

Отчет по программе «Здоровый малыш» за период 01.09.2020 – 31.05.2021

Обеспечение здоровья и здорового образа жизни воспитанников.

Физкультурно - оздоровительная работа в ДОУ ведётся в системе: прогулки на воздухе, физкультурные занятия на воздухе; босохождение, организуются физкультурно – оздоровительные мероприятия: утренняя гимнастика, гимнастика после сна, физические упражнения и подвижные игры, корригирующая гимнастика. Работа по формированию представлений и навыков здорового образа жизни реализуется через все виды деятельности детей в детском саду. Данная работа также включает в себя взаимодействие с семьей, привлечение родителей к закреплению навыков здорового образа жизни. Совместно с родителями организуются спортивные праздники, досуги. Для систематизации образовательной работы по физическому воспитанию разработан план:

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ ПО СОХРАНЕНИЮ И УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ ВОСПИТАННИКОВ и ФОРМИРОВАНИЮ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗОЖ

№	Организованная деятельность	Группа	Кол-во проведенных	Ответственный	Примечание
1.	Физкультурные занятия	Гр. раннего возраста	2 раза в неделю	Воспитатели	Летом – на воздухе
		Дошкольного возраста	3 раза в неделю		Для детей 5-7 лет 2 занятия в зале, 1 – на воздухе; летом – на воздухе во всех группах
2.	Утренняя гимнастика	Гр. раннего возраста	Ежедневно	Воспитатели,	Летом – на воздухе
		Дошкольные группы			
3.	Индивидуальная работа по формированию двигательных навыков	Все группы	ежедневно	Воспитатели	Летом – на воздухе
4.	Подвижные и спортивные игры и упражнения вне занятий	Все группы	Ежедневно	Воспитатели	В т.ч. – на воздухе
5.	Час двигательной активности	С I мл. группы	1 раз в неделю	Воспитатели	Летом – на воздухе
6.	Физкультурный досуг	С I мл. группы	1 раз в месяц	Воспитатели	Летом – на воздухе
ЗАКАЛИВАЮЩИЕ МЕРОПРИЯТИЯ					
1.	Воздушное закаливание в сочетании с бодрящей гимнастикой после сна	Все группы	Ежедневно (при оптимальном температурном режиме)		Воспитатели
2.	Босохождение (занятия после сна)	Все группы	Ежедневно (при оптимальном температурном режиме)		Воспитатели
ФОРМИРОВАНИЕ У ДЕТЕЙ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗОЖ					

1	Спортивный праздник (развлечение, соревнование)	Подготовительная к школе группа старшие группы	Февраль Апрель	Воспитатели
2	Дидактические игры и упражнения по формированию		1-2 раза в неделю	Воспитатели

На информационных стендах для родителей в каждой возрастной группе, на сайте ДОО в рубрике «Для Вас родители» освещаются вопросы оздоровления детей через памятки, консультации, ширмы. Двигательная активность является важным компонентом здорового образа жизни дошкольников. Она зависит от организации физического воспитания детей, от уровня их двигательной подготовленности, от условий жизни, индивидуальных особенностей, телосложения и функциональных возможностей растущего организма.

Двигательная активность – это естественная потребность детей дошкольного возраста, поэтому в ДОУ создаются все необходимые условия для самостоятельной двигательной активности детей – это и наличие в каждой группе физкультурного центра, спортивного оборудования, инвентаря, дидактического материала, учитываются принципы построения развивающей предметно-пространственной среды.

Педагоги ДОУ закрепляют у детей приобретенные ранее знания и навыки, умения, развивают физические качества (скоростных, скоростно-силовых, силы и гибкости).

Педагоги активно используют педагогические технологии:

- Психогимнастика (М.И. Чистякова)
- Дыхательная гимнастика (А.Н. Стрельникова)
- здоровьесберегающие технологии.

