

муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение города  
Новосибирска

«Детский сад № 441 комбинированного вида»

630136, г. Новосибирск, ул. Киевская 21/1, тел/факс:341-91-88

«ПРИНЯТО»:  
на Педагогическом совете  
МКДОУ д/с № 441  
Протокол № 1  
от 29 августа 2016 года

«УТВЕРЖДАЮ»  
заведующий МКДОУ д/с № 441  
*О.А. Костикова*  
Костикова О.А.  
Приказ №             
от 29 августа 2016 года



### ТЕХНОЛОГИЯ

по здоровьесбережению  
детей дошкольного возраста

«Здоровье»

(разработана коллективом МКДОУ д/с № 441 комбинированного вида)

на 2016 – 2020 учебный год



## Пояснительная записка

Технология «Здоровье» разработана коллективом детского сада № 441 в силу особой актуальности проблемы сохранения здоровья детей, она отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления воспитанников ДОО, определяет основные направления, цели и задачи, а также план действий по реализации программы.

Одним из приоритетных направлений работы детского сада № 441, является здоровьесбережение в ДОО. Педагогический коллектив дошкольного учреждения чётко определил пути своего дальнейшего развития. В настоящее время в ДОО прослеживается тенденция личностно-ориентированной модели взаимодействия, поиск конкретных целей и задач, позволяющих детскому саду обрести собственное лицо, создание оптимальных условий для воспитания, образования и развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями.

Технология «Здоровье» разработана на основе исходной оценки всей системы физкультурно – оздоровительной работы в ДОО:

- анализ управленческой системы (кадровый состав, работа в инновационном режиме, участие в инновациях, профессиональный уровень педагогов, медицинского персонала);
- научно – методическое обеспечение (программы, методические рекомендации, наработанный опыт в ДОО);
- материально – техническое обеспечение (помещение, оборудование);
- финансовое обеспечение (анализ финансовых возможностей для реализации программы);
- комплексная оценка здоровья дошкольников (анализ заболеваемости: в случаях, днях, в днях на одного ребенка);
- анализ результатов физической подготовленности детей;
- характеристика физкультурно - оздоровительной работы в ДОО (занятия, внедрение системы здоровьесберегающих технологий).

Наша технология направлена на воспитание основ культуры здоровья, формирование представления ребенка о себе и о здоровом образе жизни, правилах безопасного поведения, гигиены, охраны здоровья.

Технология «Здоровье» 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.

**Цель программы:** воспитание физически-крепкого ребенка, с устойчивой нервной системой, готового к успешной бытовой, трудовой и социальной адаптации в обществе.

## **Задачи программы:**

- Сохранение и укрепление здоровья детей.
- Формирование привычки к здоровому образу жизни.
- Профилактика нарушений простудных заболеваний.
- Создание максимально благоприятных условий для умственного, нравственного, физического, эстетического развития личности.
- Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.
- Привитие культурно-гигиенических навыков.
- Осознание и осмысление собственного «Я», преодоление барьеров в общении, формирование коммуникативных навыков.
- Развитие внимания, сосредоточенности, организованности, воображения, фантазии, умения управлять своими поступками, чувствами.
- Оказание помощи семье в воспитании детей, адаптация к жизни в социуме.

Технология «Здоровье» определяет основные направления оздоровления детей в детском саду, задачи, а также пути их реализации.

Психолого-педагогическая работа **направлена** на формирование культуры здоровья воспитанников и включает в себя формирование культурно-гигиенических навыков и первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека.

## **Описание модели образовательного процесса**

Модель организации воспитательно-образовательного процесса в дошкольном образовательном учреждении строится на основе здоровьесберегающих технологий.

В основе модели лежит интеграция наиболее эффективных оздоровительных методик и технологических подходов к организации воспитательно-образовательной работы с детьми.

В модели организации воспитательно-образовательного процесса на основе здоровьесберегающих и здоровьеформирующих технологий выделяются следующие направления деятельности:

- Мониторинг физического развития и состояния здоровья детей;
- Рациональная организация воспитательно-образовательного процесса;
- Организация рационального питания;
- Оздоровительная деятельность;

- Здоровьесберегающая воспитательная деятельность и формирование навыков здорового образа жизни;

- