

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Радость» комбинированного вида
структурное подразделение – детский сад № 145

АНАЛИТИЧЕСКАЯ ЗАПИСКА
ПО РЕЗУЛЬТАТАМ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
2021 – 2023 годы

Забота о здоровье – это важнейший труд педагога.
От жизнерадостности, бодрости детей
зависит их духовная жизнь, мировоззрение,
умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.
В. А. Сухомлинский

Здоровье – бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. Здоровье помогает нам выполнять наши планы, успешно решать основные жизненные задачи, преодолевать трудности. Каждому из нас присуще желание быть сильным и здоровым, сохранить как можно дольше подвижность, бодрость, энергию и достичь долголетия. Эта главная ценность жизни. Его не купишь ни за какие деньги, его надо сохранять, оберегать и улучшать смолоду, с первых дней жизни ребенка. Воспитание здорового образа жизни дошкольников – одна из приоритетных задач, ФГОС ДО «охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия...” (см. п.1.6 ФГОС ДО). "Физическое развитие включает приобретение опыта в становлении ценностей здорового образа жизни, овладении его элементарными нормами и правилами..." (см. п. 2.6 ФГОС ДО).

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. В этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и к окружающим. Именно на этом этапе важно у детей сформировать базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культуры и спортом. Сегодня проблема формирования представлений о здоровом образе жизни у детей дошкольного возраста стоит как никогда остро.

Что главное в воспитании детей? Ребенок должен расти здоровым. Здорового ребенка легче воспитывать, легче обучать. У него быстрее устанавливаются все необходимые умения и навыки. Современный детский сад создаёт максимально благоприятные условия для того, чтобы каждый ребёнок рос здоровым и хорошо развивался. Но при всём этом очень важно не упустить те возможности, которые даёт детство в формировании у ребенка берегающего и ответственного отношения к самому себе, к своему здоровью.

Педагогические и психологические исследования, посвященные физическому воспитанию в укреплении здоровья детей дошкольного возраста, обращают внимание на то, что **основная цель обучения дошкольников заключается в содействии их оздоровлению, закаливанию, в обеспечении всесторонней физической подготовки.**

Формирование знаний и воспитание потребности в здоровом образе жизни у детей осуществляется по следующим направлениям, из которых складываются составляющие здоровья, представленные на слайде:



К средствам физического воспитания для укрепления здоровья относятся гигиенические факторы, естественные силы природы, физические упражнения. **Полноценное решение задач физического воспитания** достигается только при комплексном применении всех средств, так как каждое из них по-разному влияет на организм. Регулярные прогулки на свежем воздухе способствуют оздоровлению и закаливанию организма детей. Благоприятно влияет

на детский организм утренняя гимнастика и физкультурные занятия на улице.



Естественные силы природы (солнце, воздух, вода) усиливают эффективность влияния физических упражнений на организм ребенка. Во время занятий физическими упражнениями на воздухе, при солнечном излучении у детей возникают положительные эмоции, больше поглощается кислорода, увеличивается обмен веществ, повышаются

функциональные возможности всех органов и систем. Солнце, воздух и вода используются для закаливания организма, для повышения приспособляемости организма к повышенной и пониженной температуре.

Эффективность используемых мер по охране **психического здоровья** и предупреждение утомления детей зависят, прежде всего, от того, насколько правильно воспитатель строит деятельность и отдых детей в течение дня, регулирует их взаимоотношения в коллективе, умеет организовать игру. **Психически здоровый ребенок** характеризуется нормальным уровнем общего и

познавательного развития, сформированностью определенных интеллектуальных умений, адекватной самооценкой; обладает свойственным своему возрасту логическим мышлением.

