

## Городской дистанционный конкурс «ПУТЬ К ЗДОРОВЬЮ»

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Центр развития ребенка – Детский сад № 114» г. Сыктывкара  
Номинация: «Лучшая система оздоровления детей дошкольного возраста»

### **Краткое описание содержания опыта работы:**

#### **Актуальность опыта работы.**

Современные условия жизни предъявляют повышенные требования к состоянию физического и психического здоровья человека, особенно детей, начиная с самого раннего возраста. В соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» здоровье детей в Российской Федерации отнесено к приоритетным направлениям социальной политики. Модернизация дошкольного образования, а также введение Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования предполагает поиск новых форм оздоровительной работы с детьми в учреждении.

**Наша цель:** Создание системы здоровьесозидающей деятельности в дошкольном учреждении для формирования потребности в здоровом образе жизни воспитанников, родителей, педагогов и дальнейшего повышения резервов их здоровья.

Исходя из поставленной цели, мы выделили следующие **задачи:**

1. Создание в детском саду условий, способствующих формированию здоровья детей («Оздоровительная среда»);
2. Организация мониторинга за состоянием здоровья и развития детей («Шкала здоровья»);
3. Применение оздоровительных приемов и методов в работе с детьми, включая совместные мероприятия с родителями.

#### **Условия, способствующие формированию здоровья воспитанников.**

- Гигиенически организованная социальная среда обитания ребенка в дошкольном образовательном учреждении является первым и основным условием развития у него потребности в здоровом образе жизни.
- Вторым по важности условием воспитания у детей потребности в здоровом образе жизни является наличие в дошкольном учреждении специальной обучающей программы, которая была бы нацелена на приобретение детьми комплекса необходимых навыков и привычек ухода за собой, своим телом, бережного отношения к окружающим людям, дело в том, что многие потребности связаны с привычками. И в этом смысле не столь важны предлагаемые технологии оздоровления, сколько методы и средства быстрого приобретения привычек здорового образа жизни. От привычки к потребности — от потребности к здоровому образу жизни — таков алгоритм деятельности нашего дошкольного образовательного учреждения.
- Третьим условием формирования у детей потребности в здоровом образе жизни является овладение системой понятий о своем организме, здоровье и здоровом образе жизни.
- Четвертым условием формирования позиции создателя своего здоровья является реализация принципа резонанса при организации физического воспитания детей. Сущность его заключается в создании взрослыми бесчисленных ситуаций для бесконечного проявления детьми своих растущих физических возможностей.

## Система здоровьесозидающей деятельности МАДОУ «ЦРР – Д/с № 114» г. Сыктывкара

**Цель:** оптимизации процессов функционального созревания детей младенческого возраста, подготовки их к поступлению в дошкольное учреждение, для формирования здорового образа жизни воспитанников, родителей, педагогов и дальнейшего повышения резервов их здоровья.

### Педагоги и специалисты

Участие в управлении процессами здоровьесозидающей деятельности МАДОУ	Мониторинг профессионального мастерства педагогов в области здоровьесозидания	Развитие профессиональной компетентности	Медико – психолого-педагогическое сопровождение	Обновление педагогического процесса	Овладение здоровье создающими технологиями	Совершенствование планирования здоровьесозидающей деятельности в МАДОУ	Приобщение к здоровому образу жизни
---	---	--	---	-------------------------------------	--	--	-------------------------------------

