

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

филиал в г. Славянске-на-Кубани

Лицензия на право ведения образовательной деятельности  
Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки

серия 90Л01 № 0009015, регистрационный № 1982 от 03 марта 2016 г.

Сертификат

Настоящим сертификатом подтверждается, что

**Пилюк Елена Владимировна**

обобщила и представила опыт практических результатов профессиональной деятельности  
на краевом уровне в форме выступления на методическом семинаре  
«Обобщение педагогического опыта работников ДОО в контексте ФГОС ДО»,  
проходившем 28-29 октября 2021 года

Тема выступления: «Полезный опыт для дошкольников – лучшее начало дня!»

Директор филиала

Регистрационный номер 0062-СНК-ДПО/С  
Дата выдачи 29.10.2021

О.В. Леус



**Рецензия на сборник дидактических материалов  
«Инструкционно- технологические карты на авторские дидактические  
игры и опыты по формированию навыков культуры здорового  
питания» разработанный Филько Еленой Викторовной, воспитателем  
МБДОУ «ДС № 9 «Олененок», Минько Светланой Васильевной,  
воспитателем МБДОУ «ДС № 9 «Олененок», Пилюк Еленой  
Владимировной, инструктором по ФК МБДОУ «ДС № 9 «Олененок»**

Дидактический материал посвящен важной теме дошкольного детства - формированию навыков культуры здорового питания и бережного отношения к своему здоровью.

Рецензируемый материал предназначен для детей старшего возраста и развивает умения правильно выбирать продукты для здорового питания, воспитывает культуру поведения за столом.

Сборник включает инструкционно-технологические карты авторских дидактических игр «Поможем повару», «Маленькие хитрости» и опытно-экспериментальную деятельность «Волшебный шар», «Чудеса с солью», «Как делают рыбную икру».

Актуальность дидактического материала обоснована необходимостью формирования у детей знаний и представлений о правильном здоровом питании.

Данные инструкционно-технологические карты включают информацию, обеспечивающую правильность и последовательность выполнения действий в дидактических играх и при работе с опытами.

Инструкционно-технологические карты предназначены для самостоятельной работы детей, позволяют с помощью ориентиров создать зрительно-наглядные представления о приемах и действиях при выполнении работы.

Авторские разработки имеют большое практическое значение, могут быть использованы как на учебном занятии, так и в индивидуальной работе.

Ожидаемый результат: при использовании данного материала дети усваивают знания о правильном здоровом питании, расширяется кругозор, развивается смекалка.

Сборник может быть рекомендован к использованию педагогами дошкольных образовательных учреждений и родителями в индивидуальной работе с детьми.

16.02.2023 г.

Рецензенты:

Заместитель руководителя МКУ ДППО «РМК»

Ст.воспитатель МБДОУ «ДС № 28 «Чебурашка»

Ст.воспитатель МБДОУ «ДС №1»

Ст.воспитатель МАДОУ «ДС № 15 «Солнышко»

Подпись удостоверяю:

руководитель МКУ ДППО «РМК»

А.В.Шумилова

А.Н.Мачеха

Е.Г.Иващенко

М.А.Мельник

О.В.Жердева



## Рецензия

на дидактическое пособие настольную игру «Футбол» по физическому развитию, разработанное Еленой Владимировной Пилюк, инструктором МБДОУ «ДС №9 «Олененок» МО Староминский район

Дидактическое пособие настольная игра «Футбол» по физическому развитию предназначено для детей старшего дошкольного возраста, педагогов, родителей.

Актуальность авторской разработки состоит в том, что с раннего детства любимой и одной из первых игрушек и забав у ребенка был и остается мяч. Настольный футбол - незаменимый помощник для современных родителей. Это — увлекательное занятие, которое всегда сопровождается смехом, помогает весело провести время и снять эмоциональное напряжение. А ещё — это возможность на какое-то время забыть про гаджеты и компьютеры, испытать новые эмоции и ощущения.

Цель игры: познакомить детей с видом спорта, которым можно заниматься в любое время дома и формировать интерес у детей физической культуре и спорту.