В детском саду дети проводят значительную часть времени в тот период жизни, когда происходит их интенсивный рост и развитие, становление личности, формирование многих полезных привычек, приобретение новых знаний и представлений, закладываются основы здоровья. Поэтому качество всей окружающей среды и обстановки в детском саду для правильного

развития дошкольника имеет такое большое значение. Основа здоровой среды пребывания детей в дошкольном учреждении – это прежде всего создание благоприятных гигиенических, педагогических и эстетических условий и комфортной психологической обстановки в коллективе сверстников.



Духовно- нравственное воспитание заключается в воспитании духовно-нравственных качеств в подрастающем поколении. Социально-экономические и политические изменения в нашей стране повлекли за собой изменения и в сфере морально - нравственных ценностей и норм поведения в обществе. В нравственном воспитании современных детей появились негативные тенденции: книги ушли на второй план, их место занял экран телевизора и компьютера. Материальные ценности во многих семьях возвышаются

над духовными, поэтому у детей искажены представления гражданственности и патриотизме, справедливости и доброте, милосердии и великодушии. В погоне за развитием интеллекта многие родители упускают из виду необходимость работы над воспитанием души своего ребёнка, над развитием нравственных и духовных качеств маленького человека. Не всегда родители понимают, что без этих качеств накопленные знания могут оказаться бесполезными. И как результат этого - эмоциональная, волевая и духовная незрелость взрослой личности.

Дошкольный возраст – важнейший этап в развитии ребёнка. Именно в этот период ребёнок приобщается к миру общественных ценностей. В дошкольном возрасте закладывается основа системы духовно - нравственных ценностей, которая будет определять отношение взрослого человека к миру и его проявлениям во всем его многообразии. Нравственное воспитание дошкольника - это целенаправленное педагогическое воздействие по ознакомлению ребенка с нравственными нормами поведения в процессе различной деятельности.

Таким образом, только применение в работе с детьми всех трёх составляющих «Здоровья» поможет воспитать физически крепкую, гармонично- развитую личность, с развитым эмоциональным интеллектом и сильной волей.

Приоритетом моей работы в данном направлении работе стало использование здоровьесберегающих технологий, что способствовало

обеспечению высокого уровня реального здоровья воспитанников детского сада и воспитание валеологической культуры, как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его, валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения. Это и воспитание КГН в проведении режимных моментов, проведение утренней гимнастики, гимнастики после сна, физкультурных занятий, пальчиковой гимнастики.



Использование программ современных авторов: «Наша традиция – быть здоровыми!» Т.Г.Кареповой; программа эколого-оздоровительного воспитания дошкольников «В стране здоровья» В.Т.Лободиной, А.Д.Федоренко, Г.В. Александровой; программа оздоровления дошкольников «Зеленый огонек здоровья» М.Ю. Кареповой, программа экологического воспитания дошкольников «Живая природа. Человек» Ивановой А.И. способствовали систематизации работы в данном направлении с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.





Для ознакомления дошкольников с ценностями здорового образа жизни и развития положительной мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья **разработала модель развивающей предметно-пространственной среды** в соответствии с требованиями ФГОС ДО, включающую в себя «Валеологический уголок - Здоровье», где располагаются игры, коллажи и пособия для самостоятельной и совместной деятельности детей с учетом интересов детей и их индивидуальных потребностей; центр двигательной активности с различными атрибутами для общеразвивающих упражнений, уголок тишины и покоя, где ребенок может отдохнуть и расслабиться, побыть наедине с собой, уголок книги с художественной литературой, знакомящей детей с основами здорового образа жизни.