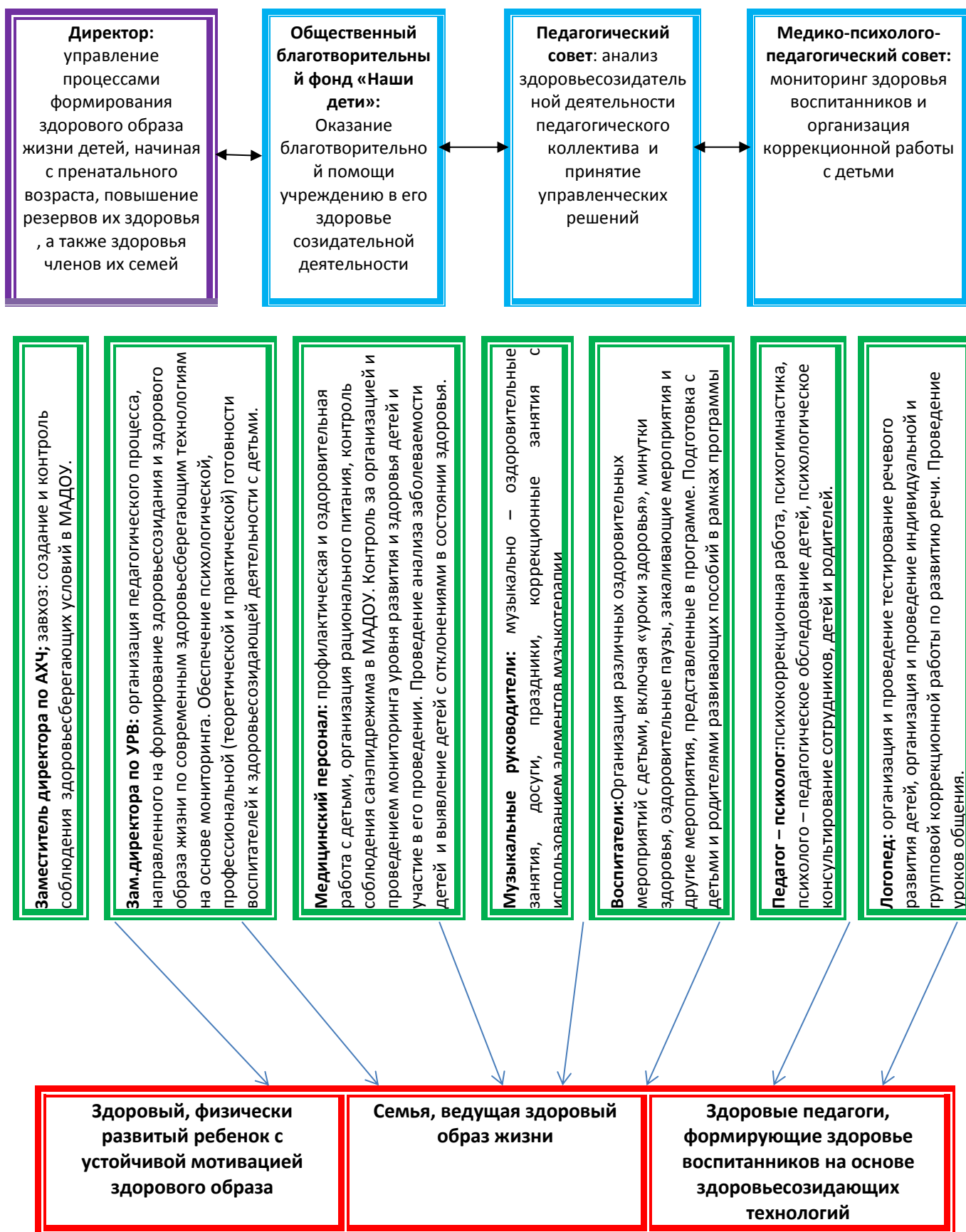
### Родители

Изучение особенностей семейного воспитания, педагогический мониторинг	Организация работы «Маминой школы»	Совместная деятельность педагогов и родителей.	Педагогическая поддержка.	Педагогическое образование родителей..
---	------------------------------------	--	---------------------------	--

### Дети

Легкая социальная и биологическая адаптация к условиям ДОУ через занятия в «Маминой школе»	Здоровье устойчивость	«Здоровое поведение»	Рациональное питание	Соблюдение правил здорового образа жизни и техники безопасности	Гигиеническая культура	Двигательная культура	Диагностика и само диагностика
--	-----------------------	----------------------	----------------------	---	------------------------	-----------------------	--------------------------------

## Управленческая модель оздоровительной работы МАДОУ «ЦРР-Д/с №114» г. Сыктывкара



### **Виды и формы организации оздоровительной деятельности.**

Формирование здоровья детей в МАДОУ реализуется комплексно, т.е. посредством нравственного, трудового, физического, эстетического воспитания, а так же коррекционной работы логопеда, психолога в сочетании с профилактической и оздоровительной работой медицинского и всего педагогического коллектива. Виды оздоровления планируются и распределяются в течение года.