Дидактическое пособие имеет практическую направленность. В процессе игры в настольный футбол у ребенка формируется быстрота реакции, умение анализировать ситуацию и молниеносно принимать решения, развивается мелкая моторика, а это залог правильной речи. Состязание происходит в паре, что положительно влияет на развитие коммуникативных способностей, умение выстраивать диалог и вести честную борьбу. В настольном футболе есть не только выигравший, но и проигравший: дети учатся достойно терпеть поражение и приобретают навык справляться с разочарованием в будущем.

Представленная игра актуальна, интересна по содержанию и может быть рекомендована для использования в образовательных учреждениях, в домашних условиях, в качестве основы организации деятельности по обучению детей игре в футбол.

22.10. 2020 г

Рецензенты:

Методист МКУДППО «РМК» \_\_\_\_\_ Т.Ю. Коновалова

Старший воспитатель МБДОУ «ДС №28» \_\_\_\_\_ А.Н. Мачеха

Старший воспитатель МБДОУ «ДС №1» \_\_\_\_\_ Е.Г. Иващенко

Подпись удостоверяю:

руководитель МКУДППО «РМК» \_\_\_\_\_ И.А. Чиркова



## Спортивная настольная игра «Футбол»

Уважаемые коллеги, представляю вашему вниманию дидактическую настольную игру "Футбол", которую рекомендую изготовить совместно с детьми.

**Игра** состоит из большого игрового поля с метками.

**Игра** рассчитана для детей среднего и старшего дошкольного возраста.

Одновременно может **играть подгруппа детей**.

### **Задачи:**

1.Познакомить с правилами игры в **футбол**, формировать интерес у детей к физической культуре и спорту

2.Развивать: внимание, мышление, логику, быстроту реакций, мелкую моторику рук.

3.Воспитывать: положительные отношения в коллективе, умение **играть в команде**.

**Материал:** коробка из-под компьютера, игровое поле, с воротами , **игроки-футболисты** (распечатанные на принтере , наклеенные на прищепки, табло с цифрами от 0 до 9 (очки), мяч.

### **Ход игры.**

Игроки сидят (*стоят*) друг напротив друга.

С помощью прищепок с наклеенными на них игроками прокатывают, друг другу мяч и стараются **«забить гол в ворота»**.

На табло выставляют количество забитых мячей.

Выигрывает тот, кто забьет больше **«голов»**.



СМИ - ЭЛ №ФС77-55754

№ 50 (221)



всероссийский сетевой журнал

# ОШКОЛЬНИК.РФ

С любовью к детям

На фото г. Набережные Челны

ДЕКАБРЬ 2021

**ЗИМА  
ЭКОЛОГИЯ  
ЛОГОПЕДИЯ  
МАТЕМАТИКА  
АДАПТАЦИЯ  
ПЕДАГОГИКА  
ПСИХОЛОГИЯ  
ПОЗНАНИЕ  
ЗДОРОВЬЕ  
ВИКТОРИНЫ  
ПОДЕЛКИ**

Выходит с 2010 года 4 раза в месяц  
в номере 50 авторов

0+

## Мастер класс для педагогов «Полезный завтрак для дошкольников – лучшее начало дня!»

Цель: формирование у детей и взрослых представления о завтраке как обязательном компоненте ежедневного меню, о пользе и питательной ценности овсяноблина из овсяной каши.

Задачи: познакомить с историей и происхождением слова овсяноблин  
изучить содержание полезных веществ в овсяноблинах  
формировать привычку приёма пищи по утрам  
познакомиться с рецептом приготовления овсяноблинов  
формировать умение подбирать добавки для овсяноблинов  
воспитывать культуру поведения за столом.

Оборудование: продукты для приготовления овсяноблинов, овсяноблины, тарелочки, памятки по теме семинара, материал для рефлексии, мультимедиапроектор, компьютер.

Ход.

Коллеги начать наш мастер — класс мне бы хотелось с небольшого опросника. Давайте попробуем разобраться, что же всё-таки стоит за этими словами «завтрак» и как можно помочь такому хорошему делу.

Что обычно ассоциируется со словом «завтрак»?

