

Технология оздоровления детей дошкольного возраста «КРЕПЫШ»



Разработчики:

Полехина Светлана Михайловна, старший воспитатель высшей квалификационной категории,

Незнахина Евгения Викторовна, инструктор по ФИЗО первой квалификационной категории

г. Новосибирск,
2020

муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
города Новосибирска
«Детский сад № 432 «Солнечный зайчик»

Адрес: г. Новосибирск, 630052
Тульская 270/5
ds_432@edu54.ru

т. 343-07-45
343-05-30

ПРИНЯТО:
На педагогическом совете
МКДОУ д/с № 432
Протокол №
от 27.08 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий
МКДОУ д/с № 432
Писарева Т. П. Терентьева
Приказ № 09-54
от 27.08 2020 г.



Технология оздоровления детей дошкольного возраста «КРЕПЫШ»

*(технология определяет основные направления оздоровления детей в детском саду,
задачи, а также пути их реализации)*

Разработчики:

Полехина Светлана Михайловна, старший
воспитатель высшей категории,
Незнахина Евгения Викторовна
Инструктор по физической культуре,
Первой квалификационной категории

«Актуальная проблема воспитательно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении»

*Желаю вам цвести, расти,
Копить, крепить здоровье.
Оно для дальнего пути –
Главнейшее условие.*

С.Я. Маршак

Роль физического воспитания в современном дошкольном образовании становится все более значимой и актуальной, поскольку гармоничное развитие ребенка невозможно представить без комплексного подхода в формировании основ его здоровья. Известно, что здоровье ребенка – достаточно сложное интегральное понятие, включающее характеристики не только физического и психического развития, но и адаптивные возможности организма. Именно совокупность этих компонентов обеспечивает необходимый для предстоящей учебной деятельности уровень его умственной и физической работоспособности.

Двигательная активность человека является биологически обусловленной потребностью, выступая мощным фактором формирования морфофункционального фенотипа, который обеспечивает не только высокий потенциал его биологического и психофизического здоровья, но и высокую резистентность защитных свойств организма к дезадаптации и патологии. Слабое физическое развитие организма человека, связанное главным образом, дефектами физического воспитания, как правило, в детстве, становится фактором риска в возникновении и прогрессировании большинства болезней. При этом оптимальные физические нагрузки, напротив, положительно влияют на жизненную активность всех внутри- и внесистемных функциональных структур, повышая устойчивость организма к различным заболеваниям.

Наш детский сад работает по ООП, где в среднем отводится от 12 % до 18% организованному двигательному режиму общего 12-часового бюджета времени пребывания ребенка в детском саду (в зависимости от возраста), что явно недостаточно и, прежде всего, для решения оздоровительных задач, определенных в качестве приоритетных концепцией дошкольного воспитания.

Таким образом, учитывая важность периода первого детства, возникла необходимость в разработке технологии оздоровления детей с повышенным объемом физической нагрузки преимущественно циклического характера (таблица 1).

Обосновывается комплексный подход к воспитательно-оздоровительной работе в ДООУ, включающий:

- Разработку рационального режима дня с учетом возрастнo-психических и индивидуальных особенностей ребенка;

- Создание условий для оптимального развития моторики с преобладанием циклических упражнений в двигательной активности детей;
- Обеспечение эффективности закаливания;
- Требования к адекватному питанию детей;
- Учет климатогеографических и экологических особенностей региона;
- Взаимодействие с родителями.

Здоровье, по определению Всемирной Организации Здравоохранения, это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков. Исходя из этого определения МДОУ д/с № 432 разработана оздоровительную технологию.

Задачи технологии:

1. Охранять и укреплять здоровье детей, совершенствовать «физическое развитие, повышать свойства организма, улучшать физическую и умственную работоспособность.
2. Формировать у всех участников образовательного процесса осознанное отношение к своему здоровью.
3. Воспитывать в детях, родителях потребность в здоровом образе жизни как показателе общечеловеческой культуры.
4. Приобщать детей и взрослых к традициям большого спорта (лыжи, баскетбол, футбол, волейбол).
5. Развивать основные физические способности (силу, быстроту, ловкость, выносливость и др.) и умение рационально использовать их в различных условиях.
6. Формировать и совершенствовать двигательные умения и навыки, обучать новым видам движений, основанных на приобретённых знаниях и мотивациях физических упражнений.
7. Способствовать усвоению правил соблюдения гигиенических норм и культуры быта, связывая воедино элементы анатомических, физиологических и гигиенических знаний.
8. Помочь педагогам и родителям организовать с детьми дошкольного возраста оздоровительную работу, направленную на формирование у них мотивации к здоровому образу жизни, поведенческих навыков здорового образа жизни.
9. Создать оптимальный режим дня, обеспечивающий гигиену нервной системы ребёнка, комфортное самочувствие, нервно-психическое и физическое развитие.

Технология разработана в результате практической работы с детьми и родителями, на основе наблюдений, диагностирования, поисков и размышлений.

Ожидаемый результат:

1. Достижение стабильных качественных показателей оздоровительной работы;
2. Создание системы мер, обеспечивающих охрану и укрепление здоровья воспитанников;
3. Психологическая комфортность и безопасность условий пребывания детей дошкольного возраста в детском саду;
4. Создание современной предметно-развивающей среды, обеспечивающей охрану и укрепление физического и психического здоровья детей: оборудование центров двигательной активности детей в группах; соответствие физкультурного оборудования и инвентаря программным требованиям; гарантия безопасности занятий;
5. Осознание взрослыми и детьми понятия «здоровье» и влияние образа жизни на состояние здоровья;
6. Снижение уровня заболеваемости детей;
7. Увеличение количества дней, проведенных ребенком в детском саду;
8. Сформированность у детей культурно-гигиенических навыков, знаний о правильном питании, умений в организации самостоятельной двигательной деятельности (подвижные игры, упражнения, гимнастики и пр.)
9. Повышение профессиональной компетентности педагогов, которая предполагает: знание программ, методик и технологий по здоровьесбережению детей; использование в работе диагностических данных о ребенке; создание условий для полноценного физического, психического и социально-личностного развития ребенка; систематическое планирование физкультурно-оздоровительной работы.

Законодательно – нормативное обеспечение

1. Закон РФ «ОБ образовании».
2. Санитарные нормы и правила, утвержденные совместным постановлением Министерства образования РФ и Госсанэпиднадзором.
3. Устав МКДОУ д/с № 432.

Ожидаемые результаты

1. Осознание взрослыми и детьми понятия «здоровья» и влияния образа жизни на состояние здоровья;
2. Повышение уровня ориентации к современным условиям жизни;
3. Овладение навыками самооздоровления;

4. Снижение уровня заболеваемости.

Объекты технологии оздоровления детей

- Дети дошкольного образовательного учреждения.
- Семьи детей, посещающих детский сад
- Педагогический коллектив детского сада

Основные принципы

1. **Принцип научности** – подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками.

2. **Принцип активности и сознательности** – участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей.

3. **Принцип комплексности и интегративности** – решение оздоровительных задач в системе всего учебно–воспитательного процесса и всех видов деятельности.

4. **Принцип преемственности** – поддержание связей между МКДОУ и школами №15 и №187.

5. **Принцип результативности и гарантированности** – реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возраста и уровня физического развития детей.

Принципы в работе с детьми: демократизация, гуманизация и индивидуализация, которые, в свою очередь, предполагают отказ от насилия, подавления личности, подчинения её педагогу, создающему условия, умело и осторожно направляющему развитие ребёнка.

