.
- Что такое алгоритм.
- Основы работы в программах:

a. Word

b. Графический редактор.

К концу учебного года дети должны уметь:

- Работать с мышкой и клавиатурой, свободно ориентироваться на мониторе.
- Пользоваться графическим редактором и Word.
- Научиться составлять алгоритмы.
- Расширить знания о пользовании некоторыми программами.
- Решать логические и математические задачи.
- Сравнивать предметы, перемещать, группировать, делить их.
- Находить закономерности.
- Понимать язык стрелок и как ими пользоваться.
- Определять последовательность событий.

- *Приводить примеры отрицаний.*
- *Самостоятельно запускать компьютер и программы.*
- *Свободно без психологических проблем работать за компьютером.*

Объект	<i>Воспитанники дошкольного возраста 6-8 лет;</i>
программы	
Разработчи	<i>Матвиёнок Алина Игоревна, воспитатель 1</i>
к	<i>квалификационной категории</i>
программы	<i>Устюгова Любовь Сергеевна, воспитатель</i>
	<i>высшей квалификационной категории</i>

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

В последние несколько лет происходит практически глобальное внедрение информационно-компьютерные технологии (в дальнейшем ИКТ). Наряду с учебными заведениями, ИКТ довольно быстро внедрились и в школу, а между школой и детскими садами наблюдается прямая преемственность, следовательно, необходимо внедрять ИКТ в ДОУ. Также использование ИКТ-технологий необходимо вследствие преобразования дошкольного образования и внедрения ФГОС.

Так как современные дети воспринимают компьютер как обыденность им уже не очень интересные обычные занятия. Приходится внедрять различные новшества. Тот воспитатель, который владеет ИКТ, делает образовательную деятельность более интересной занимательной и доступной для воспитанника.

В сегодняшнем мире дети практически с рождения видят вокруг себя различные технические устройства, они очень притягивают детей к себе. Современные люди живут в мире увеличения потоков информации, постоянной модернизации устройств, а также для обработки всей информации. Решать задачи разной сложности помогает компьютер. Будущее сегодняшних детей – это информационное общество. И ребёнок должен быть готов к жизни в таком мире. Компьютерная грамотность становится сейчас необходимыми каждому человеку. Воспитание правильного отношения к техническим устройствам в первую очередь ложится на плечи родителей, но и предъявляет качественно новые требования и к дошкольному воспитанию – первому звену непрерывного образования. Успешность данных перемен связана с внедрением в дошкольном учреждении информационных технологий.

Также для успешной подготовки к школе необходимо дать ребёнку основные знания компьютера. Так как в школе ребёнок столкнётся с вычислительной техникой. Поэтому считаю, необходимым заранее подготовить ребёнка к взаимодействию с ИКТ.

1.2 Цели и задачи Программы

Цель программы

Обучение детей дошкольного возраста основам компьютерной грамотности.

Задачи

- Формирование знаний, умений и понятия о компьютерной грамотности.
- Воспитание бережного и аккуратного отношения к технике.
- Закрепить навыки ЗОЖ.
- Развитие внимания, усидчивости, творчества, логического мышления, понятия, что компьютер не только для игр.
- Формировать познавательный интерес к ИКТ, основные представления о построении логических моделей.
- Учить оценивать результаты деятельности.
- Развивать познавательные и психические процессы, интеллектуально-творческие способности.

Обучение осуществляется на основе общих **методных принципов**

- **Принцип развивающей деятельности:** игра не ради игры, а с целью развития личности каждого участника и всего коллектива в целом.
- **Принцип активной вовлеченности** каждого ребенка в игровое действие, а не пассивное созерцание со стороны;
- **Принципы** последовательности и системности изложения программного материала.

Изложенные выше принципы интегрируют современные научные взгляды об основах организации развивающего обучения, и обеспечивают решение задач интеллектуального и личностного развития.

Основной метод обучения

Методологической основой программы является **деятельный подход** к применению новых ИКТ в детском саду, он состоит в том, что в результате обучения по данной программе дети приобретают знания нужные для овладения практическими умениями и знаниями.

Основной методный подход

- Организуемая деятельность имеет гибкую структуру.
- На занятиях организуются беседы, дискуссии, создаются

проблемные и игровые ситуации.

· Создаются определённые ситуации общения, которые приводят ребёнка к тому что нужно проявить собственную инициативу, самостоятельность, избирательность в способах работы.

· Образовательный процесс должен строиться на основе применения современных педагогических технологий.

Методы игры

- . Интерактивного общения.
- . Наглядный.
- . Словесный.
- . Практический.
- . Управление, экспериментирование.
- . Проблемный.

