

Наш выбор — здоровье!

Глухова Светлана Васильевна
Ишина Татьяна Ивановна
Аржевикина Татьяна Ивановна

Для создания целостной системы здоровьесбережения детей очень важным является организация предметно- пространственной среды в группе.

В группе «Колокольчики» воспитатели Аржевикина Татьяна Ивановна и Ишина Татьяна Ивановна постарались организовать развивающее пространство так, чтобы каждый ребенок имел возможность упражняться, наблюдать, добиваться поставленной цели.

Предметно-развивающая среда построена по принципу обеспечения здорового образа жизни, безопасности и гигиенического соответствия. Она обеспечивает зону ближайшего развития, интересы девочек и мальчиков.



Для постоянного общения детей с растениями в группе оформлен уголок природы.

В уголке природы дети сосредотачивают свое внимание на большом количестве объектов, что обеспечивает более глубокое их познание. На основе знаний и навыков, которые приобретают дошкольники, формируется интерес к природе, бережное отношение ко всему живому, чувство ответственности.



Они внешне яркие, привлекательные, способные вызвать и удержать еще не очень устойчивое внимание детей дошкольного возраста и абсолютно безопасные для здоровья дошкольников.

В группе оборудован «Уголок здоровья», в котором имеется:

спортивный инвентарь;

- дорожки здоровья;
- материал по организации двигательной активности детей;
- памятки;
- методические рекомендации;
- консультации для родителей;
- картотеки: подвижных игр, комплексы гимнастики после дневного сна, комплексы утренней гимнастики, дидактических игр, физкультминутки, подвижных игр, артикуляционной гимнастике, пальчиковой, Су-Джок терапии.

Имеется литература, папки-передвижки, буклеты.

Такой уголок пользуется популярностью у детей, поскольку реализует их потребность в двигательной активности. Увеличение двигательной активности оказывает благоприятное влияние на физическое и умственное развитие, состояние здоровья детей.

В спортивном уголке группы находятся приспособления для организованной деятельности детей: для проведения спортивных игр и упражнений, поэтому в уголке есть маски для игр, в основном, это те

персонажи, которые чаще всего встречаются в их играх: кот, заяц, лиса, медведь, волк.



Обстановка в группе создана таким образом, чтобы предоставить ребёнку самостоятельно делать выбор. Помещение разделено на несколько центров, в каждом из которых содержится достаточное количество материалов для исследования и игры. В группе имеются центры: искусства, конструирования, драматизации, литературы, естествознания (природы), бытовая зона, игровая зона.

Имеется физкультурный уголок, укомплектованный атрибутами для игр с прыжками (скакалки, колечки, плоские круги), для игр с бросанием, ловлей, метанием (кегли, кольцеброс, мячи, мешочки с песком), имеются ребристые дорожки, созданы условия для гигиенических процедур: расчески, полотенца содержатся в порядке, имеется маркировка и списки детей на них. спорт. инвентарь соответствует санитарным и возрастным требованиям по ФГОС.



Здоровье и развитие ребенка напрямую зависит от того, в каких условиях он живет, как организован процесс его воспитания, какие люди его окружают.

В течение всего года проводим экскурсии, развлечения. Расписание занятий и режим дня определяются уставом ДООУ.

Во время проведения непосредственной образовательной деятельности в обязательном порядке включаются динамические паузы, физкультминутки.

В группе проводим: закаливание, утренняя гимнастика, подвижные и малоподвижные игры, гимнастика после сна, гигиенические процедуры.

Прогулка - обязательный элемент режима дня. На прогулке обеспечиваем возможность для двигательной активности детей, виды игр варьируются в зависимости от сезона.

Проводим спортивные и музыкальные развлечения, праздники (традиционные, фольклорные).



Проектная деятельность позволяет одновременно обеспечивать и развивать у ребенка определённые, реализуемые образовательной программой знания, умения, навыки, и в то же время развивать качества личности, необходимые для установления элементарных, отношений с социумом - миром людей, природы, собственным внутренним миром.

Тема проекта: «Вместе- мы сила!»

Тип проекта: познавательно-оздоровительный

Тема проекта: «Чиполино, Чиполучи»

Тип проекта: исследовательско-творческий

Тема проекта : «Путешествие в страну Витаминию»

Тип проекта : Познавательно-творческий



Организация развивающей среды в ДОУ строится с учетом ФГОС таким образом, чтобы дать возможность наиболее эффективно развивать индивидуальность каждого ребёнка с учётом его склонностей, интересов, уровня активности.