В своей работе использовала активные **формы работы со всеми субъектами образовательного процесса: детьми, родителями, педагогами.** Реализуя работу по формированию здорового образа жизни у детей осуществляла через проведения занятий, соблюдение режима дня, игры, ежедневную прогулку - утром и вечером, индивидуальную работу и самостоятельную деятельность:

- рассказы и беседы воспитателя,
- заучивание стихотворений,
- моделирование различных ситуаций;
- инсценирование сказок, спектаклей,
- рассматривание иллюстраций, сюжетных, предметных картинок, плакатов;
- сюжетно-ролевые игры;
- дидактические игры;

- кинезиологические упражнения;
- подвижные игры;
- пальчиковая и дыхательная гимнастика;
- самомассаж;
- физкультминутки, динамические паузы

В работе с семьей используются как традиционные, так и нетрадиционные формы работы:

Дни открытых дверей: родители могут присутствовать на любом оздоровительном и физкультурном занятиях, на утренней гимнастике, ознакомиться с формами оздоровительной работы в ДООУ;

Дни здоровья, совместные праздники и развлечения.

Целью таких мероприятий является пропаганда здорового образа жизни. Вовлечение родителей в такие формы досуга, когда они вместе с детьми бегают, прыгают, соревнуются, полезно всем, а особенно детям — это создаёт хороший эмоциональный настрой и дарит огромную радость от взаимного общения;

Изготовление нестандартного физкультурного -оборудования, зимних построек на участке детского сада.

Выпуски семейных газет: **«С физкультурой в дружбе жить, значит крепким, сильным быть!»**, **«Мы со спортом дружим!»**

Встречи за круглым столом, родительские собрания с привлечением специалистов ДООУ и медицинских работников;

Индивидуальные педагогические беседы и консультации, по вопросам здоровья;

Наглядная информация даёт возможность приобщить родителей к вопросам физического воспитания.

Практика показывает, что мероприятия по формированию основ ЗОЖ у детей дошкольного возраста в течение дня, правильно составленный режим дают свои результаты: дети спокойны, активны, отсутствует плач, возбуждение, дети не отказываются от еды, они спокойно и быстро засыпают, крепко спят и просыпаются бодрыми.

В ходе работы в данном направлении, мною были разработаны и реализованы долгосрочный проект: «Азбука здоровья» и мини-проекты: «Растем здоровыми», «Познай себя», цель которых состояла в организации физического развития дошкольников таким образом, чтобы оно обеспечивало каждому ребенку гармоничное развитие, помогая использовать резервы своего организма для сохранения, укрепления и повышения уровня его здоровья; в приобщении детей и родителей к ЗОЖ.

Диагностика физического психического и духовно-нравственного состояния здоровья детей.

(Автор: Онишина В.В кандидат педагогических наук, доцент кафедры человековедения и физической культуры Академии социального управления).

Виды здоровья	Параметры	
	Формы проявления здорового человека	Формы проявления нездорового человека
Физическое здоровье	Свободное дыхание	Может проявляться головокружение
	Живая мимика	Легкая тошнота
	Теплые конечности, розовое лицо	Поверхностное дыхание
	Выразительная речь	Поднятие или падение артериального давления
	Расширение сенсорного восприятия	Блуждающие боли
	Блеск глаз	Физические заболевания
Психическое здоровье	Высокий эмоциональный тон	Потеря интереса к делу
	Уверенность в своих силах	Доминирование таких состояний, как страх, вина
	Высокий уровень самооценки	Может возникнуть чувство беспомощности во время обучения чему-либо
	Адекватная самооценка	
	Спокойствие	
	Эффективные стратегии мышления и поведения	
Духовно-нравственное здоровье	Включенная интуиция	Может проявляться в личной деградации
	Спонтанное поведение	Желание манипулировать другими людьми
	Альтруизм	Отсутствие интуитивных решений
	Толерантное мышление и поведене	Чувство глубокого одиночества

