

**Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад «Березка» структурное подразделение «Звездочка»**

**Аналитическая записка**

**«Использование современных здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе»**

Актуальность данной темы нами обусловлена тем, что сохранение и укрепление здоровья детей – главная задача современного общества. Охране здоровья детей посвящена отдельная статья Федерального закона РФ «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ.

Проблема здоровья подрастающего поколения важна и своевременна как для теории, так и для практики. Её актуальность продиктована введением ФГОС дошкольного образования. Очень важно именно на этапе дошкольного детства сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом. Как помочь нашим детям укрепить и сохранить здоровье, как построить воспитательно-образовательный процесс в детском саду без ущерба для здоровья детей?

В ходе своей работы мы пришли к выводу, что главной задачей нашего детского сада является взаимодействие педагогического персонала и родителей в вопросах оздоровительно – воспитательной работы; формировании привычки к здоровому образу жизни.

Главная цель нашей работы с детьми - сохранять и укреплять их здоровье.

Достижения поставленных целей мы планируем через реализацию следующих задач:

- охрана и укрепление здоровья детей, совершенствование их физического развития, повышение сопротивляемости защитных свойств организма;
- формирование у детей и родителей осознанного отношения к своему здоровью;
- повышение эффективности к процессу обучения за счет средств здоровьесберегающих технологий.

В систему оздоровительной работы включаем следующие здоровьесберегающие технологии:

Утренняя гимнастика, является одним из важных компонентов двигательного режима, ее организация направлена на поднятие эмоционального и мышечного тонуса детей. **Приложение №1**

Динамические паузы - это подвижные, хороводные игры, физкультурные минутки. Проводятся во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Рекомендуется проводить для детей любого возраста в качестве профилактики утомления.

### **Приложение №2**

Пальчиковая гимнастика, которая является действенным способом повышения сопротивляемости детского организма простудным заболеваниям.

Дыхательная гимнастика. От нее во многом зависит физическая и умственная деятельность ребенка, т. к. организм получает кислородное питание. **Приложение №3**

Гимнастика для глаз. Очень полезна для гигиены и профилактики нарушения зрения

Гимнастика после сна. Улучшает настроение детей, поднимает мышечный тонус, способствует профилактике нарушений осанки и стопы.

Игровой массаж. Это комплекс игровых упражнений с носом, руками, ногами, ушами. Он основан на стимуляции биологически активных точек.

Обширное умывание - как эффективный вид закаливания рекомендуется для детей среднего и старшего возраста. Проводится после сна. **Приложение №4**

Стретчинг – это комплекс упражнений, направленный на развитие гибкости и растяжки. В хорошо проветренном помещении выполняются специальные упражнения под музыку. Рекомендуется детям с вялой осанкой и плоскостопием. Ритмопластика - является музыкально-ритмическим психотренингом. **Приложение №5**

Занятие физической культурой в ДОО проходят 3 раза в неделю (один из которых проводится на улице). Физкультурно-оздоровительная работа с детьми дошкольного возраста планируется в соответствии с принципами последовательности, систематичности, а также методов оздоровительной направленности.

Каждое занятие по физической культуре должно приносить радость ребенку, пробуждать у него интерес, стимулировать творческую активность, развивать потребность в разных видах упражнений и подвижных играх.

### **Приложение №6**

В нашем дошкольном учреждении ежедневно во всех возрастных группах предусмотрено несколько форм физического воспитания детей, что способствует укреплению здоровья и позволяет обеспечить необходимую двигательную активность детей в течение всего дня. **Приложение №7**

Каждая технология имеет оздоровительную направленность, а используемая в системе и ежедневно, здоровьесберегающая деятельность в итоге формирует у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и не осложненное развитие.

В процессе физического воспитания дошкольника необходимо создать такие условия для развития, в которых его физические и духовные возможности раскроются полностью. Этому может способствовать индивидуально-дифференцированный подход к ребенку на занятиях по физической культуре, который проявляется при делении детей старшего дошкольного возраста на занятия по физической культуре.

Дифференцированное обучение представляет собой такую его форму организации, когда дети делятся на сравнительно одинаковые группы, основанные на типично сходных проявлениях, что позволяет педагогу осуществлять обучение различное по сложности, методам и приемам работы.

При осуществлении дифференцированного подхода к детям в процессе занятий физической культуры учитываем и половые различия детей. Учитывая данные обстоятельства, при проведении физкультурных занятий со всей группой, в водной и заключительной части организовываем фронтальное выполнение детьми одних и тех же упражнений, а в основной части занятия можно делить детей на подгруппы в зависимости от пола. Каждая группа может выполнять свое задание (комплекс общеразвивающих упражнений для мальчиков с набивными мячами, для девочек – мяч средних размеров; упражнения с гимнастическими палками для мальчиков и с лентами для девочек и т.д.) учитывая нагрузку, методы и приемы.

### **Приложение №8**

Работу по физическому воспитанию детей мы строим, учитывая особенности состояния их здоровья, определяя, отсутствуют или имеются у них отставания в физическом и двигательном развитии, от возрастных нормативов их физических возможностей. Для этого в начале и в конце года инструктор по физической культуре проводит обязательное обследование «Мониторинг по физической культуре».