Технология разработана в результате практической работы с детьми и родителями, на основе наблюдений, диагностирования, поисков и размышлений. При разработке мы руководствовались следующими принципами в работе с детьми: демократизация, гуманизация и индивидуализация, которые, в свою очередь, предполагают отказ от насилия, подавления личности, подчинения её педагогу, создающему условия, умело и осторожно направляющему развитие ребёнка. Педагогический коллектив ДОУ во главе с заведующей стремится превратить детский сад в дом для детей с определёнными обычаями, определённым уровнем культуры. Дом, в котором и детям, и взрослым уютно комфортно, в котором ребенка ждут и любят. Дом, где основной стиль взаимоотношений - сотрудничество и сотворчество, а контакты и общение основаны на личностных отношениях, а не на управлении и подчинении. Родители в этом доме являются равноправными членами общей семьи и участвуют в его жизни.

Технология реализуется в следующих направлениях:

- 1) Работа с детьми.
- 2) Работа с педагогами.
- 3) Работа с родителями.
- 4) Укрепление материально-технической базы учреждения. Для реализации задач, намеченных технологией «КРЕПЫШ».

В ДОУ созданы следующие условия:

- имеется зал для физкультурных занятий, который оборудован необходимым инвентарём: несколько гимнастических скамеек, спортивные маты, «беговая дорожка», гимнастические стенки, наклонные доски, ребристые доски, лестницы для перешагивания и развития равновесия, резиновые коврики, массажные коврики для профилактики плоскостопия, массажеры для стоп, оборудование для вестибулярного аппарата («диски здоровья»), мячи, обручи, мешочки с песком, лыжи, канат, кегли и другое необходимое оборудование. Всё это позволяет включить в работу большую группу детей, что обеспечивает высокую моторную плотность занятий;

- спортивная площадка для занятий на воздухе оснащена необходимым инвентарём и оборудованием: «ямой» для прыжков в длину, «полосой препятствий» для развития выносливости, двумя баскетбольными щитками, двумя стойками для волейбольной сетки, гимнастической стенкой и бревном;

- в группах имеется картотека подвижных игр с необходимыми шапочками и другими атрибутами;

- имеется материал для развития мелкой моторики пальчиковых игр: в каждой возрастной группе имеются уголки движения (спортивные уголки), где дети занимаются как самостоятельно, так и под наблюдением педагогов;

- заключен договор со спорткомплексом «Заря» для посещения детьми бассейна, после занятий в бассейне детям предлагаются лечебные чаи;

- 2 кабинета логопеда для индивидуальной коррекционной работы;

- работают узкие специалисты: педагог-психолог, учитель-логопед, инструктор по физическому воспитанию, музыкальный руководитель;

- в каждой возрастной группе имеются зоны уединения для снятия эмоционального напряжения.

В перспективе:

- на территории детского сада создать «тропу здоровья», где дети отдыхают, проводятся экологические занятия, праздники в увлекательной форме, экологические развлечения, корригирующие упражнения. На «тропе» дети наблюдают за животным миром, ухаживают за растениями, проводят опытническую и поисковую деятельность;

- пополнять оборудование зала для физических занятий;
- пополнять оборудование на спортивной площадке и на групповых игровых площадках;
- медицинского (ингалятор, тубус-кварц);
- спортивного (модуль «Полоса препятствий», «Островок», сухой бассейн, мячи малые и большие, малые тренажеры);
- мебели (стулья, столы, кровати – соответственно возрасту);
- продолжать работу по совершенствованию предметно-развивающей среды, внедрение новых эффективных моделей;
- продолжить работу с родителями по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей;
- участие в научно-практических конференциях, семинарах, совещаниях различного уровня по вопросам оздоровления детей.

Технология «Крепыш» предполагает возможность самостоятельного отбора воспитателями, узкими специалистами ДОО содержания обучения и воспитания. Предлагаются различные методики, позволяющие использовать в работе как традиционные программы и методы, так и инновационные для укрепления и сохранения здоровья детей, педагогов и родителей.

Технология



Работа с детьми

Осуществляется воспитателями, помощниками воспитателей, медицинскими работниками, инструктором по физическому воспитанию, педагогом-психологом, учителями-логопедами, музыкальными руководителями. Она включает в себя 10 разделов:

1. Диагностика.
2. Полноценное воспитание.
3. Система эффективного закаливания.
4. Организация рациональной двигательной активности.
5. Создание условий организации оздоровительных режимов для детей.
6. Создание представлений о здоровом образе жизни.
7. Применение психогигиенических и психопрофилактических средств и методов.
8. Коррекционная работа.
9. Лечебно-профилактическая работа.
10. Летние оздоровительные мероприятия.

Мониторинг

Мониторинг- комплекс мероприятий (наблюдение, анкетирование, тестирование, и др.), которые помогают глубоко узнать ребёнка «во всех отношениях», определить исходные показатели психического и физического здоровья, двигательной подготовленности, объективные и субъективные критерии здоровья. Медицинские работники (врач-педиатр и медсестра), изучая анамнез развития ребенка, выявляют часто болеющих детей, страдающих хроническими заболеваниями.

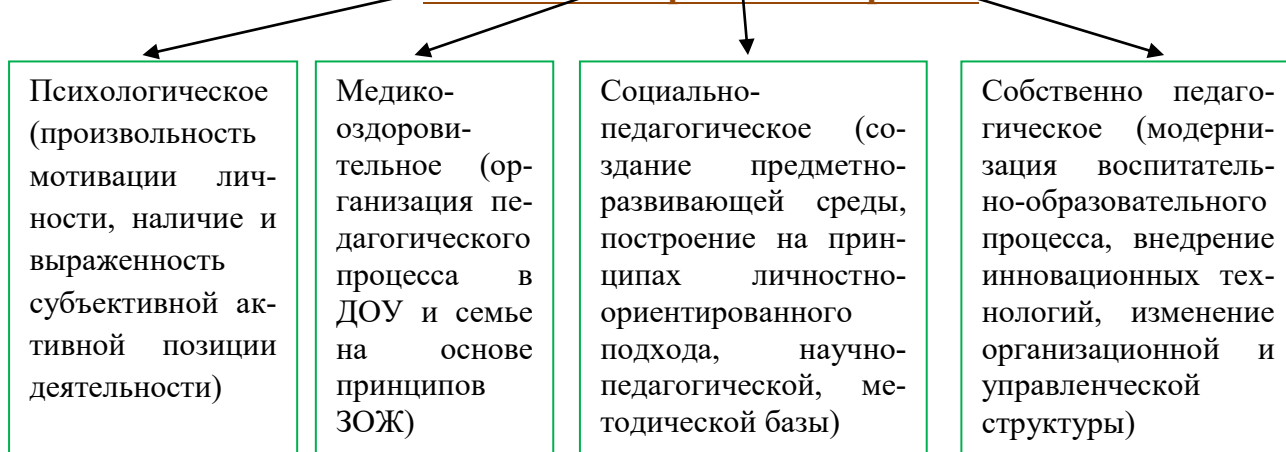
Учёт возрастных и личностных особенностей обследуемого совместными усилиями педагогов и медицинских работников позволяет не только выявить имеющиеся у ребёнка проблемы, трудности, но и его потенциальные возможности. Так, воспитатели группы диагностируют знания, умения, навыки, предусмотренные программой «Детство» и М.А. Васильевой, наблюдают за поведением ребенка в повседневной жизни; учитель-логопед обследует звукопроизношение ребёнка, состояние его фонематического слуха, слоговую структуру слова, связную речь; педагог-психолог выявляет индивидуальные особенности развития психических процессов, особенно поведения и эмоционально-волевой сферы; инструктор по физкультуре осуществляет контроль за развитием крупно моторных и мелкомоторных навыков, уровнем двигательной активности, организует тестирование по физической подготовке; музыкальный руководитель обследует состояние уровня музыкального развития.