Интеграция образовательных областей при ознакомлении дошкольников со здоровым образом жизни.			
ОО	Вид Деятельности	Содержание деятельности	Взаимодействие с родителями
1.«Познавательное развитие»	Познавательная Исследовательская Проектная Коммуникативная Познавательно-поисковая	<p>Беседа-«Где живет витаминка?» (Рассказать детям о пользе овощей и фруктов для здоровья человека. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью)</p> <p>Беседа «Витамины полезны для здоровья»</p> <p>- Составление рассказов об овощах и фруктах</p> <p>Рассмотреть фотоальбом - «Растения, которые лечат»,«Как быть здоровым?»</p> <p>- Беседы «Как я буду заботиться о своем здоровье», «Кто с закалкой дружит, никогда не тужит», «На зарядку, становись», «Как надо одеваться, чтобы не болеть», «Правила гигиены»</p> <p>Заучивание стихотворения о профессии ветеринара- доктора для зверей.....</p> <p>Фото выставка «Вот какой ты спорт», «Мы занимаемся спортом».</p> <p>Просмотр детских телепередач о спорте с последующим обсуждением</p> <p>- «Это я!» (Дать ребенку знание о себе, о своем теле, формировать любовь к жизни, чувство радости существования).</p> <p>- Органы чувств (глаза, уши, нос). Общее понятие. (Закреплять знания детей о своем теле).</p> <p>- Для чего нужны мышцы и скелет? (Познакомить детей с тем, что такое мышцы и скелет для чего они нужны. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью)</p>	<p>Семейная викторина «Что нужно делать, чтобы быть здоровым»,</p> <p>Фото выставка «Наша спортивная семья», «Мы занимаемся спортом», «Кто с закалкой дружит, тот ни когда не тужит»</p> <p>Коллаж «Что нужно делать, чтобы быть здоровым»</p> <p>Участие родителей в создании тематических журналов семейного опыта: «Наш спортивный выходной», «Наша спортивная семья»</p> <p>Изготовление книги «Лекарственные растения Урала»</p> <p>Спортивный праздник «Мама, папа, я – спортивная семья»,</p> <p>Физкультурный досуг «Все на старт!»</p>

		<p>Создание книги рисунков «Спортивные игры и упражнения, укрепляющие мышцы и скелет»;</p> <p>Коллаж «Что нужно, чтобы быть здоровыми?»</p> <p>Беседы: Для чего нужны чистить зубы? (Познакомить детей с тем, что такое зубы и для чего они нужны. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью).</p> <p>Составление мнемотаблицы по теме: «С чего начинается утро», «Как работает моё сердце»;</p> <p>Беседы: Что происходит с нашим организмом (сердце, легкие ,мышцы) после занятий физической культурой.</p> <p>Экспериментальная деятельность «Каковы мои физические возможности?»«Как измерить рост?»</p> <p>Показ сказок детям мл.гр (театрализованная деятельность) «Овощной теремок» и «Где прячется здоровье?»</p> <p>Показ открытой НОД «Поезд здоровья»</p>	
2. «Речевое развитие»	коммуникативная	<p>Чтение художественной литературы с обсуждением прочитанного.</p> <p>- Шалаева Г. П., Журавлёва О. М., Сазонова О. Г. «Правила поведения для воспитанных детей»</p> <p>- Токмакова И. «Колыбельная», «Мне грустно – я лежу больной» - Чуковский К. И. «Айболит», «Мойдодыр» - М. Безруких «Разговор о правильном питании» - Л. Зильберг «Полезные продукты» - В. Бондаренко «Язык и уши» - Г. Зайцев «Крепкие, крепкие зубы», «Друзи с водой»</p>	Практикум «Развитие мелкой моторики детей»