«Хорошая привычка с детства»

«самый важный приём пищи»

«не успеваю»,

«каждый день каша»

лучше поспать ещё 10 минут»

«не ест ребёнок»

«спит за столом»

«требуется только одно и то же на завтрак» ...

Завтрак очень важен, особенно ребёнку. Почему?

-Он «запускает» обмен веществ, который всю ночь спал вместе с ребёнком.

-Он настраивает обмен веществ против ожирения, диабета, и прочих «радостей» нарушения утреннего режима.

-Связь пищеварительной и нервной системы хорошо известна.

Помогите ребёнку за счёт знакомой правильной еды, своевременно съеденной, обрести побольше моральных и физических сил, настроения и веры в себя.

Каким должен быть завтрак?

Тёплым

без сухомятки

не сладким

ну хотя бы не чересчур сладким, хотя бы не каждый день.

Сладкий завтрак провоцирует резкий выброс глюкозы в кровь, что может повести за собой диабет в дальнейшем, поскольку именно от завтрака зависят все химические процессы на целый день вперёд!

Какая каша полезнее.

- Любите ли вы кашу?

- Какую кашу вы любите?

- Как вы думаете, а какая каша самая полезная?

Называют её кашей красоты,

Полюби её и ты.

(Овсяная)

Овсяная каша: содержит клетчатку, придаёт много энергии; очень полезна при варке, которая образуется слизь с овсянки, которая образуется при варке, она вымывает из желудка все микробы и токсины, активный участник обмена холестерина

Из овсяной каши можно приготовить не только кашу, но овсяноблин.

Я предлагаю вам поиграть в игру. «Да – нет».

Сорока – белобока

Задумала овсяноблин жарить,

Чтобы деток накормить.

На рынок пошла

И вот что взяла:

Парное молоко... (да)

Куриное яйцо... (да)

Крупа манная... (нет)

Капуста кочанная... (нет)

Солёный огурец... (нет)

Мясной холодец... (нет)

Сахар да соль... (да)

Белую фасоль... (нет)

Масло топленое... (да)

Рыбка солёная... (нет)

Лавровый лист... (нет)

Китайский рис... (нет)

Чернослив и изюм... (да)

Шоколадный лук... (нет)

Клубничное варенье... (да)

Бисквитное печенье... (нет)

Овсяноблин — приготовленный за 10 минут, — отличный вариант сбалансированного завтрака. В нем есть все составляющие правильного начала дня: сложные углеводы, содержащиеся в овсянке; белки и жиры, из которых состоят яйца, и кальций — за это особая благодарность молоку. К тому же овсяноблин совсем не скучное блюдо, как это может показаться на первый взгляд. Часто его дополняют разноо-

бразными начинками — сладкими или солеными. Популярны варианты: сыр и помидоры, творог и банан, мед, варенье, сухофрукты, которые позволяют увеличить количество потребляемых витаминов. Каждый придумывает свое особое сочетание по вкусу. Это просто огромное поле для экспериментов!

Сегодня у нас на завтрак овсяные блины. Блюдо, хотя и диетическое, но сытное и питательное. Любим готовить его поутру, и даже заметили, что такая выпечка поднимает настроение.

Тесто готовится как на воде, так и



на молоке. Хотите получить диетическое блюдо, используйте воду, а чтобы сделать посытнее – берите молоко. Как уже сказала выше, рецепт считается диетическим. Это потому, что в составе теста нет муки.

Практическая часть мастер-класса.