Итогом обследования является проведение психолого медико-педагогического консилиума, на котором обсуждаются диагностические данные по выявленным проблемам у детей, берутся под контроль наиболее сложные дети, намечается дальнейший план индивидуальной работы. Консилиум собирается 3 раза в год. Первый проводится в конце сентября на начало учебного года, второй - промежуточный - в январе, третий - в мае по итогам учебного года.

При организации оздоровительной, лечебно-профилактической и коррекционной работы, учитывая физиологическое и психологическое состояние детей, в режим дня и сетку занятий вносятся изменения в связи с тем, что некоторые дети занимаются индивидуально, по щадящему режиму.

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ МОДЕЛЬ ВОСПИТАТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ ДОУ

Основные направления в работе



Педагогический процесс

Работа с педагогами

Работа с сотрудниками - одно из важнейших направлений по укреплению и сохранению соматического, психологического и физического здоровья детей, построенная на следующих принципах:

- актуализация внимания воспитателей на том, что в педагогической валеологии у них главная социальная роль;
- просветительная работа по направлениям технологии «Крепыш» и т. д.;
- консультации воспитателей по сохранению собственного здоровья, проигрывание с ними возможных проблемных ситуаций: больной педагог - здоровый воспитанник; здоровый педагог - больной воспитанник; больной педагог - больной воспитанник;

- обучение педагогов приёмам личной самодиагностики здоровья в физическом, социальном, психическом аспекте, а также методике обучения дошкольников приёмам личной самодиагностики.

Организационные методические мероприятия:

1. Знакомство и внедрение в практику работы ДООУ новых программ, технологий в области физического воспитания детей дошкольного возраста.
2. Разработка систем физического воспитания, основанных на индивидуально-психологическом подходе.
3. Внедрение новых технологических методов коррекции и реабилитации в упражнениях для детей с различными видами нарушений в психическом и физическом развитии, а также темы их социального сопровождения после выпуска из дошкольного учреждения.
4. Диагностика состояния здоровья детей всех возрастных групп.
5. Разработка и внедрение психологических, педагогических, валеологических и медицинских методов коррекции.
6. Внедрение сбалансированного разнообразного питания. Организация межведомственных скоординированных действий по уменьшению детского травматизма и отравлений.
7. Пропаганда здорового образа жизни (проведение конкурсов, распространение рекламно-информационной литературы).
8. Обучение дошкольников здоровому образу жизни, приёмам личной самодиагностики, саморегуляции, проведение бесед, валеологических занятий, психологических тренингов, привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.

Методические рекомендации по оздоровлению:

- Мероприятия по формированию у дошкольников мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни.
- Максимальное обеспечение двигательной активности детей в детском саду на занятиях по физкультуре, в перерывах между занятиями, использование физкультурных минуток, пальчиковой гимнастики на развивающих занятиях.
- Необходимо широкое использование игровых приёмов, создание эмоционально-значимых для детей ситуаций, обеспечение условий для самостоятельной практической личностно и общественно значимой деятельности, в которой дети могли бы проявлять творчество, инициативу, фантазию.
- Привитие дошкольникам чувства ответственности за свое здоровье.
- Обучение дошкольников здоровому образу жизни.
- Обучение дошкольников приёмам личной самодиагностики.
- Беседы, валеологические занятия.

- Психологические тренинги.

Социально-педагогическое

- В каждой группе организован спортивный уголок,
- Занятия проводятся в соответствии с нормами СанПиНа,
- Соблюдены нормы освещения и мебель соответствует ростовым нормам,
- Выполнение режимных моментов,
- К каждому ребенку организован индивидуальный подход.

Медико-оздоровительное

Закаливание

Закаливание обеспечивает тренировку защитных сил организма, повышение устойчивости к воздействию меняющихся факторов окружающей среды и является необходимым условием оптимального развития ребенка.

Основные факторы закаливания:

- закаливающее воздействие органично вписывается в каждый элемент режима дня;
- закаливающие процедуры различаются как по виду, так и по интенсивности;
- закаливание проводится на фоне различной двигательной активности детей на физкультурных занятиях, в плавательном бассейне, других режимных моментах;
- закаливание проводится на положительном эмоциональном фоне и при тепловом комфорте организма детей;
- постепенно расширяются зоны воздействия и увеличивается время проведения закаливающих процедур.

В детском саду проводится обширный комплекс закаливающих мероприятий:

- ❖ Соблюдение температурного режима и режима проветривания в течение дня.
- ❖ Правильная организация прогулки и её длительность.
- ❖ Соблюдение сезонной одежды во время прогулок с учётом индивидуального состояния здоровья детей.
- ❖ Облегчённая одежда для детей в детском саду.
- ❖ Сон в трусах.
- ❖ Дыхательная гимнастика после сна.
- ❖ Мытьё прохладной водой рук по локоть, шеи, верхней части груди (индивидуально).
- ❖ Полоскание рта прохладной водой.

- ❖ «Босоножье», хождение босиком по спортивной площадке, травяному покрытию и в песочнице на игровой площадке (летом).
- ❖ Хождение по соляной дорожке.
- ❖ Воздушное закаливание.
- ❖ Утренняя гимнастика.
- ❖ Подвижные игры.
- ❖ Гимнастика горла по разработке учителя-логопеда Тропиной Т.А.
- ❖ Релаксационные упражнения с использованием музыкального фона (музыкотерапия).

Питание

В организации питания следует придерживаться естественных потребностей ребенка, исключить насилие. Старшие дети определяют свою норму самостоятельно, а малыши с помощью взрослых по договоренности. Объясняем детям, что пищу, которую взял, выбрасывать аморально.

Принципы организации питания:

- выполнение режима питания;
- гигиена приема пищи;
- ежедневное соблюдение норм потребления продуктов и калорийности питания, в том числе и от родителей (спонсорская помощь);
- эстетика организации питания (сервировка);
- индивидуальный подход к детям во время питания;
- правильность расстановки мебели.

