



Утверждаю
Заведующая МАДОУ детского
сада №3 «Ручеек» г. Шагонар
Дас-оол Ч. Д.

**Результативность использования здоровьесберегающих технологий в разновозрастной
санаторной группе «Светлячок» МАДОУ детского сада №3 комбинированного вида
«Ручеек» г. Шагонар в межаттестационный период воспитателя**

Долаан Татьяны Ивановны

Воспитатель Долаан Т. И. организует работу с детьми по здоровьесбережению соблюдая принципы системности и доступности. Она организует на должном уровне предметно - развивающую среду по здоровьесберегающим технологиям.

Здоровьесберегающая технология – это целостная система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, которые осуществляются в процессе взаимодействия ребёнка и педагога, ребёнка и родителей, ребёнка и медсестры садика.

Согласно плана оздоровительно-профилактической работы детского сада МАДОУ детский сад №3 «Ручеек»: ежедневно проводит утреннюю гимнастику, физкультурные занятия в группе и на свежем воздухе.

Вся эта работа осуществляется комплексно, в течение всего дня и с участием медицинских и педагогических работников: воспитателя, психолога, логопеда, музыкального руководителя.

В воспитательно-образовательный процесс работы с детьми детей разновозрастной группы «Светлячок» внедряются следующие виды здоровьесберегающих технологий:

1. технологии стимулирования и сохранения здоровья - это технологии, направленные на сохранение и укрепление здоровья ребенка, развитие его двигательной активности.

К данным технологиям относятся:

- **подвижные игры:** проводятся ежедневно как часть НОД на прогулке, в группе.
- **пальчиковая гимнастика** проводится во время НОД, систематические упражнения пальцев развивают у детей мелкую моторику и координацию движений рук, превращают процесс обучения в увлекательную игру, не только обогащают внутренний мир ребенка, оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, внимания, развивают фантазию;
- **дыхательная гимнастика** осуществляется в различных формах: физкультурно – оздоровительной, а также логопедической работы. Наряду с дыхательной гимнастикой проводится звуковая гимнастика, целью которой является научить детей дышать через нос и подготовить к их более сложным дыхательным упражнениям. Такая гимнастика укрепляет дыхательную мускулатуру, повышает сопротивляемость организма к простудным заболеваниям;

- **гимнастика для глаз** проводится ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки, способствует снятию статического напряжения мышц глаз. Во время её проведения используется наглядный материал, показ педагога;
- **физкультминутки** проводятся во время занятий, по мере утомляемости детей. Во время их проведения включаются элементы гимнастики для глаз, дыхательной, пальчиковой гимнастики и других в зависимости от вида занятия;
- **релаксационные упражнения** способствуют снятию внутреннего мышечного напряжения, помогают детям успокоиться, тем самым привести их нервную систему и психику в нормальное состояние покоя. Для психического здоровья детей необходима сбалансированность положительных и отрицательных эмоций, обеспечивающая поддержание душевного равновесия и жизнеутверждающего поведения.

В своей работе Татьяна Ивановна использует специально подобранные упражнения на расслабление (релаксация) определённых частей тела и всего организма в сопровождении со спокойной классической музыкой (Чайковский, Рахманинов), звуки природы (Одинокий пастух). Выполнение таких упражнений очень нравится детям, так как в них есть элемент игры. Они быстро обучаются этому непростому умению расслабляться, гимнастика после сна проводится ежедневно после дневного сна. В её комплекс входят упражнения в кроватях на пробуждение, воспитание правильной осанки, профилактика плоскостопия, а затем умывание и одевание; игровой час осуществляется в свободное время, организуется незаметно для ребенка, посредством включения воспитателя в процесс игровой деятельности (сюжетно-ролевые игры).

2. технологии обучения здоровому образу жизни:

Цель этих технологий - становление физической культуры дошкольников, осознанного отношения к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умения оберегать, поддерживать и сохранять его, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения.

Данный вид технологий включает в себя:

- **НОД образовательные области: «Физическая культура».** Занятия проводятся в игровой форме, носят интегрированный характер. Детям даются представления об индивидуальности человеческого организма, знакомят со строением некоторых частей тела и основных органов чувств; условиями их охраны и гигиены. Детей подводят к пониманию того, какие факторы влияют на укрепление здоровья человека. Стихи обыгрывающиеся движениями, воспитатель Долаан Т. И. проводит в различной обстановке и в любое время.
- **коррекционные технологии** направлены на обеспечение психического и социального здоровья воспитанников. Основная задача этих технологий - обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения его со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье, обеспечение эмоционального благополучия дошкольника.

Это такие технологии как:

- **Песочнотерапия** является одной из форм психического развития, этот процесс отличается простотой манипуляций, кратковременностью существования создаваемых

образов. Создание последовательных песочных композиций отражает цикличность психической жизни, динамику психических изменений.

- **технология музыкального воздействия** используется в качестве вспомогательного средства как часть других технологий для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения, развития дыхательных путей..

В группе «Светлячок» проводится **обширный комплекс обязательных оздоровительных мероприятий:**

1. Соблюдение температурного режима согласно СанПиН.
2. Правильная организация прогулок и их длительность.
3. -Соблюдение сезонной одежды.
4. -Облегченная одежда в детском саду.
5. -Закаливающие процедуры.
3. Витаминизация, иммунизация и кислородные коктейли.
4. Кварцевание и проветривание помещения.
5. Организация питания детей.
6. Обработка игр, игрушек, пособий.
7. Организация здоровьесберегающей среды.