**Пилюк Елена Владимировна**

Инструктор по физической культуре,

**Минько Светлана Васильевна**

Воспитатель,

**Морозова Надежда Николаевна**

Воспитатель, МБДОУ «ДС № 9

«Олененок», Краснодарский край, Староминский район, станица Староминская

- Барыкинская Александра Михайловна
- Бешметова Екатерина Сергеевна
- Богданова Ирина Анатольевна
- Бочарова Марина Николаевна
- Ветрова Елена Валерьевна
- Витовская Олеся Петровна
- Воробьева Виктория Игоревна
- Данилова Ольга Николаевна
- Железнова Евгения Викторовна
- Желтова Светлана Александровна
- Кияметдинова Юлия Владимировна
- Козлова Евгения Андреевна
- Колесникова Виктория Олеговна
- Коновалова Вера Евгеньевна
- Кошелева Светлана Сергеевна
- Кулабина Надежда Викторовна
- Кулешова Лилия Руслановна
- Курбанисмаилова Кристина Юрьевна
- Лазарева Елена Евгеньевна
- Мальцева Альфия Равхатовна
- Медведева Анна Николаевна
- Минько Светлана Васильевна
- Михайлюк Ирина Вениаминовна
- Модеева Валентина Геннадьевна
- Морева Маргарита Васильевна
- Морозова Надежда Николаевна
- Пескина Елена Владимировна
- Пилук Елена Владимировна
- Припадчева Елена Анатольевна
- Пронина Галина Владимировна
- Роганова Галина Владимировна
- Рынова Юлия Васильевна
- Сайдумова Фаина Челебиевна
- Салангина Светлана Тимофеевна
- Салтыкова Екатерина Васильевна
- Семикина Лилия
- Сидоренко Ольга Николаевна
- Скворцова София Михайловна
- Соколова Светлана Вячеславовна
- Сорокина Инна Евгеньевна
- Степанова Анастасия Сергеевна
- Суханова Екатерина Николаевна
- Таукина Ольга Сергеевна
- Трифонова Елена Витальевна
- Хайбулина Наталья Григорьевна
- Чечелева Нина Вениаминовна
- Шагинова Елена Александровна
- Шрайнер Александра Ивановна
- Юсупова Люция Фаритовна
- Ячменёва Дарья Леонидовна



## Протокол №3

заседания районного методического объединения инструкторов по физической культуре.

От 20.05. 2022 года.

Присутствовали:

Инструкторы  
по физ. культуре  
ДОУ № 1,  
9,10,15,6,28.

Всего: 11 человек.

**Тема: «Эффективные формы сотрудничества с родителями по вопросам здоровьесбережения»**

### Повестка дня

1. « О взаимодействии с родителями по вопросам формирования основ ЗОЖ у дошкольников через нетрадиционные формы оздоровления».

(Презентация из опыта работы инструктора по ФК Толмачевой И.Н. МАДОУ №10, <https://disk.yandex.ru/d/xfgDFC1HWc6ebQ>)

2. « Об использовании нетрадиционного физкультурно-игрового оборудования в физкультурно-оздоровительной работе с дошкольниками».

(Презентация из опыта работы инструктора по ФК Шевлюги О.Г. ДОУ №8, <https://disk.yandex.ru/i/Rgn-iEOh1F31rA> )

3. « О формировании представлений в семье о правилах соблюдения здорового образа жизни, через игровые ситуации ».

(Презентация из опыта работы инструктора по ФК Герасименко Е.А. ДОУ №28, <https://disk.yandex.ru/i/rLV-0Kujjgu7lQ>)

4. « О пользе и влиянии здорового питания дошкольников на их физическое развитие».

( Мастер-класс из проекта « Здоровое питание- здоровые дети» для педагогов инструктора по

ФК Пилюк Е.В., воспитателей Филько Е.В, Минько С.В., МАДОУ № 9 <https://disk.yandex.ru/i/h61OLjzU7WnJog>)



5. « О значении активного отдыха в семье».

( Презентация из опыта инструктора по ФК Голик Л.Г.ДОУ№6  
<https://cloud.mail.ru/stock/5q8Yuvjcn4kYi8D83NAWLa8D>)

6. « О применении игровых ситуаций с элементами здоровьесберегающих технологий в повседневной жизни дошкольников»

( Мастер-класс для педагогов инструктора по ФК Седой  
О.С.МАДОУ№15 <https://cloud.mail.ru/public/zrAW/KOTiUjUBc>)

**1.Слушали:** Толмачеву И.Н., она представила материал из опыта работы, построенный в игровой форме с использованием основ ЗОЖ у дошкольников через нетрадиционные формы оздоровления

Инна Николаевна использует в своей работе и рекомендует родителям гимнастику для глаз, элементы психогимнастики, пальчиковую гимнастику. Все эти методики благотворно влияет на координацию движений, способствует развитию мелкой моторики рук, их силы, дети становятся внимательными, развиваются все психологические процессы. Игровая форма проведения не только развлекает детей, но способствует формированию представлений об окружающем мире.