Основные формы и средства обучения

- . Интерактивные занятия.
- . Познавательные беседы.
- . Оформление выставок.
- . Компьютерные и настольные игры.
- . Упражнения в тетрадях.
- . Общение с родителями.
- . Физминутки.
- . Индивидуальные занятия.
- . Коллективная деятельность.
- . Совместные со взрослым работы.

1.3 Планируемые результаты

К концу обучения должны:

- Правила техники безопасности.
- Главные части компьютера.
- Иметь представление об основных носителях информации и о защите компьютера.
- Знать рабочие программы.
- Что такое алгоритм.
- Основы работы в программах:
 - Word
 - Графический редактор.

Уметь:

- Работать с мышкой и клавиатурой, свободно ориентироваться на мониторе.
- Пользоваться графическим редактором и Word.
- Научиться составлять алгоритмы.
- Расширить знания о пользовании некоторыми программ.
- Решать логические и математические задачи.
- Сравнивать предметы, перемещать, группировать, делить их.
- Находить закономерности.
- Понимать язык стрелок и как ими пользоваться.
- Определять последовательность событий.
- Приводить примеры отрицаний.
- Самостоятельно запускать компьютер и программы.
- Свободно без психологических проблем работать за компьютером.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1 Содержание деятельности дошкольников в рамках реализации программы по обучению детей компьютерной грамотности «Компьютерные Знайки»

Программа рассчитана на одно занятие в неделю, подгруппами по 10 человек. Продолжительность 1 занятия - 30 минут. Занятия проводятся вне образовательной деятельности, для детей 6-8 лет с использованием тетради А.В. Горячева, компьютера и настольных игр.

На каждом занятии прорабатывается элементарный теоритический материал с обязательной практической отработкой. Обязательно в середине занятия проводится физминутка. Время занятия непосредственно за компьютером – 15 минут.

Объем программы: программа рассчитана на один год обучения.

Режим занятий обусловлен нормативно-правовой базой общеобразовательной, ориентированной на обучение детей дошкольного возраста 6-8 лет.

Основные формы работы на занятии: индивидуальные, групповые и коллективные (игровая деятельность).

Структура занятия

В основе лежит дидактическая игра, создающая мотивацию к деятельности. Детям предлагается дидактическая игра, в ходе которой они вспоминают то, что поможет им познакомиться с новой темой (актуализация знаний и умений). Игра должна быть такой, чтобы в ходе ее в деятельности ребенка не возникало затруднения. Каждый ребенок должен принять участие в игре.

Затруднение в игровой ситуации.

В ходе игры должна возникнуть ситуация, вызывающая затруднение в деятельности детей, которое они фиксируют в речи (мы это не знаем). Воспитатель выявляет детские вопросы и вместе с детьми определяет тему занятия. В результате ребятами делается вывод, что необходимо подумать, как всем вместе выйти из затруднительной ситуации.

Открытие нового знания или умения.

С помощью диалога на основе предметной деятельности детей подвести к обучению нового материала. Повторение и развивающие задания.

Проводятся при наличии свободного времени

Итог занятия. Дети фиксируют в речи, что нового узнали.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1 Организационно - педагогические условия реализации программы по обучению детей компьютерной грамотности «Компьютерные Знайки» Занятия проводятся в специально оборудованном помещении – «Компьютерный класс».

<i>Кол-во занятий в неделю</i>	<i>Продолжительность занятий</i>	<i>Кол-во детей в подгруппе</i>
1	30 мин	10

3.2 Расписание занятий программы по обучению детей компьютерной грамотности «Компьютерные Знайки»

<i>Дни недели</i>	<i>Время проведения</i>
Среда	16.05-16.20

3.3 Материально-техническое обеспечение программы по обучению детей компьютерной грамотности «Компьютерные Знайки»

Программа предусматривает обучение детей в игровой форме, в обстановке творческого взаимодействия и интереса.

Для поддержания интереса используются дидактические сказки, богатые по содержанию и доступные для указанного возраста. Постоянная смена видов деятельности на занятии будет способствовать активизации познавательной активности дошкольников.

Главным условием результативной работы являются дружеские отношения между детьми в группе. Педагогу необходимо поддерживать положительную эмоциональную атмосферу как на занятиях, так и в период отдыха; добиваться применения знаний и умений не только на занятиях, но и в повседневной жизни.

Формы работы, используемые в занятиях

- . Интерактивные занятия.
- . Познавательные беседы.
- . Оформление выставок.
- . Компьютерные и настольные игры.
- . Упражнения в тетрадях.
- . Физминутки.