Меню

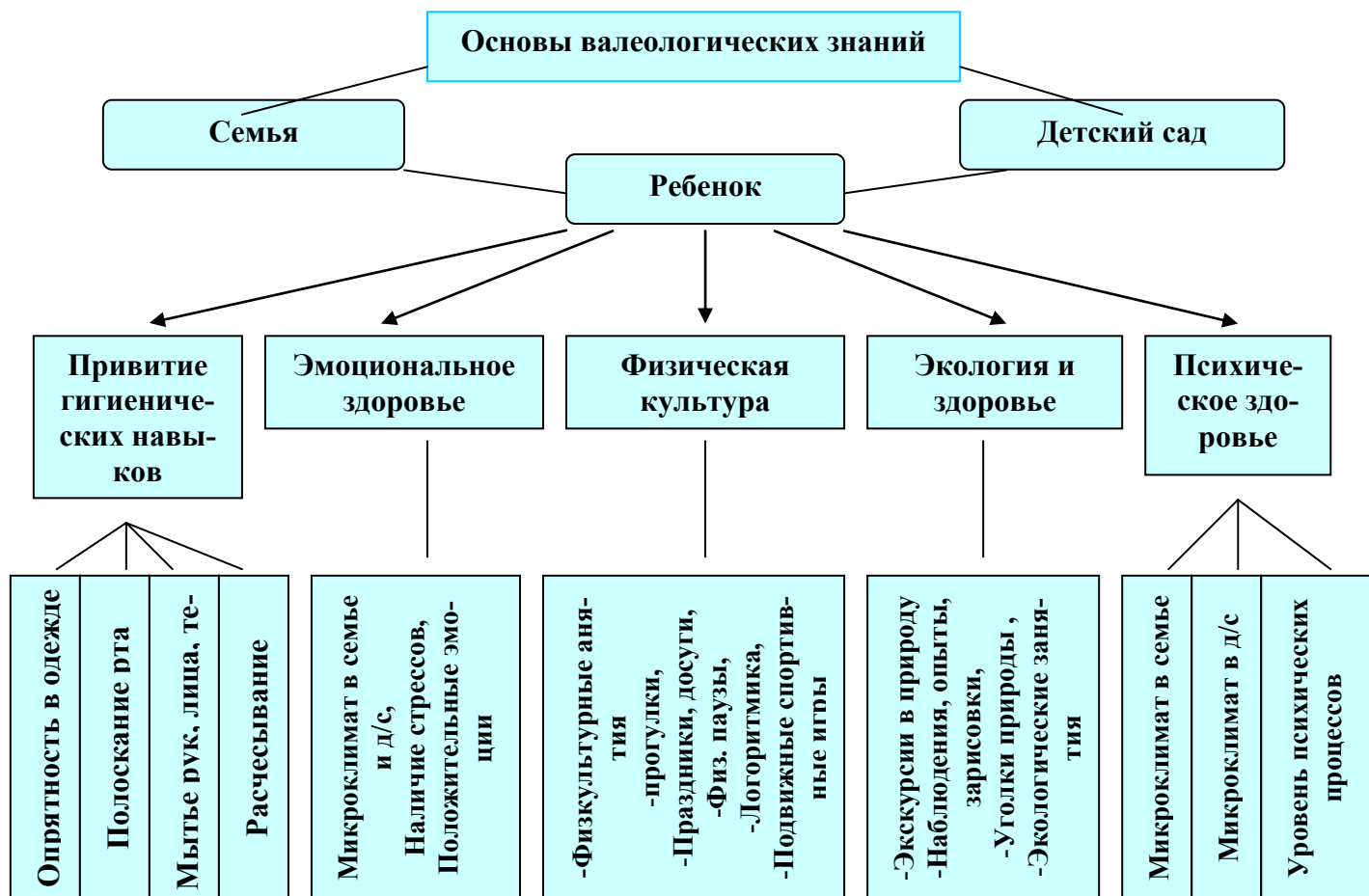
- Заложить все овощи по нормам;
- Засолка овощей силами сотрудников и родителей;
- Витаминизация третьих блюд;
- 4-х разовое питание, разнообразное меню, используя спонсорские деньги родителей;
- Обогащать меню детей ежедневными овощными салатами, витаминными напитками, фруктами.

Образовательная деятельность

- Занятия по валеологии,
- «Основы обеспечения безопасности жизни детей дошкольного возраста», которая имеет 5 направлений:
 - 1) Человек и окружающие его люди.
 - 2) Человек и окружающая его природа.
 - 3) Человек дома и опасности, которые его подстерегают.

4) Человек и здоровье.

5) Человек на дорогах.



Психологическое

В настоящее время этот раздел программы приобретает все большую актуальность, так как многие взрослые люди и дети переходят из состояния физиологического напряжения (стресса- по Г. Селье) в патологическое состояние дистресса, характеризующегося повышенной раздражительностью и утомляемостью, нарушением сна, сниженной работоспособностью.

Принципы

- выявление факторов, способствующих возникновению и развитию стрессовых состояний у детей;
- применение психолого-педагогических приёмов, направленных на купирование и предупреждение нежелательных аффективных проявлений. В комплекс этих приёмов входят индивидуальные беседы воспитателей и психологов с ребёнком и родителями, применение подвижных, сюжетно-ролевых и особенно режиссёрских игр, использование и анализ продуктивных видов деятельности детей;
- обеспечение условий для преобладания положительных эмоций в ежедневном распорядке дня каждого ребёнка;

- создание благоприятного психологического климата в группах и в ДООУ в целом;
- организация уголка психологической разгрузки («уединения» в группе);
- использование психоаналитических и личностно ориентированных бесед с детьми с аффективными невротическими проявлениями.

Для осуществления вышеназванных принципов в детском саду созданы необходимые условия:

- В детском саду работает педагог-психолог, который выявляет факторы, способствующие возникновению и развитию дистрессовых невротических состояний у детей; помогает воспитателям в предупреждении нежелательных аффективных реакций детей.

- Сотрудники внимательны и отзывчивы к детям, уважительно относятся к каждому ребенку.

- Отношения между работниками детского сада строятся на основе сотрудничества и взаимопонимания. Сотрудники положительно оценивают сложившиеся отношения в коллективе.

- Развивающая среда организована с учетом потребностей и интересов детей. Педагоги стараются эстетично оформить интерьер групповых, раздевальных, спальных комнат, чтобы ребенок чувствовал себя комфортно в уютной обстановке.

- В фойе детского сада оборудована уютная «Русская изба», большой аквариум, «Природная зона» с диваном.

- В группах детского сада силами воспитателей оборудованы «уголки уединения», где дети могут рассмотреть фотографии своей семьи, поиграть с любимой игрушкой, отдохнуть от шума, расслабиться на диванчике.

Эмоциональное благополучие ребенка в детском саду достигается за счёт проведения разнообразных, интересных и увлекательных развлечений, тематических досугов, праздников. Большой вклад вносит в это музыкальный руководитель и воспитатели групп. Проходят в детском саду празднования дней рождения, ярмарки, посиделки, экологические мероприятия, спортивные праздники и развлечения: «Масленица», «Весёлые старты», «Папа, мама, я - спортивная семья» и др. Большой популярностью стали пользоваться как у родителей, так и у детей музыкальные спектакли.

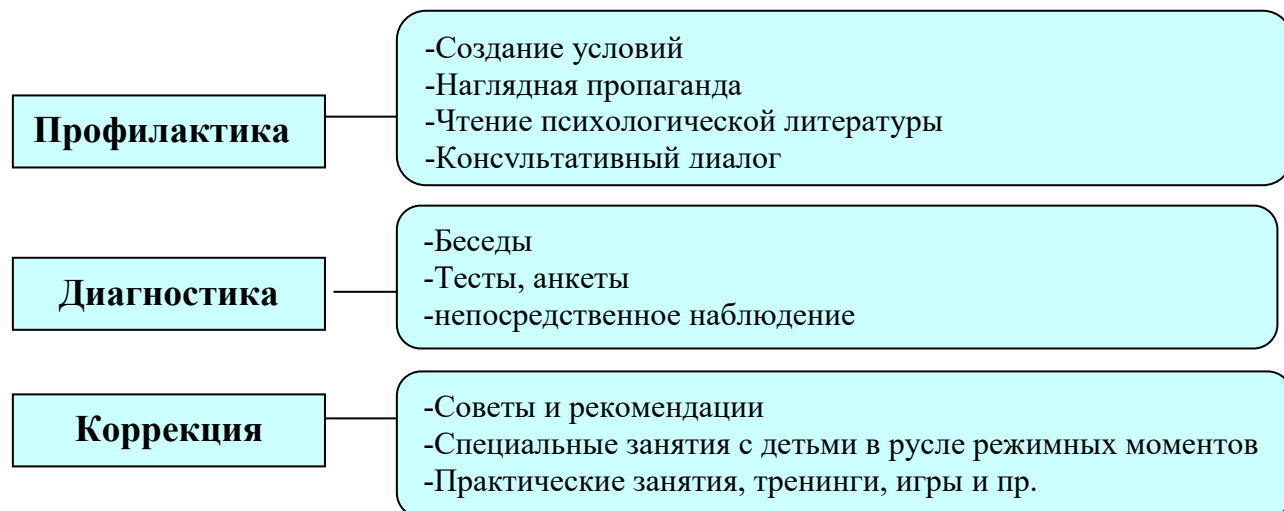
Снижение утомляемости ребёнка на занятиях достигается мотивацией к занятию, построением занятия на интересе ребёнка и индивидуальный подход к каждому ребенку, совместная деятельность взрослого и ребёнка.