<b>№</b>	<b>Вид оздоровления</b>	<b>Регулярность</b>	<b>Кто проводит</b>
1.	Урок здоровья	1 раз в неделю	Воспитатель
2.	Пение на музыкальных занятиях	2 раза в неделю	Музыкальный руководитель
3.	Оздоровительные паузы	Ежедневно	Воспитатель
4.	Физкультурные занятия	3 раза в неделю	Воспитатель
5.	Плавание в детском бассейне	1 раз в неделю	Тренер по плаванию
6.	Утренняя зарядка	Ежедневно	Воспитатель
7.	Речевая гимнастика	Ежедневно	Воспитатель
8.	Коррекционная гимнастика	По расписанию	Врач ЛФК
9.	Закаливающие процедуры	Ежедневно	Воспитатель
10.	Психологический тренинг	По расписанию	Психолог, воспитатель
11.	Дыхательная гимнастика	Ежедневно	Воспитатель
12.	Ритмическая гимнастика	2 раза в неделю	Хореограф
13.	Пальчиковая гимнастика	Ежедневно	Воспитатель
14.	Гимнастика для глаз	Ежедневно	Воспитатель
15.	Цветоинтонационная гимнастика.	Ежедневно	Воспитатель
16.	Психогимнастика.	1 раз в неделю	Педагог - психолог
17.	Самомассаж	Ежедневно	Воспитатель
18.	Массаж	По назначению врача	Врач ЛФК
19.	Игры здоровья «Здравиада»	2 раза в год	Воспитатели и специалисты
20.	Тестирование по Детским тестам здоровья М. Л. Лазарева	Ежемесячно	Медицинская сестра, воспитатель, специалисты
21.	Праздники	Ежеквартально	Музыкальный руководитель, воспитатель
22.	Оздоровительные занятия йогой для сотрудников	Еженедельно	Врач ЛФК
23.	Консультативно-оздоровительные занятия для родителей	По плану	Воспитатели, специалисты

### **Организация мониторинга за состоянием здоровья и развития детей.**

Повышать свою компетентность, изменять и совершенствовать себя ребенок получает возможность в рамках участия в Здравииаде. Игры здоровья – Здравииады стали доброй традицией нашего детского сада. Они проводятся дважды в год: осенью и весной. Детям предоставляется возможность сравнивать свои способности с другими детьми. При этом происходит формирование и развитие социальной мотивации здоровья. Когда ребенок участвует в оздоровительной игре и видит, что вместе с ним соревнуются дети всей группы или сада, он понимает, что является частицей общественной жизни.

Детям предоставляется возможность участвовать как в одноборье (развитие собственного функционального направления), так и в многоборье (гармонизация развития).

Участие детей в процессе самопознания и самодиагностики по Детским тестам «Здравик», которые проводятся ежемесячно, влияет на формирование мотивации здоровья и формирует навыки самопознания. Мы заметили, что дети в старшем возрасте очень активно подключаются к домашней диагностике, занося свои показатели в карту здоровья, при помощи педагогов или самостоятельно:

- Измерение пульса покоя и после физической нагрузки
- Звуковые пробы (по секундомеру и счет про себя)
- Скоростная выносливость
- Самооценка состояния своего здоровья (по специальной шкале)
- Фиксация собственной заболеваемости

Живой, непосредственный отклик вызывает проведение этой диагностики в игровой форме. А подключение родителей к диагностике своего ребенка или других детей группы позволяет активизировать участие семьи в общем процессе формирования здоровья детей группы.

#### Заключение.

Полученные ребенком знания и представления о себе, своем здоровье, физической культуре безопасности жизнедеятельности позволят найти способы укрепления и сохранения здоровья. Приобретенные навыки помогут осознанно выбрать здоровый образ жизни.