- Индивидуальные занятия.
- Коллективная деятельность.
- Совместные со взрослым работы.

Используемые технологии

- Проектирование;
- ИКТ
- Здоровьесберегающие

Средства работы

1. **Программа** «Раскрась-ка» - программа научит пользоваться курсором, мышкой. Воспитает чувство прекрасного и разовьёт творческие способности; «Пазлы» - данные презентации научат пользоваться устройствами ввода-вывода; «Мир информатики» - расскажет о происхождении компьютера, его устройств и принципах работы; «Почемучки» – информатика - видео урок – объяснит, что такое память, мышка, клавиатура и другие предметы для работы компьютера. Также расскажет, что такое вирус и антивирус, и о других программах; «Интерактивные уроки и подготовка к школе» поучительные занятия для дошкольников. «Страна знаний» - Это CD диск с заданиями и журналами для объяснения. Благодаря этим дискам дети узнают и научатся очень многому – решать логические задачи и применять накопленный опыт в составлении алгоритмов и многое другое.

2. Игровое компьютерное пространство

- Столы для работы детей
- Тетради с игровыми заданиями на каждое занятие.
- Игры – головоломки.
- Раздаточный материал.
- Дидактические игры.
- Демонстрационные и индивидуальные плакаты для обучения детей компьютерной грамотности, правилам поведения и правильной осанке.

3. Компьютерный класс

- Компьютер.
- Мультимедийный проектор.
- Компьютеры для детей.
- Принтер.

- *Микрофон и наушники.*

- *Сканер.*

Компьютеры объединены в локальную сеть. Компьютерный класс должен соответствовать требованиям СанПиН 2.4.3648-20 от 28.09.2020.

3.4 Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания

<p>Методическое обеспечение, рабочие тетради и учебно-наглядные пособия с указанием выходных данных</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Горячев А.В., Ключ Н.В. Все по полочкам. пособие для дошкольников 5-6 лет /А. В. Горячев, Н. В. Ключ. – 2-е изд., исп. – М.: Баласс, 2008. – 64 с. 2. Горячев А.В., Ключ Н.В. Все по полочкам. Методические рекомендации к курсу информатики для дошкольников. /А. В. Горячев, Н. В. Ключ. – М.: Баласс, 2004. – 64 с. 3. Горвица Ю.М. Новые информационные технологии в дошкольном образовании, М. 1998 4. Горячев А.В. Информатика в играх и задачах, М., Посвещение, 2003 5. Симонович С.В. «Компьютер для детей моя первая информатика» Аст-пресс школа 2005г
<p>ЭОР</p>	<ul style="list-style-type: none"> □ Интернет – ресурсы www.botik.ru/~robot; kurs@robotland.botik.ru (дата обращения 25.08.2021) □ https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2013/03/30/interaktivnye-igry-v-obrazovatelnom-protse-dou (дата обращения 08.08.2021)

3.5 Педагогическая диагностика

Педагогическая диагностика проводится 2 раза в год.

Задача: определить уровень освоения ребёнком программы и влияние образовательного процесса, на его развитие.

Мониторинг детей проводится педагогом, ведущим занятия с дошкольниками.

Форма проведения мониторинга представляет собой наблюдение за работой детей при посещении кружка. Данные о результатах мониторинга заносятся в специальную карту развития ребёнка в рамках программы. Оценка знаний ребёнка происходит в системе «+», «-», или «Знает» — «Не знает» и оценивается по каждой теме перспективного планирования, которая включает в себя отдельные темы.

Раздел №1 Компьютер

Группа № _____

Дата проведения (в учебном году) / (на учебном году) _____

ФИО педагога _____

Ф.И. ребёнка.	История ПК.		Т.Б.		Составные части компьютера		Применение ПК		Мышка.		Клавиатура.		Рабочий стол.		Меню.		Съёмные носители.		Итого.
	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	
Итого:																			

Подпись.

Раздел №2 Программы

Группа №

Дата проведения (в учебной тетради)

ФИО педагога

Ф.И. ребёнка.	Программа Word.		Программа по рисованию.		Вирус.		Антивирус.		Игры – и их разновидности.		Итого.
	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	
Итого.											

Подпись.

Раздел №3 Развитие интеллектуальных навыков

Группа №

Дата проведения (в учебной тетради)

ФИО педагога

Ф.И. ребёнка.	Хорошо – плохо.		Симметрия.		Алгоритм.		Истина и ложь.		Отрицание.		Множества.		Симметрия.		Закономерности.		Поиск закономерностей разбитие на группы.		Итого.
	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К			
Итого:																			

Подпись.