Появлению положительных эмоций способствуют сюжетно-ролевые игры-драматизации, режиссёрские игры, театрализованная деятельность, где каждый участник - актёр.

Психологическое сопровождение



Модель взаимодействия педагога-психолога и воспитателя с родителями для повышения эффективности коррекционной работы



Коррекционно-логопедическая работа с детьми

Логопедическое коррекционно-педагогическое воздействие направлено на устранение речевого дефекта у детей, а также на предупреждение возможных трудностей в процессе школьного обучения (подготовка к обучению грамоте, профилактика дисграфии, совершенствование познавательных процессов и обеспечение личностной готовности к обучению в школе).

Достижение этой цели обеспечивается постановкой широкого круга образовательных, воспитательных, коррекционных и развивающих задач, решение которых осуществляется логопедом и воспитателями на специальных индивидуальных, фронтальных занятиях, а также создание единого речевого режима в детском саду (контроль за речью детей в течение всего дня), проведение диагностики (отслеживание) речи детей.

Организация и проведение логопедической работы осуществляется логопедом детского сада в несколько этапов:

- комплексное обследование речи детей;
- отбор в индивидуальные подгруппы;
- составление перспективных планов индивидуальной и фронтальной (для воспитателей) работы. Основной этап, связанный с реализацией планов занятий (индивидуальный и фронтальный);
- обеспечение промежуточного и итогового контроля;
- анализ результатов коррекционного обучения, составление сводных характеристик на детей.

Помимо непосредственной работы с детьми логопед участвует в проведении круглых столов (консилиумов), ведёт консультативную коррекционно-педагогическую работу с родителями.

Принципы логопедической работы:

-  систематичность;
-  сознательность и активность, то есть сознательное, активное отношение ребёнка к своей деятельности, которая зависит от интереса;
-  наглядность осуществляется путём безукоризненного показа движения педагогом;
-  доступность и индивидуализация - учёт возрастных и индивидуальных особенностей детей с речевой патологией.
-  основным принципом построения любого логопедического занятия является тесная связь с родителями (домашние тетради). Включение в работу логопеда логоритмики, направленной:
 - на оздоровление (укрепляет костно-мышечный аппарат, развивает дыхание;

- образование (то есть познавательные задачи);
- воспитание и развитие чувства ритма;
- коррекцию.

Перспектива:

1. Организация платных услуг логопеда для неорганизованных детей.
2. Подбор комплексов упражнений по логоритмике.

Задачи физического воспитания

1. *Оздоровительные:* укрепление здоровья, всестороннее физическое развитие, закаливание организма, обеспечение творческого развития людей.
2. *Образовательные:* формирование двигательных навыков и умений, развитие физических качеств (быстрота, ловкость, гибкость, сила, выносливость и др.), овладение специальными знаниями, привитие организационных способностей.
3. *Воспитательные:* содействие умственному, нравственному, эстетическому и трудовому воспитанию.

Эти задачи конкретизируются в зависимости от возрастных особенностей, состояния здоровья, уровня физического развития, физической подготовленности, а также профессиональных интересов.

Оздоровительные задачи: главной задачей физического воспитания дошкольников является охрана жизни и укрепление здоровья, закаливание организма детей.

Хорошее здоровье определяется нормальной работой всех органов и систем организма. Исходя из особенностей развития детского организма задачи укрепления здоровья определяются в более конкретной форме по каждой системе: помогать правильному и своевременному окостенению, формированию изгибов позвоночника, развитию сводов стопы, укреплению связно-суставного аппарата. Способствовать развитию правильного соотношения частей тела (пропорций), регулированию роста и веса костей,; развивать все группы мышц (мышцы туловища, спины, живота, ног, плечевого пояса, рук, кисти, пальцев, стопы, шеи, внутренних органов); укреплять дыхательную мускулатуру, развивать подвижность грудной клетки, охранять кожу от повреждений и способствовать правильному развитию ее функций.

Образовательные задачи: в процессе физического развития детей дошкольного возраста не менее важно решать образовательные задачи: формирование двигательных навыков, привитие навыков правильной осанки, освоение знаний о физическом воспитании, постепенное знакомство детей с доступным их пониманию строением и функционированием организма человека единством

человека и природы, воспитание у них позитивного отношения к гигиеническим нормам и правилам.

Детям дошкольного возраста важно сообщать элементарные знания, связанные с физическим воспитанием. Полученные знания позволяют детям заниматься более осознанно и более полноценно самостоятельно использовать средства физического воспитания в детском саду и семье. Важно, чтобы дети знали о пользе занятий, о физических упражнениях и других средств физического воспитания, имели представления о правильной осанке, технике движений, о правилах подвижных игр.

Дети должны знать название частей тела, направление движений (вверх, вниз, вперед, назад, вправо, влево, кругом и др.), название и назначение физкультурного инвентаря, правила хранения и уход за ним, правила ухода за одеждой и обувью. Объем знаний, относящихся к физическому здоровью, с возрастом детей расширяется. У детей формируется представление о строении тела человека и функциях основных органов и систем.

Воспитательные задачи. Необходимо выработать у детей потребность, привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями, развивать умение самостоятельно заниматься этими упражнениями в детском саду и дома. Правильное физическое воспитание создает наиболее благоприятные условия для нормальной деятельности нервной системы и всех других органов и систем, что помогает лучшему восприятию и запоминанию. У детей развиваются все психические процессы (восприятие, внимание, представление, мышление, речь, память, воображение и др.), а также мыслительные процессы (наблюдение, сравнение, анализ, синтез, обобщение) и др.

Необходимо воспитывать у детей умение творчески пользоваться приоритетными знаниями и навыками в двигательной деятельности, проявляя активность, самостоятельность, сообразительность, смекалку, находчивость.

Главная цель физического воспитания в МКДОУ детском саду № 432 состоит в том, чтобы, удовлетворяя естественную потребность дошкольников в движении, корректировать уровень здоровья детей.

Основные принципы организации физического воспитания в детском саду:

- ❖ физическая нагрузка адекватна возрасту, полу ребенка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья;
- ❖ сочетание двигательной активности с общедоступными закаливающими процедурами;
- ❖ обязательное включение в комплекс физического воспитания элементов дыхательной гимнастики, упражнений на повышение выносливости кардиореспираторной системы (занятия строить с учётом группы здоровья - подгрупповые);

- ❖ медицинский контроль за физическим воспитанием и оперативная медицинская коррекция выявленных нарушений в состоянии здоровья;
- ❖ включение в гимнастику и занятия элементов корригирующей гимнастики для профилактики плоскостопия и искривления осанки.

При этом каждая из форм физического воспитания имеет и свое специфическое назначение: *занятия по физкультуре, экологии и валеологии – обучающее; утренняя гимнастика, закаливание – организационное; физкультпаузы, логоритмика – стимулирующие умственную работоспособность.*

Формы организации физического воспитания:

- физические занятия в зале и на спортивной площадке с элементами психогимнастики;
- занятия в бассейне детей 5-7 лет;
- туризм (прогулки-походы);
- оздоровительный бег;
- физкультминутки;
- физкультурные досуги, праздники, «дни здоровья»;
- утренняя гимнастика;
- индивидуальная работа с детьми;
- логоритмическая гимнастика.