<p>3.«Социально – коммуникативное развитие»</p>	<p>Коммуникативная, игровая</p>	<p>- Беседа «Осторожно - лекарство», «Как вести себя во время болезни», Рассказ по мнемотаблицам «С чего начинается утро», «Зимняя прогулка» Беседа: «Как надо поступать, чтобы не болеть» :- Просмотр мультфильмов. - Экскурсия в медицинский кабинет детского сада. (Познакомить с медработниками детского сада, их кабинетом, для чего необходим медкабинет, что в нем есть; учить не бояться врачей) -Беседа «Как доктор лечит людей» Сюжетно-ролевые игры: «Поликлиника», «Больница», «Аптека», «Детский сад», «Семья», «Овощной магазин» Дидактические игры: «Оденем куклу на прогулку» «Узнай и назови овощи и фрукты». «Таня простудилась» «Назови виды спорта» «Если кто-то заболел» - Просмотр мультфильмов. Беседа: «Кто закаляется тот не болеет»</p>	<p>Анкетирование «Спортивный уголок дома», «Интересны ли вам проблемы ЗОЖ», Консультации «Роль семьи в здоровом образе жизни ребенка», Встреча с родителями: «В какой спорт отдать ребенка» Консультации для родителей «Спорт ребятам - очень нужен!», «Зимние спортивные игры с детьми» «Закаливание», «Лучшее лекарство –витамины»</p>
<p>4. «Художественно – эстетическое развитие»</p>	<p>Продуктивная, музыкальная, изобразительная</p>	<p>- Прослушивание колыбельных песен, произведений В. Моцарта, Л. Бетховена. -Альбом рисунков «Витамины -овощи и фрукты», «Мы гуляем на участке» -Творческая мастерская - «Изготовление рецептов для игры в больницу» «Создание фотоколлажа «Кто с закалкой дружит, тот никогда не тужит», «На зарядку становись» Создание панно (коллективно группового) фоторепортаж «Цветок здоровья»</p>	<p>Привлечение к составлению фотоколлажей рисунков по тематическим блокам. Привлечение к спортивным развлечениям</p>

<p>5. «Физическое развитие»</p>	<p>Двигательная, игровая</p>	<p>Утренняя гимнастика -физкультурные занятия -эстафеты -соревнования -подвижные игры, Спортивные эстафеты на участке во время прогулки -Спортивные праздники -физкультурные досуги. Музыкально-спортивный праздник «Масленица»; Спортивно-музыкальное развлечение «Хочу быть здоровым» Спортивный праздник «Все на старт!!!».</p>	<p>Участие родителей в спортивном празднике «Папа, мама, я – спортивная семья» Рисунки на тему «Мой выходной день», «Спорт» Создание проектов семей «Зимние виды спорта!» Фоторепортаж «Если хочешь быть здоров!» Оформление выставки «Мои родители – спортсмены»</p>
-------------------------------------	------------------------------	--	---

Для повышения педагогической компетенции педагогов детского сада по валеологическому воспитанию дошкольников мною были подготовлены и проведены следующие мероприятия:

-Выступления перед педагогическим сообществом на тему: «Виды нарушений осанки человека, их профилактика», «Закаливание в детском возрасте», «Правила безопасного поведения дошкольников в природе».

- Представление опыта работы для педагогического сообщества на тему: «Формирование основ здорового образа жизни у дошкольников посредством валеологии», «Экологическая тропа, как средство всестороннего развития дошкольников»

-Разработала и провела открытые занятия для педагогического сообщества:

НОД «В гости к солнышку- пальчиковые игры» в младшей группе:



Физкультурный досуг по ОБЖ во второй младшей группе «В поисках медвежонка»



Физкультурный досуг в средней группе «Страна светофория» по ОБЖ:



НОД «Поезд здоровья» в средней группе детского сада:



НОД «Страна доброты и вежливости» в старшей группе детского сада

Комплекс данных мероприятий позволил повысить компетентность педагогов детского сада в вопросах валеологического воспитания детей дошкольного возраста.

Движение - это жизнь.

Быть здоровым, заниматься спортом всегда было полезно! Особенно важно это в современную эпоху. Личный пример взрослых – самый действенный фактор в физическом развитии дошкольников. Системный подход к воспитанию здорового ребенка позволяет установить тесное сотрудничество педагогов, родителей, детей в ходе реализации проектов, что в свою очередь будет способствовать физически крепкой и гармонично – развитой личности каждого воспитанника, что является первоочередной задачей современного общества.