Здоровьесберегающие технологии

Виды здоровьесберегающих педагогических технологий	Время проведения в режиме дня	Особенности методики проведения
1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья		
Динамические паузы	Во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей	Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия
Подвижные и спортивные игры	Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой со средней степенью подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп	Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В ДОО используются лишь элементы спортивных игр
Релаксация	В любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп	Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы

Гимнастика пальчиковая	С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно	Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время)
Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста	Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога
Гимнастика дыхательная	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры
Гимнастика бодрящая	Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин.	Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание; ходьба по ребристым дощечкам; легкий бег из спальни в группу с разницей температуры в помещениях и другие в зависимости от условий ДОУ
Гимнастика корригирующая	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей
Гимнастика ортопедическая	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы
2. Технологии обучения здоровому образу жизни		
Проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия)	В свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом	Занятие может быть организовано не заметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности
Коммуникативные игры	1-2 раза в неделю по 30 мин. со старшего возраста	Занятия строятся по определенной схеме и состоят из нескольких частей. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой и др.
Самомассаж	В зависимости от поставленных педагогом целей, сеансами либо в различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму

В ДОУ созданы условия для физического и психического комфорта ребенка, осуществляется профилактика различных заболеваний. Воспитателями постоянно поддерживается потребность в двигательной активности детей, и создаются условия для переживания «мышечной радости». Проводятся традиционные и нетрадиционные виды занятий, динамические паузы, физкультминутки.

В этом учебном году (апрель 2021года) все педагоги прошли обучение в АНЧО ДПО УЦ «Среднерусская академия современного знания»г.Калуга по программе «Первая помощь в образовательной организации» в объеме 72 часа. Все получили удостоверение.

Компоненты ЗОЖ реализованные в течении учебного года с детьми и родителями в МАДОУ №20:

- Строгое соблюдение режима дня. Для родителей проведены консультации: «Соблюдайте режим дня», «Соблюдение режима дня - основа легкой адаптации детей раннего возраста».

- Для детей организовано пятиразовое питание в соответствии с требованиями СанПиН. Для родителей была размещена информация о рационе питания, витаминизации блюд, замене блюд. В родительских уголках располагалась информация «Организация питания в ДОО», «Как правильно кормить ребенка дома», «Витаминки из корзинки», «Здоровое питание» и др.

- Использовали в работе с детьми здоровьесберегающие технологии:

- Гимнастика пальчиковая
- Гимнастика для глаз
- Гимнастика дыхательная
- Гимнастика для профилактики плоскостопия
- Гимнастика бодрящая
- Точечный самомассаж

Для родителей в группах ВК выставляли консультации: «Пальчиковая гимнастика»- 1и 2 младшая группа, «Точечный массаж» для старшего возраста. Консультации о профилактике плоскостопия в средней группе.

- В течении учебного года с детьми проводилась работа согласно годовому плану и плану НОД:

1. Занятия ФИЗО - 2-3 раза в неделю
2. Часы двигательной активности - еженедельно
3. Утренняя гимнастика - ежедневно
4. Гимнастика пробуждения – ежедневно
5. Индивидуальная работа по формированию двигательных навыков- 2 раза в неделю, на прогулке ежедневно,
6. Физкультурный досуг- 1 раз в неделю
7. Подвижные и спортивные игры, упражнения вне занятий – ежедневно.

Для родителей были подготовлены консультации: «Расти здоровым малыш» - группа раннего возраста, «Если хочешь быть здоров» - 2 младшая группа, «Физические возможности детей» - средняя группа, «Особенности физического развития детей» старшая группа, «Приобщение ребенка к спорту» - подготовительная к школе группа.

- Закаливающие процедуры в ДОО: -Проведение щадящего закаливания для детей 3-7 лет – ежедневно. Воздушное закаливание в сочетании с бодрящей гимнастикой после сна- ежедневно (при оптимальном температурном режиме). Босохождение – все группы.

Для родителей подготовили консультации: «Закаливание – средство ЗОЖ», «Прогулка на свежем воздухе - основа закаливания детей».

- Проводилась работа с детьми во всех группах по воспитанию культурно – гигиенических навыков.

- Педагоги старались создать психологически благоприятную обстановку в ДОО для нахождения воспитанников в течении всего времени.

Проводили беседы – консультации с родителями о индивидуальных психологических особенностях детей.

В течении года проводились занятия по ЗОЖ согласно годовому плану.