Раздел №4 Действия с предметами

Группа №

Дата проведения (в учебной группе) _____

ФИО педагога

Ф.И. ребёнка.	Выделение свойств предметов.		Отличия.		Части и целое.		Задачи на развитие мышления.		Мышление.		Воображение		Итого.
	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	
Итого:													

Подпись.

ПРИЛОЖЕНИЯ

1 Учебный план

№	№ Занятия	Месяц	Тема занятий	Количество часов
1	1	Октябрь.	Немного из истории.	1
2	2		Техника безопасности. Я компьютер.	1
3	3		Для чего я нужен.	1
4	4-5		Мышка.	2
5	6-7	Ноябрь.	Клавиатура.	2
6	8-9		Рабочий стол.	2
7	10-11	Декабрь.	Меню.	2
8	12-14		Съёмные носители.	3
9	15-16		Программа Word.	2
10	17-19		Программа по рисованию.	3
11	20-21	Январь.	Вирус и Антивирус.	2
12	22-23		Игры – и их разновидности.	2
13	24	Февраль.	Хорошо – плохо, симметрия.	1
14	25		Познакомимся с алгоритмом.	1
15	26-27	Март.	Истина и ложь.	2
16	28-29		Отрицание.	2
17	30		Множества.	1
18	31	Апрель.	Симметрия.	1
19	32-33		Закономерности. Их поиск, разбиение на группы.	2
20	34-35	Май.	Выделение свойств предметов. Отличия. Части и целое.	2
21	36		Задачи на развитие мышления.	1
Всего	36			36

2. Перспективное планирование учебного материала

Раздел Компьютер

1. Тема: Немного из истории.

Познакомить с происхождением компьютера.

Задачи: Развитие познавательных способностей.

Средства: Видео «Почемучки» (Информатика). Работа в тетради.

2. Тема Техника безопасности Компьютер

Задачи: Дать основные правила поведения при работе с компьютером, гимнастикой для глаз. Познакомить с Т.Б. и с составными частями компьютера, ноутбука.

Дать основные понятия для чего каждая составная часть нужна.

Средства: Презентация по Т.Б. Гимнастика для глаз. Видео «Почемучки» (Информатика). Работа в тетради.

3. Тема Для чего нужен

Задачи: Формировать представления о том для чего нужен компьютер, о его работе.

Средства: Видео. «Почемучки» (Информатика). Работа в тетради. CD «Компьютер для дошкольников»

4. Тема Мышь

Задачи: Познакомить с устройством ввода – Мышь. Научить пользоваться ей. Развивать внимание, аккуратность.

Средства: Видео «Мир информатики» Работа с муляжами. Игры «Страна знаний»

5. Тема Клавиатура

Задачи: Познакомить с устройством ввода – Клавиатурой. Формировать основные умения пользоваться некоторыми кнопками.

Средства: Видео «Мир информатики» Работа с муляжами. Игры CD «Страна знаний»

6. Тема Рабочий стол

Задачи: Формировать понятие – Рабочий стол. Научить преобразовывать его. Развивать внимательность, усидчивость.

Средства: Видео. «Почемучки» (Информатика). Практика. Гимнастика для глаз.

7. Тема Меню

Задачи: Познакомить с основным понятием «Меню». Практика. Работа за компьютером.

Средства: Видео «Мир информатики»

8. Тема Съёмные носители

Задачи: Познакомить с разновидностями съёмных носителей. Для чего нужны, и как ими пользоваться.

Средства: Видео. «Почемучки» (Информатика). Работа в тетради.

Гимнастика для глаз

Раздел Программы

9. Тема Программа Word

Задачи: Формировать основные понятия о программе Word. Познакомить с некоторыми возможностями программы.

Средства: Видео. «Почемучки» (Информатика). Работа в программе.

10. Тема Программа рисования

Задачи: Познакомить с программой и научить пользоваться. Показать возможности программы. Развивать творчество, воображение.

Средства: Игры CD «Страна знаний». Работа в тетради.

11. Тема Вирус Антивирус

Задачи: Дать понятие Вирус и познакомить с программой Антивирус. Для чего он нужен.

Средства: Презентация.

Средства: CD «Страна знаний»

12. Тема Игры – их разновидности

Задачи: Формировать представление о разновидностях игр. Показать, что игры не только для развлечения, но и для обучения.

Средства: Игры CD «Страна знаний». Презентация. Работа в тетради.

Гимнастика для глаз.

Раздел Развитие интерактивных методов

13. Тема Хорошо – плохо

Задачи: Познакомить с понятием Симметрия. Научить составлять симметричный рисунок. Определять, что хорошо и плохо. Развивать внимание, логическое мышление.