Реализация этих технологий осуществляется в разных формах организации педагогического процесса: на занятиях и прогулках, в режимных моментах и в свободной деятельности в ходе педагогического взаимодействия взрослого с ребенком.

Физкультурно-оздоровительная работа позволяет ей привлечь родителей к совместным усилиям по оздоровлению детского организма в течение всего пребывания в дошкольном учреждении. Здоровьесберегающие технологии семьи — это создание социально-психологических условий в семье: отсутствие стресса, адекватность требований, единство в воспитании подрастающих детей со стороны взрослых членов семьи; рациональная организация режима дня в соответствии с возрастными, индивидуальными особенностями; создание благоприятного эмоционально-психологического климата; соответствие физической нагрузки возрастным возможностям ребенка; необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим; использование разнообразных видов здоровьесберегающей деятельности членов семьи, направленных на сохранение и повышение резервов здоровья, работоспособности.

Можно выделить основные **типы здоровьесберегающих технологий семьи, которые проводятся с родителями воспитанников Долаан Т. И.:**

1. оздоровительные (физическая подготовка, физиотерапия, ароматерапия, закаливание, гимнастика, массаж, фитотерапия, арттерапия);
2. технологии обучения здоровью (включение бесед, рассказов о пользе здорового образа жизни и последствиях вредных привычек);
3. здоровьесберегающие (профилактические прививки, обеспечение двигательной активности, витаминизация, организация здорового питания);
4. воспитание культуры здоровья (беседы по развитию личности, участие в городских социокультурных мероприятиях, фестивалях, конкурсах, физкультурно-оздоровительных соревнованиях и т.д.).

Вопросы оздоровления ребенка решаются в тесном контакте с семьей. В начале оздоровительного периода Татьяна Ивановна проводит беседу с родителями, что позволяет выяснить отношение их к оздоравливающим мероприятиям, а также учитывать запросы родителей. В течение учебного года ею активно применяются памятки, буклеты по укреплению и профилактике здорового образа жизни, анкеты.

Тематика консультаций (плановых и внеплановых) для родителей (2019-2020 учебного года):

1. Значение режима дня в жизни дошкольников.
2. Профилактика плоскостопия.
3. Следим за осанкой.
4. Бережём наше зрение.
5. Полезные и вредные продукты питания.
6. Режим дня в семье.
7. Как одевать ребёнка на прогулку?
8. Важные советы по здоровьесбережению детей.
9. Роль родителей в укреплении здоровья детей и приобщении их к здоровому образу жизни.
10. Физическое воспитание детей в семье.
11. Десять советов родителям по укреплению физического здоровья детей.
12. Роль разных видов гимнастики в здоровьесбережении детей дошкольного возраста.
13. Что такое ЗОЖ?
14. Профилактика вирусных и простудных заболеваний.
15. Детский травматизм.
16. Ребёнок и компьютер.
17. Польза и вред сотовых телефонов.
18. Заповеди здоровья. и др.

На «День открытых дверей», Татьяной Ивановной совместно с логопедом была проведена НОД «Будь здоров» (итоговое мероприятие по теме «Витамины в нашей жизни» с элементами театрализации). В рамках подготовки к педагогическому совету, ею был организован открытый показ в ДОУ «Гимнастика после сна».

Благодаря систематической работе воспитателя по оздоровлению уровень заболеваемости детей в группе уменьшается, профилактические мероприятия предупреждают болезни, укрепляют здоровье воспитанников; повышается их уровень знаний и умений по физическому развитию, где они проявляют свою двигательную активность, выносливость, выразительность движений, физическую выдержку.

Результаты тестирования физической подготовленности воспитанников показывают о результативности используемых здоровьесберегающих технологий, используемых в работе с детьми.

**Результаты тестирования физической подготовленности воспитанников группы
«Светлячок» за межаттестационный период**

Уровни	2016-2017 учебный год	2017-2018 учебный год	2018-2019 учебный год	2019-2020 учебный год
высокий	83%	85%	85%	86%
средний	16%	15%	15%	14%
низкий	1%	0%	0%	0%

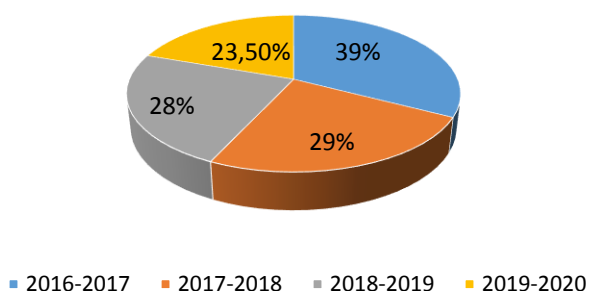
По итогам тестирования прослеживается динамика повышения физической подготовленности детей, соответствующей их возрасту.



Воспитанники Долаан Т. И. стабильно посещают детский сад, согласно мониторинга уровня заболеваемости за отчётный период по списочному составу уменьшается количество случаев заболеваний детей.

Учебный год	Списочный состав	Количество случаев, %
2016-2017	14	39%
2017-2018	15	29%
2018-2019	15	28%
2019-2020	15	23,5%

Заболеваемость воспитанников



Применение воспитателем в полном объёме здоровьесберегающих технологий, ещё раз доказывает повышение результативности воспитательного-образовательного процесса, направленного на сохранение и укрепление здоровья, формирует у детей стойкую мотивацию на здоровый образ жизни и полноценное развитие.

Старший воспитатель



Кунчун А. А.