Педагоги при проведении занятий по физической культуре применяют и разнообразный спортивный инвентарь, нетрадиционное оборудование, музыкальное сопровождение для повышения активности детей. Самым ярким и радостным событием в спортивной жизни детей является активный отдых: физкультурные праздники, спортивные досуги, «Дни здоровья».

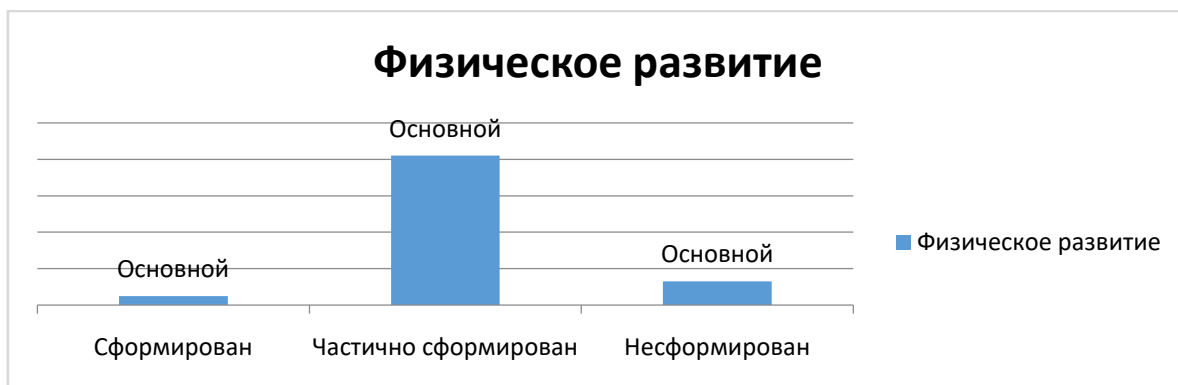
Дети с удовольствием откликаются на оздоровительные игры и упражнения, которые приносят им огромную радость и пользу для здоровья.



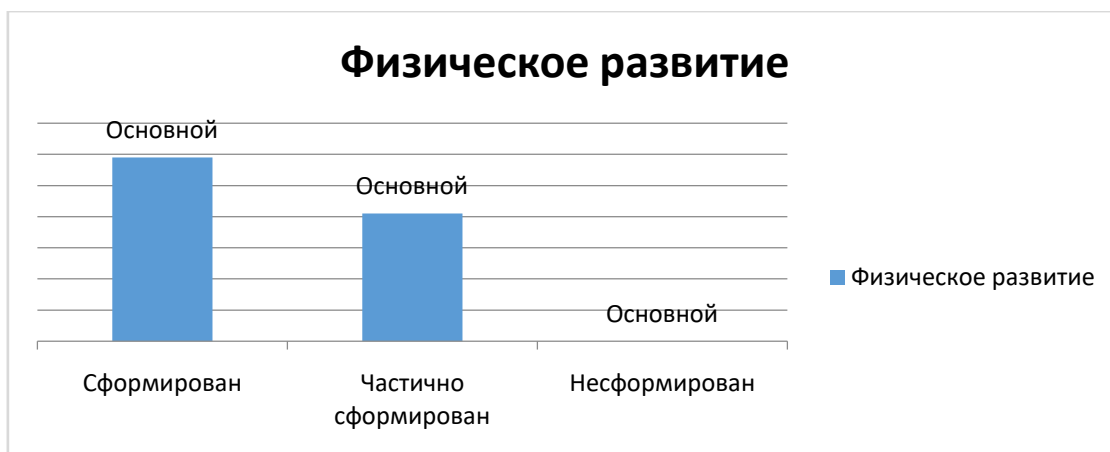
Мониторинг образовательного процесса за 2020-2021 учебный год.

№	Образовательные области	2020-2021г.					
		Сформирован		Частично сформирован		Не сформирован	
		н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.
1	Физическое развитие	1 5%	13 59%	18 82%	9 41%	3 13%	0 0%

**Диаграмма мониторинга образовательного процесса
За 2020-2021гг.(начало года) в %.**



**Диаграмма мониторинга образовательного процесса
за 2020-2021гг.(конец года) в %.**



В группе отмечается сформированность основных движений и потребность в двигательной активности, проявляет положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, дети стремятся к самостоятельности в двигательной деятельности, не наблюдается избирательное отношение к некоторым двигательным действиям и подвижным играм.