Физкультурные занятия разнообразны по форме и содержанию в зависимости от задач:

1. Традиционные.
2. Игровые: в форме подвижных игр малой, средней и большой интенсивности.
3. Сюжетно-игровые, дающие более эмоциональные впечатления, например, «Путешествие в весенний лес» и др.
4. Тематические занятия: «Осень в гости к нам пришла»; они могут быть с одним предметом, например, «Поиграй со мной, дружок» (мяч).
5. Занятия-тренировки: закрепление знакомых детям упражнений, элементов спортивных игр.
6. Занятия-зачёты для проведения диагностики по основным видам движения и развития физических качеств (1 раз в квартал).
7. Занятия-походы.
8. Занятия в форме оздоровительного бега.
9. Занятия, основная часть которых носит ярко выраженный нетрадиционный характер (ритмика, логоритмика).

10. Музыкальные путешествия - тесная интеграция музыки и движений. Дети изображают животных, птиц, подражают их голосам, повадкам.

В перспективе:

- Организация платных тренировочных секций (ритмика).
- Организация занятий по группам здоровья, с учетом индивидуального подхода отдельно для девочек и мальчиков.

Результативность физического воспитания в дошкольном учреждении может быть обеспечена только единством всех его организационных форм.

Летние оздоровительные мероприятия

Летний отдых детей оказывает существенное влияние на укрепление организма, на сопротивляемость заболеваниям, создание положительных эмоций.

Формы организации оздоровительной работы:

- закаливание организма средствами природных факторов: солнце, воздух, вода, сон в трусиках, ходьба босиком;
- физкультурные занятия в природных условиях (на спортивной площадке);
- туризм;
- физкультурные досуги и развлечения: утренняя гимнастика на воздухе;
- витаминизация: соки, фрукты.

Работа с родителями

Одним из основных направлений деятельности по формированию физически и психически здорового ребёнка является работа с родителями. Если мы хотим вырастить нравственно и физически здоровое поколение, то должны решать эту проблему «всемирно»: семья, детский сад, общественность.

Для себя мы определили следующие задачи работы с родителями:

1. Повышение педагогической культуры родителей.
2. Пропаганда общественного дошкольного воспитания.
3. Изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания.
4. Установка на совместную работу с целью решения всех психолого-педагогических проблем развития ребенка.
5. Вооружение родителей основами психолого-педагогических знаний через психологические тренинги, консультации, семинары.
6. Валеологическое просвещение родителей и создании экологической и психологической среды в семье.
7. Включение родителей в воспитательно-образовательный процесс.

Формы работы с родителями:

1. Проведение родительских собраний, семинаров-практикумов, консультаций.
2. Педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам.
3. Дни открытых дверей.
4. Экскурсии по детскому саду для вновь прибывших.
5. Показ занятий для родителей.
6. Совместные занятия для детей и родителей.
7. Круглые столы с привлечением специалистов детского сада (логопеда, инструктора по физическому воспитанию, психолога, медицинской сестры, врача).
8. Организация совместных дел. Для успешной работы с родителями использовать план изучения семьи:
 - *Структура семьи и психологический климат (сколько человек, возраст, образование, профессия, межличностные отношения родителей, отношение родителей к детям, стиль общения).*
 - *Основные принципы семейных отношений (гуманизм или жестокость, ответственность или анархия, взаимное доверие или подозрительность, взаимопомощь или невнимание и т. п.).*
 - *Стиль и фон семейной жизни, какие впечатления преобладают - положительные или отрицательные; причины семейных конфликтов и отрицательных переживаний родителей и детей.*
 - *Социальный статус отца и матери в семье; степень участия в воспитательном процессе, наличие желания воспитывать ребенка.*
 - *Воспитательный климат семьи, уровень педагогической культуры, подготовленность родителей, знание своего ребенка, адекватность оценок своего поведения.*

Методы, используемые педагогами в работе:

- 1) Анкета для родителей.
- 2) Беседы с родителями.
- 3) Беседы с ребенком.
- 4) Наблюдение за ребенком.
- 5) Изучение рисунков на тему «Маша семья» и их обсуждение с детьми.

В своих беседах при знакомстве с родителями, детьми, в период адаптации ребёнка воспитатели, проявляя индивидуальный подход к ребёнку, ведут беседы по следующим направлениям:

- 1) Каково состояние ребёнка, часто ли болеет и что страдает у него в первую очередь?

- 2) Есть ли хронические заболевания?
- 3) Каково состояние нервной системы?
- 4) Как переключается с одной деятельности на другую?
- 5) Какие традиции и привычки сложились дома в процедурах еды, засыпания, посещения туалета?
- 6) Какие требования предъявляют к детскому саду?
- 7) Какого режима придерживаются дома?
- 8) Чем любит ребёнок заниматься, что может доставить радость ребенку?
- 9) Как называют ребёнка дома? (Темперамент, если знают.)
- 10) Какого он знака зодиака?

Педагог очень хорошо должен знать ответы на эти вопросы, так как это необходимо в первую очередь для индивидуального подхода и лучшей адаптации ребёнка в детском саду.

Медицинская сестра собирает в данном направлении свои сведения.

В зависимости от точности заполнения анкеты родителями намечается индивидуальная работа с ребёнком на занятиях, в том числе на занятиях по физической культуре, при закаливании, есть ли аллергия на цветы.

С целью улучшения профилактической работы рекомендуется провести с родителями цикл бесед, лекций на ряд тем, в том числе:

1. Причины частых и длительно текущих острых респираторных заболеваний.
2. Профилактика ОРЗ в домашних условиях.
3. Хронические очаги инфекции у взрослых в семье как причина частых ОРЗ у детей.
4. Хроническая никотиновая интоксикация у пассивных курильщиков и связь её с заболеваниями бронхолёгочной системы.
5. Закаливающие процедуры дома и в дошкольном учреждении.
6. Плавание - крепость здоровья.
7. Значение режимных моментов для здоровья ребёнка.
8. О питании дошкольников.
9. Особенности физического и нервно-психического развития у часто болеющих детей.
10. Физические упражнения в дошкольном учреждении и дома.
11. Профилактика глистных и острых кишечных заболеваний у детей.
12. Воспитание культурно-гигиенических навыков у дошкольников.
13. Вредные привычки у взрослых (употребление алкоголя, курение, наркомания и др.) и их влияние на здоровье детей.
14. Здоровый образ жизни в семье - залог здоровья ребенка.

План на ближайшие годы

1. Продолжить проведение совместных мероприятий: «дней здоровья», туристических походов, праздников, субботников.
2. Посещение родителями занятий валеологической направленности, с целью педагогической пропаганды здорового образа жизни.