Представленный материал И.Н. Толмачевой является хорошим помощником для родителей, где главной задачей является сохранение и укрепление физического здоровья детей, а так же повышение его потенциала.

**2. Слушали:** Шевлюгу О.Г. она представила материал об использовании физкультурного нестандартного оборудования, изготовленного своими руками. Представленное физкультурное нестандартное оборудование носит развивающий характер, оно разнообразное, динамичное, трансформируемое, полифункциональное.

Использование этого нестандартного физкультурного оборудования увеличивает кол-во упражнений для разных групп мышц, а также позволяет применять дифференцированный метод работы с ребятами, имеющими различную патологию. Оксана Григорьевна успешно использует в своей работе оборудование под названием «Туннель». Целью использования этого оборудования является развитие координации движений, ловкости, смелости, умения лазать на четвереньках, опираясь на ладони и колени в замкнутом пространстве ориентироваться в нем. Оборудование «Разноцветные шары» используется в индивидуальной работе с дошкольниками для профилактики при нарушениях осанки. «Гантели» способствуют развитию ОВД, физических качеств: силы, ловкости, развитию координации движений, а также « Тканевые султанчики», «Цветные дорожки» для профилактики плоскостопия.

**3.Слушали:** Герасименко Е.А., представила презентацию из опыта работы о правилах соблюдения ЗОЖ, через игровые ситуации. Данный материал

представляет собой разработку игровых ситуаций в области здоровьесбережения, через различные формы физкультурно-оздоровительной работы. Педагог совместно с родителями проводит интересные квесты: « Дорожки здоровья», « Волшебная шкатулка» « В поисках доктора Айболита», игры-соревнования « Здоровая семья - здоровые дети». Родители активно участвуют в изготовлении оборудования для различных игровых ситуаций. Совместная работа педагогов и родителей позволяет приучать детей с детства к желанию соблюдать и вести ЗОЖ.

**4. Слушали:** Пилюк Е.В., и воспитателей Филько Е.В., Минько С.В., Они совместно провели мастер-класс для педагогов о пользе и влиянии здорового питания дошкольников на их физическое развитие и здоровье в целом. Правильно организованное, полноценное и сбалансированное питание, в значительной мере гарантирует **нормальный рост и физическое развитие детского организма.**

Недостаточно обеспечить ребёнка необходимым набором продуктов, правильно их обработать, приготовить вкусное и питательное блюдо. Важно еще создать такие условия и воспитать такие привычки, которые способствовали бы лучшему усвоению пищи и исключали возможность возникновения заболеваний. Используя интересно подобранные подвижные игры « Полезно, вредно»,

« Съедобное, несъедобное», игры-соревнования « Фрукты и овощи», « Полезные витаминки», « Приготовим салат», « Спортивная кухня», « Здоровое питание» и т.д. Благодаря представленному мастер-классу из совместного проекта « Здоровое питание-здоровые дети», педагоги улучшают знания детей о продуктах питания и их значении для человека, о понятиях «питательные вещества», «правильное», или «здоровое питание», расширяют знания детей о пользе витаминов, их значении для жизни, взаимосвязи здоровья и питания и физического развития каждого дошкольника.

**5. Слушали:** Голик Л.Г., она представила из опыта работы презентацию о значении активного семейного отдыха. Культура семейного отдыха, несомненно, зависит от культуры родителей, от того, как и чем они сами заполняют свое свободное время. Если досуг в семье проводится примитивно, это сказывается и на ребенке. Отсюда и важнейшая родительская задача – учить детей отдыхать с пользой для здоровья. Если у родителей есть какие-либо увлечения, дети охотно их разделяют. Большое влияние на детей оказывает то, как родители проводят время в кругу своей компании. Совместный активный отдых семьи – это удивительная возможность всей семьи побыть вместе, узнать друг друга лучше и сблизиться. Семейный отдых – шанс для родителей лучше понять собственного ребенка, увидеть и услышать, чем он живет. Если проводить свободное время неординарно, то яркие впечатления обеспечены всей семье. Счастливые воспоминания из детства сохраняются на всю жизнь. Так

зарождаются семейные традиции, которые передаются из поколения в поколение и формируются семейные ценности.

Любовь Григорьевна использовала в своей работе интересные виды совместного активного отдыха родителей и детей: посещение тренажерного зала, занятия на стадионе, семейные прогулки, совместные подвижные и сюжетно-ролевые игры, семейный туризм. Совместный отдых способствует укреплению дружбы, доверия между родителями и детьми.

**6.Слушали:** О.С. Седую.,она показала мастер-класс для педагогов, используя игровые ситуации с элементами здоровьесберегающих технологий в повседневной жизни дошкольников. Целью здоровьесберегающих технологий - обеспечить каждого дошкольника возможностью сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни. Ольга Сергеевна, представила интересные игровые упражнения для развития правильного дыхания, для снятия мышечного напряжения ( « Мышка и мишка», « Любопытная Варвара», «Цепочка дружбы» и т. д ), познакомила с коррекционными технологиями: ( Игровые ситуации: « Путешествие на облаке», « Часики», « Лягушки»), кинезиологические упражнения, упражнения для развития мелкой моторики, релаксационные упражнения.

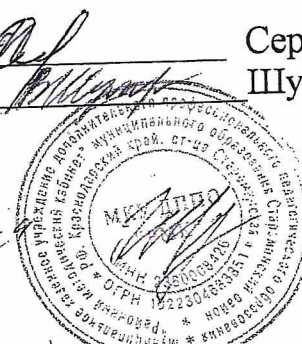
### Решение:

Рекомендовать педагогам использовать здоровьесберегающие технологии в различных видах деятельности. Продолжать работу с родителями по вопросам сохранения и поддержания здоровья детей, пропагандировать здоровый образа жизни.

Руководитель РМО ДОУ №1 \_\_\_\_\_  
Методист МКУ ДППО «РМК» \_\_\_\_\_

Сергань Н.Н.  
Шумилова А.В.

*Подписи удостоверяю  
руководитель МКУ ДППО «РМК»*



*Мердеева Д.А.*

Филько Е.В., Минько С.В., Пилпек Е.В.

*Инструкционно – технологические карты  
на авторские дидактические игры и опыты  
по формированию навыков  
культуры здорового питания*

Методическое пособие для педагогов детского сада



## ПИЛЮК ЕЛЕНА ВЛАДИМИРОВНА

сайт «ЗДОРОВЯЧОК» инструктора по физической культуре

«Быстрее, Выше, Сильнее!»



«Я не боюсь еще и еще раз повторять:  
забота о здоровье - это важнейший труд  
педагога. От жизнерадостности, бодрости  
детей зависит их духовная жизнь,  
мировоззрение, умственное развитие,  
прочность знаний, вера в свои силы»

*В.А. Сухомлинский*

Мои альбомы



На встречу Олимпиаде  
Сочи - 2014



**Профессия:** инструктор по физической культуре

**Профессиональные интересы:**  
изучение здоровьесберегающих технологий, проведение педагогических советов

**Увлечения:** люблю путешествовать в туристические походы.

**Страна:** Россия

**Регион:** Краснодарский край

**Населенный пункт:** станица Староминская

**Место работы:** МБДОУ ДСКВ №9 "Олененок"

Статистика сайта: **263**



# Добро пожаловать!

Навигация

[Видео утренней зарядки и ритмики](#)

[Мои видеозанятия](#)

[МОИ КОНКУРСЫ](#)

[МПК «Я – мастер своего дела»](#)

[Полезные сайты ПЕДАГОГАМ и](#)

[РОДИТЕЛЯМ](#)

[Мой блог](#)

[Для родителей](#)

Последние записи в блоге

[С Днем защитника Отечества](#)

[Краевой конкурс педагогических](#)

[идей "Живой сайт"](#)