Средства: CD «Razv Met» Интерактивные занятия. Презентация. Работа в тетради. Настольно печатные игры.

14. Тема Понимание алгоритма

Задачи: Формировать представление об Алгоритме. Учить составлять простейшие алгоритмы.

Средства: Игры CD «Страна знаний». CD «Razv Met» Интерактивные занятия. Гимнастика для глаз.

15. Тема Истина и ложь

Задачи: Развивать умение определять истинное и ложное высказывание.

Средства: Игры CD «Страна знаний»

CD «Razv Met» Интерактивные занятия.

16. Тема Отрицание

Задачи: Знакомство с отрицанием. Учить отрицать примеры «наоборот».

Средства: Игры CD «Страна знаний»

17. Тема Множества

Задачи: Познакомить с понятием Множество. Учить соотносить несколько множеств по признаку. Учить выделять элементы из множества.

Средства: Игры CD «Страна знаний» Гимнастика для глаз.

18. Тема Симметрия

Задачи: Формировать понятие Симметрия. Учить составлять симметричные узоры. Упражнять в развитии воображения.

Средства: Игры CD «Страна знаний». CD «Razv Met» Интерактивные занятия. Настольно печатные игры.

19. Тема Закономерности Иглы раббитиварулы

Задачи: Что такое Закономерности. Учить находить их. Поиск закономерностей в расположении фигур и предметов. Упорядочение серии предметов по разным признакам; расстановка и перестановка. Развивать интерес к познанию.

Средства: Игры CD «Страна знаний»

CD «Razv Met» Интерактивные занятия. Гимнастика для глаз. Презентация.

Раздел Действия с предметами

20. Тема Выделение свойств предметов Отличия Части целое

Задачи: Учить выделять основной признак предмета, находить отличия. Учить находить основную часть целого. Составлять целое из частей и наоборот. Воспитывать усидчивость.

Средства: Игры CD «Страна знаний» Гимнастика для глаз. Презентация.

Настольно печатные игры.

21. Тема Задачи развития мышления

Задачи: Развивать мышление, воображение. Учить решать задачи разной сложности (в соответствии со способностями детей).

Средства: CD «Razv Met» Интерактивные занятия. Гимнастика для глаз.

Настольно печатные игры.

3. Оздоровительная работа.

Физкультминутки и гимнастика для глаз положительно влияют на расслабление глазных мышц, способствуют профилактике нарушения зрения, развитию подвижности и снятию утомления с глаз, восстановлению бинокулярного зрения, расслаблению зрительной системы, аналитико-синтетическую деятельность мозга, активизируют сердечно-сосудистую и дыхательную системы, улучшают кровоснабжение внутренних органов и работоспособность нервной системы.

Время начала физминуток определяется самим воспитателем. Физиологически обоснованным временем для их проведения является 15-я минута занятия.

Длительность физминуток составляет до 5 минут. Каждая физминутка включает в себя комплекс из 3–4 упражнений, повторяемых 4–6 раз.

Требования к проведению физминуток

- Комплексы подбираются в зависимости от вида урока, его содержания.
- Должны проводиться на начальном этапе утомления.
- Предпочтения отдавать упражнениям для утомляемых групп мышц.
- Выполнение движений с достаточной амплитудой.

Требования к проведению гимнастики для глаз

- Проводиться от 2 до 6 раз в течение дня по 2–5 минут.
- гимнастику можно проводить в любой части занятия с учётом возрастных, зрительных и двигательных возможностей детей.
- осуществляется по словесным указаниям воспитателя, с использованием стихов и потешек.
- педагогу, воспитателю, который играет с ребёнком желательно знать стихотворный текст наизусть.
- хорошо подбирать предметы в соответствии с тематикой занятий. Например, при изучении насекомых для концентрации внимания можно использовать фигурку яркой бабочки и т. п.
- следует принять исходное положение: шея и спина выпрямлены, тело расслаблено, взгляд направлен прямо перед собой.
- при выполнении задания дети с низкой остротой зрения стоят (сидят) перед педагогом, остальные располагаются дальше.
- показ предмета для зрительной гимнастики осуществляется в медленном темпе, чтобы ребёнок до конца проследил движение предмета, который должен быть крупным, ярким. Глаза должны двигаться по широкой, большой амплитуде. Предмет показывается чуть выше уровня глаз впереди сидящих детей. Он не должен сливаться по цвету с одеждой педагога и окружающей обстановкой.
- Упражнения следует выполнять не спеша, без рывков и болевых ощущений (при их появлении необходимо уменьшить амплитуду).

Голова при выполнении гимнастики должна быть неподвижна.