Рекомендации на летний оздоровительный период: особо уделять внимание закреплению основных видов движений, развитию основных физических качеств, продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия закаливания организма, формировать основные движения. Ежедневно проводить утреннюю гимнастику в соответствии с возрастными особенностями детей. Провести беседы с родителями часто болеющих детей, порекомендовать литературу о профилактических мерах в борьбе с простудными заболеваниями.

Планирование образовательной деятельности строится в соответствии с лексическими темами недели, расписаны режимные моменты. В календарных планах педагогов Аржевикиной Т.И. и Ишиной Т.И. отражено планирование физкультурных занятий, прогулок, двигательной активности в течение дня, индивидуальная работа с детьми по овладению двигательными умениями.

Использование массажера Су-Джок во время занятия помогает воспитателям поддерживать интерес и увеличивает время активного внимания детей на занятии и вне занятий.

Воспитатели широко используют имитационные приёмы обучения движениям «Роботы», «Прилетели птички», «Слепой и поводырь», «Сигналы» и др., игры малой подвижности.

В течение дня воспитатели планируют оздоровительные мероприятия с детьми - дыхательная гимнастика «Ежик», «Мыльные пузыри», «Ветерок», «Топорики» и др. Ежедневно педагоги планируют как пальчиковую гимнастику так и гимнастику для глаз «Пальчики здороваются», «Гуси», «Домик», «Цветок распускается», «Солнышко встало и закатилось», «Восьмерки», «Маятник», массаж рук во время занятий по ИЗО «Строим дом», «Карандаш», «Рисовали, рисовали», оздоровительные игры «Веселые зверята», «Самолеты», «Гуси». Планируется и проводится ежедневно гимнастика пробуждения: «Кошечки», «Лодочка», «Цапли», «Мы проснулись, мы проснулись».

Детям нравится то, что все оздоровительные гимнастики проводятся в стихотворной форме .

Обе Татьяны Ивановны большое внимание уделяют планированию подвижных игр, как основной двигательной деятельности детей в различное время дня в соответствии с режимом группы: «Карусели», «Мышеловка», «Хитрая лиса», «Летчики! На аэродром!». Утром до завтрака обязательно

возникают игры по интересам детей. Среди них имеют место и самостоятельные подвижные игры среди них.

Очень интересную методику по расслаблению детей выбрали воспитатели - игры для поднятия настроения «Мыльный пузырь», «Из чего же, из чего же», «Веселый старичок – лесовичок», «Великан и мышь».

Валеологический материал включается в структуру ОД по физическому развитию, дается детям в форме бесед в утренние отрезки времени, что способствует расширению знаний детей о строении человека, влиянии физических упражнений на организм, о витаминах, о безопасности жизнедеятельности. Полученные знания дети закрепляют в дидактических, сюжетно-ролевых играх.

Педагоги используют здоровьесберегающие технологии, которые направлены на предотвращение переутомления у детей.



Для снятия психического напряжения и поднятия настроения в группе имеются домики плохого и хорошего настроения. В группе созданы условия для взаимодействия детей с воспитателем и друг с другом.

Также есть уголок уединения, что даёт ребёнку чувство психологической защищённости, помогает развитию личности.

Он выполняет успокаивающую и расслабляющую функцию. Ребенок может отдохнуть, побыть наедине с собой, поиграть в дидактические игры, посмотреть книжку или просто помечтать, снижение уровня тревожности, психологического напряжения, повышение настроения. Развивающая среда обогащена такими элементами, которые бы стимулировали познавательную, развивающую, двигательную и иную активность детей.



В группе ведется достаточная информация о проводимых в группе мероприятиях по здоровьесбережению: имеются новые информационные уголки, наполненные разнообразной информацией по оздоровлению дошкольников. Педагоги разрабатывают для родителей буклеты, памятки, папки-передвижки и т.д. Информация размещаемая в уголках насыщенная, полезная и актуальная. По итогам проведенных мероприятий педагоги оформляют фотоотчеты которые размещают в группах для родителей, на официальном сайте детского сада, а также проводится в онлайн-режиме.