Применение в работе здоровьесберегающих педагогических технологий повысило результативность воспитательно - образовательного процесса. Дети меньше стали болеть, у них улучшилось внимание и настроение, стали более ловкими, выносливыми и сильными, а использование в оздоровительной работе детского сада традиционных и нетрадиционных форм работы, закаливания и ряда других не медикаментозных средств оздоровления дает положительный результат в оздоровлении детей.

### **Приложение №9. ПОСЕЩАЕМОСТЬ, ЗАБОЛЕВАЕМОСТЬ!!!**

В процессе организации единого здоровьесберегающего пространства ДООУ и семьи, мы используем разнообразные формы работы: открытые занятия с детьми для родителей; педагогические беседы с родителями - общие и групповые родительские собрания; консультации; занятия с участием родителей; выставки пособий («Дорожка здоровья», «Массажная перчатка»), изготовленных вместе с родителями.

Наглядные стенды знакомят родителей с жизнью группы, с возрастными физиологическими особенностями детей. Широко используется информация в родительских уголках, в папках-передвижках («Инструменты здоровья», «Бабушкины рецепты» «Если хочешь быть здоров - закаляйся!», «Правильное питание» и т.д.).

Таким образом, проводимая в ДООУ физкультурно-оздоровительная работа позволяет привлечь родителей к совместным усилиям по сохранению здоровья детского организма в течение всего пребывания в дошкольном учреждении. **Приложение №10**

Образовательная деятельность предполагает проведение занятий и бесед с дошкольниками о необходимости соблюдения режима дня, о важности гигиенической и двигательной культуры, о здоровье и средствах его укрепления, о функционировании организма и правилах заботы о нем, дети приобретают навыки культуры и здорового образа жизни, знания правил безопасного поведения и разумных действий в непредвиденных ситуациях.

В детском саду в достаточном количестве создана предметно развивающая среда по физической культуре. В физкультурном зале и группах детского сада имеется достаточное количество физкультурного оборудования в уголках для обеспечения детей благоприятным уровнем двигательной активности в процессе разных форм физического воспитания дошкольников. Многообразие оборудования и пособий дает возможность продуктивно его использовать в разных видах занятий по физической культуре, при этом создавая их вариативное содержание для развития произвольности движений детей, их самостоятельности и творческих замыслов. В наличии картотеки, беседы для детей, видео фильмы, презентации и методическая литература, а так же консультации для воспитателей по разным видам здоровьесберегающих технологий и применений их в режимных моментах в ДООУ.

Физкультурный зал оснащен: мягкими модулями (тоннелями, полосой препятствия, горками), гимнастическими скамьями, ребристыми досками, мячами, обручами, канатами, гантелями, тренажерами и другими необходимыми для занятий пособиями.

Следует отметить, что в группах детского сада созданы условия для охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, которые представлены: центрами здоровья, где располагается физкультурный и спортивный инвентарь, в том числе нетрадиционное оборудование для проведения закаливающих процедур и профилактики плоскостопия: массажные коврики, мячики, ребристые дорожки, змейки, мячики, обручи, гантели, атрибуты для зрительной и дыхательной гимнастики и другое.

### **Приложение №11**

Всю информацию о проведенных мероприятиях и консультациях систематически выкладываем на сайте детского сада ([http://berezkavih.ucoz.ru/index/osnovnye\\_svedeniija/0-126](http://berezkavih.ucoz.ru/index/osnovnye_svedeniija/0-126)), так же все педагоги ДОО ведут личные странички в социальных сетях работников образования nsportal.ru. **Приложение №12**

С педагогами детского сада тоже проводилась целенаправленная работа по повышению профессиональной культуры, по организации физкультурно-оздоровительной работы. На педагогических советах и семинарах педагоги выступали с докладами: «Организация работы по физическому направлению с детьми дошкольного возраста», «Здоровьесберегающая педагогика как одно из средств реализации новых технологий в оздоровлении», «Использование нетрадиционных здоровьесберегающих технологий» и т.д. Педагоги знакомились с современным педагогическим опытом по оздоровлению детей, с эффективными методиками и технологиями.

Открытые просмотры и взаимопосещения, мастер классы помогают педагогам освоить методы и формы оздоровительной работы с дошкольниками. Также распространяли свой опыт на муниципальном уровне: выступление воспитателей на:

- Районно методическом объединении «Использование нетрадиционных здоровьесберегающих технологий»;
- Муниципальной педагогической ярмарке «Роль дидактических пособий в социально коммуникативном развитии детей» с темой «Развитие коммуникативных способностей, через внедрение инновационных, здоровьесберегающих технологий»;
- Муниципальном фестивале методических инновационных идей «Педагогический вернисаж» с мастер классом «Использование здоровьесберегающих технологий в режимных моментах».

### **Приложение №13**

Сущность опыта заключается в создании педагогических условий использования здоровьесберегающих технологий в работе с детьми дошкольного возраста.

Новизна опыта заключается в том, чтобы помочь воспитателю в полном объеме использовать в традиционной системе обучения здоровьесберегающих технологий, так как детей необходимо подготавливать к здоровому образу жизни.

Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий должна стать приоритетным направлением в деятельности каждого образовательного учреждения для детей дошкольного возраста.

Таким образом, здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании – технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования - задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.