Просветительная работа с сотрудниками и родителями

Создание представлений о здоровом образе жизни

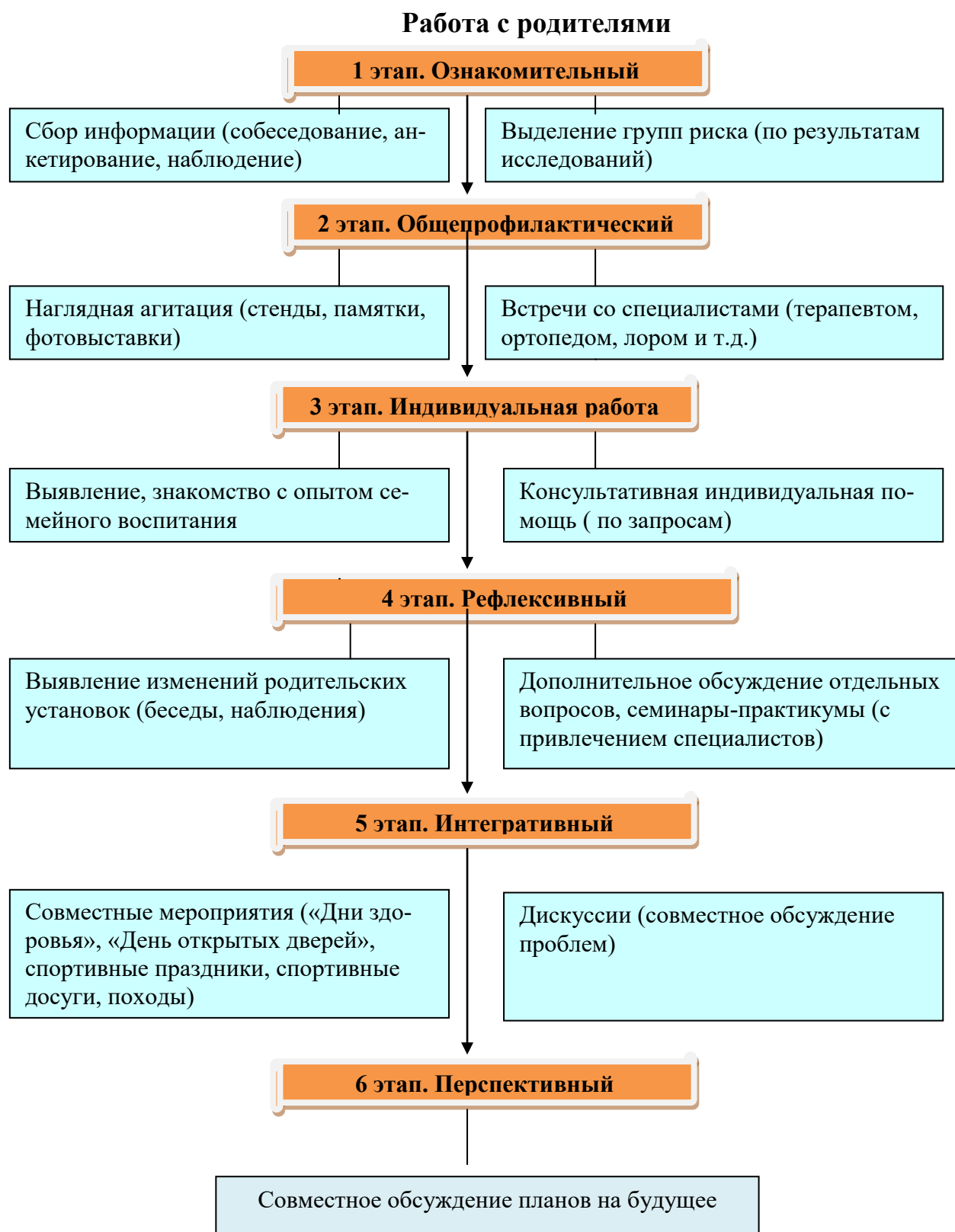
Основная идея: здоровый образ жизни не формируется с помощью отдельных мероприятий. Каждая минута пребывания ребёнка в детском саду должна способствовать решению этой задачи, которая осуществляется по следующим направлениям:

- Привитие стойких культурно-гигиенических навыков.
- Обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи.
- Формирование элементарных представлений об окружающей среде.
- Формирование привычки ежедневных физкультурных упражнений.
- Развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов.
- Формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма.
- Выработка у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью, умения определить своё состояние и ощущения.
- Обучение детей правилам дорожного движения, поведению на улицах и дорогах.
- Вести систематическую работу по ОБЖ, выработке знаний и умений действовать в опасных жизненных ситуациях.

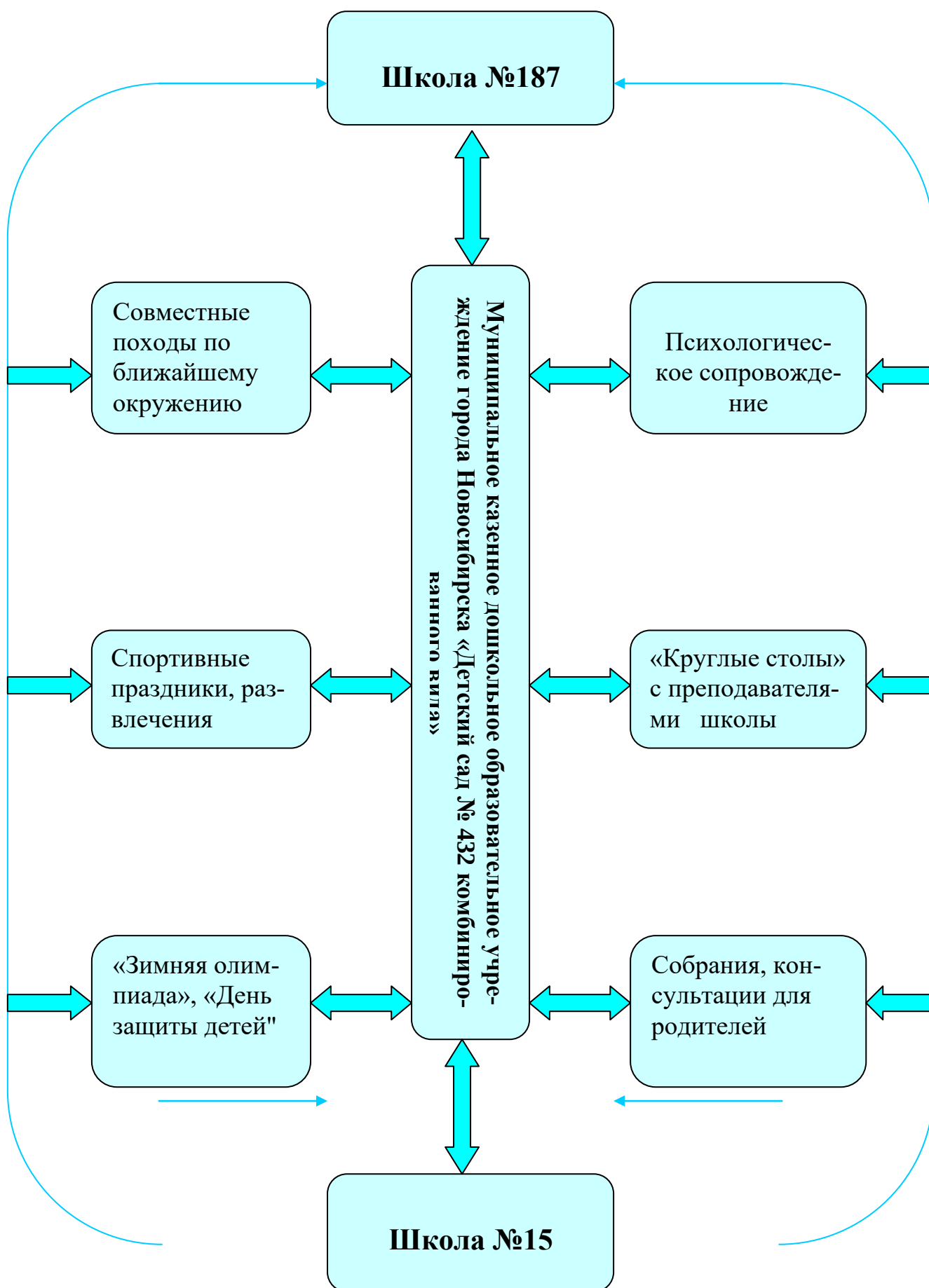
Ожидаемые результаты

- ✓ *Снижение количества наиболее часто встречающихся в дошкольном детстве заболеваний.*
- ✓ *Снижение поведенческих рисков, представляющих опасность для здоровья.*
- ✓ *Коренное совершенствование системы физического воспитания на основе реализации индивидуального подхода.*
- ✓ *Обеспечение условий для практической реализации индивидуального подхода к обучению и воспитанию.*
- ✓ *Повышение заинтересованности работников детского сада и родителей в укреплении здоровья дошкольников.*

✓ *Повышение квалификации работников дошкольных учреждений.*



Преемственность со школами № 15 и №187



Приложение 1

Таблица 1

Примерная структура нормированной двигательной активности
детей 4 – 7 лет в режиме дня