В план проведения совместных мероприятий включены:

- физкультурные досуги;
- музыкально – спортивные развлечения;
- дни здоровья;
- оздоровительные каникулы.

Совместные мероприятия являются наиболее эффективной формой работы. Подтверждением этого служат следующие факторы:

- совместная с детьми деятельность раскрепощает родителей, способствует сближению в общении “педагог – дети – родители”;

- родители знакомятся с физкультурно-оздоровительной работой дошкольного учреждения и охотно осваивают физические упражнения, тем самым у них формируются практические умения и навыки в области сохранения и укрепления здоровья детей, системного физического воспитания в семье;

- родителям предоставляется возможность понаблюдать за своими детьми (на фоне других детей), что позволяет оценить результаты своего воспитания и уровень физического развития ребенка в данный период;

- в процессе таких занятий устанавливается эмоционально-тактильный контакт, теплые, доверительные отношения между родителем и ребенком.



В последнее время наблюдается тенденция того, что дети в детском саду и дома отказываются от многих полезных и вкусных блюд. У одних детей отмечается снижение аппетита, а у других проявляется повышенный аппетит, приводящий к избыточной массе тела.

Поэтому воспитатели Аржевикина Т.И. и Ишина Т.И. определили одной из задач воспитания у детей здорового образа жизни – культуру питания. Основные формы работы, применяемые воспитателями – это непрерывная образовательная деятельность, игры, развлечения, викторины, досуги, проекты.

Интересными и познавательными были проведены воспитателями Аржевикиной Т.И., Ишиной Т.И. занятия: «Полезные продукты», «Если хочешь быть здоров», «Полезная каша», «Хлеб – всему голова», «Накроем стол для гостей», «Правила поведения за столом», они способствовали решению поставленных задач и затрагивали все стороны и принципы правильного питания. Обязательным приемом НОД является приход сказочных героев: Айболит, Незнайка, Витаминка, которые превращают занятие в игру, увлекают детей.

Досуги «Путешествие в страну здоровья», «В гостях у Витаминки», викторина «Полезные и вредные продукты» способствовали закреплению знаний о важности правильного питания, соблюдения гигиенических требований, о правилах сервировки.

Сюжетно-ролевые игры «Ждем гостей», «День рождения куклы Маши», «Супермаркет», «Детское кафе», «Дочки-матери», игры-«повторялки» «Купим мы с бабушкой», музыкально-ритмические игры «Муха-Цокотуха», «Варим борщ» помогают отработать полученные навыки сервировки стола, правил культуры поведения в общественных местах, рационального питания. Дети в играх опираются на свой опыт.

Воспитатели группы «Колокольчики» широко используют дидактические игры: «Отгадай по запаху», «Угадай по вкусу», «Приготовь салат», «Свари компот», «Полезно-вредно», «Поле чудес», «Разложи столовые приборы», которые способствуют знакомству детей с особенностями приготовления блюд, помогают выявить полезные и вредные свойства продуктов, последовательность подачи блюд, вызывают интерес к разнообразным вкусам блюд.



Практические занятия учили детей самостоятельно сервировать стол, пользоваться столовыми приборами, вести беседу за столом, а экскурсии на пищеблок закрепляли полученные знания.

Воспитатели часто используют в режимных моментах проблемные ситуации, побуждающие детей находить правильный ответ. Экспериментальная деятельность проводилась по темам: «Почему меняет цвет разрезанное яблоко?», «Как мы различаем разные вкусы?», «Фокусы с кока-колой», «Почему молоко «боится» лимон?».

Планомерная работа воспитателей Аржевикиной Т.И. и Ишиной Т.И. позволяет делать результаты, что у детей группы «Колокольчики» правильно формируется культура приема пищи.

Список использованных источников:

1. <https://infourok.ru/spravka-po-zdorovesberezheniyu-effektivnost-raboti-dou-po-formirovaniyu-zdorovogo-obraza-zhizni-detey-doshkolnogo-vozrasta-chere-1775869.html>
2. <https://nevarono.ru/post-1812/>
3. <http://lib-5.ru/urok4/urok-312942.php>
4. <https://detskayapoliklinika-himki.ru/novosty/operativnyj-kontrol-po-zozh-v-dou.html>