Средняя группа

Организационные формы	Продолжительность (мин.)	Объем циклической нагрузки (мин.)	Моторная плотность (%)
Утренняя гимнастика	до 12	до 6	65 - 70
Физкультпауза на занятиях познавательного цикла	6 по 1,5		70 - 75
Физкультурные занятия	30	8 - 10	70 - 75
Первая прогулка: двигательная активность	90 45	10 - 12	65 - 70
Гимнастика после дневного сна	до 10		65 - 70
Физкультпаузы на занятиях совместной деятельности	3 по 3		70 - 75
«Я двигаюсь»	30	10 - 12	65 - 70
Дневной суммарный двигательный объем: минуты %	145 20%	до 40	67 - 72

Старшая группа

Организационные формы	Продолжительность (мин.)	Объем циклической нагрузки (мин.)	Моторная плотность (%)
Утренняя гимнастика	до 13	до 8	67 - 72
Физкультпауза на занятиях познавательного цикла	6 по 2		75 - 80
Физкультурные занятия	30 - 35	12 - 15	70 - 75
Первая прогулка: двигательная активность	85 50	15 - 20	65 - 70
Гимнастика после дневного сна	до 12		65 - 70

Физкультпауза на занятиях совместной деятельности	4 по 3		75 - 80
«Я двигаюсь»	35	25 - 30	75 - 80
Дневной суммарный двигательный объем: минуты %	174 24%	до 73	70 - 75

Подготовительная группа

Организационные формы	Продолжительность (мин.)	Объем циклической нагрузки (мин.)	Моторная плотность (%)
Утренняя гимнастика	15	до 10	70 - 75
Физкультпаузы на занятиях познавательного цикла	4 по 3		75 - 80
Физкультурные занятия	35	15 - 17	75 - 80
Первая прогулка: двигательная активность	75 50	20 - 25	65 - 70
Гимнастика после дневного сна	15		65 - 70
Физкультпауза на занятиях совместной деятельности	4 по 4		75 - 80
«Я двигаюсь»	40	30	75 - 80
Дневной суммарный двигательный объем: минуты %	183 26%	82	71 - 76

Суть данного варианта заключается в упорядочении (т.е. переводе в нормированный режим) хаотичной двигательной активности ребенка при одновременном и существенном расширении ее объема, не нарушая, общей структуры режимных моментов за счет сокращения двигательного материала:

- Объем времени на утреннюю гимнастику (в зависимости от возрастной группы) был увеличен в 1,5 раза;
- Утренняя гимнастика и физкультурные занятия в теплый период года проводились на открытом воздухе;
- Количество занятий физической культуры было увеличено до 4 раз в неделю (одно из которых проводилось в бассейне) с нормированным объемом и интенсивностью физической нагрузки в зависимости от возраста детей;

- Увеличено в 3 – 4 раза количество и время физкультпауз (в зависимости от возрастной группы) во всех видах познавательной и совместной деятельности детей;
- В 1,5 – 3,5 раза в зависимости от возрастной группы увеличен и объем времени двигательной активности детей на первой прогулке;
- Прогулка же во второй половине дня преобразована в «Я двигаюсь», что существенно повлияло на увеличение общего объема нормированной двигательной активности детей.

Основные организационные формы двигательной активности детей 4 – 7 лет

Утренняя гимнастика рассматривается как один из важнейших элементов организации двигательного режима детей, решая следующие задачи:

- повышение эмоционального тонуса;
- активизация мышечного тонуса путем комплексного физического и закаливающего воздействия на организм детей.

Физкультпаузы решают следующие задачи:

- снижение психической нагрузки на эмоционально-волевую сферу ребенка и его сенсорные каналы (зрительный, слуховой, тактильный и двигательный);
- обеспечение эмоционально активного отдыха детей;
- активизация мышечного тонуса детей после относительно длительного статического положения, в котором они находились во время занятия;
- повышение умственной работоспособности детей.

Гимнастика после дневного сна решает задачу по коррекции нарушений осанки у детей.

«Я двигаюсь» решает следующие задачи:

- повышение эмоционального тонуса детей;
- обеспечение условий для реализации естественной потребности ребенка в движении;
- закрепление освоенных умений и навыков детей.

Виды закаливания

Контрастное воздушное. Применение контрастных воздушных ванн в дополнении к прогулкам и другим способам закаливания, повышает устойчивость терморегуляторного аппарата ребенка.

Ходьба босиком. Тренировка рефлекторной связи температурных рецепторов на подошвенной поверхности стопы со слизистой оболочкой верхних дыхательных путей.

Ходьба по соляной, мокрой и ребристой дорожкам. Одновременно закаливание стоп и носоглотки, профилактика воспаления носоглотки при переохлаждении стоп.

Сон без майки и воздушное закаливание в постели (перед сном или после сна) повышает тонус нервной системы, улучшает деятельность эндокринных желез, сердечно-сосудистой, дыхательной систем.

Полоскание рта и горла -кипяченой водой комнатной температуры. Клокочущая вода оказывает массирующее действие на слизистые оболочки полости рта, миндалин, задней стенки глотки, улучшает реакцию местной сосудистой сети.

Обширное умывание как эффективный вид закаливания рекомендуется для детей среднего и старшего возраста. Проводится после сна.

1 комплекс

Воздушная гимнастика

Физические упражнения лежа на кровати

Раз – два – мы проснулись, (убирают одеяло к ногам)
 Три – четыре – потянулись. (потягивание)
 Очень сладко мы поспали,
 Руки к небу все подняли. (3-4 раза поднимают и опускают руки)
 Опустили ручки плавно,
 Получается забавно.



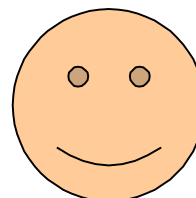
Вот на ветку птичка села,
 Головою завертела;
 Вправо повернула, (повороты головой вправо)
 Влево заглянула. (поворот головой влево)
 А потом согнула ножки, (подогнуть ноги)
 Подняла чуть – чуть, немножко, (поднять ноги)
 Покрутила колесо, (крутят ногами «колесо»)
 Отдыхает, вот и все. (вытянуть ноги и руки)

Хожение по солевой дорожке

По дорожке ножки весело бегут, (хождение по солевой дорожке босиком)
 И совсем не холодно и не страшно тут.
 На носочках тихо дальше мы идем, (хождение босиком по полу или ковру)
 И опять дорожку новую найдем. (хождение по солевой дорожке босиком)
 А потом на пяточках: топ – топ – топ, (хождение на пяточках по полу)
 И снова по дорожке: шлеп – шлеп – шлеп. (хождение по солевой дорожке босиком)
 Мы идем как мишки, (хождение на наружной стороне стопы)
 Под ногами шишки.
 Подгибается слегка
 Косолапая нога.

Дыхательная гимнастика

Мы вдыхаем глубоко,
 Очень дышится легко.
 Вдох и выдох, вдох опять
 Продолжаем мы дышать.



Чтобы видеть все вокруг,
 Встанем на зарядку в круг.
 Смотрим вверх, потом направо,
 Смотрим влево, смотрим вниз,
 А в низу нас ждет сюрприз.

2 комплекс

Хождение по солевой дорожке

Мы проверили осанку

На носочках мы идем,
А теперь на пятках.
Мы идем, как все ребята
И как мишка косолапый.

Дыхательная гимнастика

Подуем на плечо,
Подуем на другое.
Нам солнце горячо
Пекло дневной порою.

(поднимают голову вверх, дуют через губы)

Подуем и на грудь мы
И грудь свою остудим
(дуют на грудь)

Подуем мы на облако
И остановимся пока.

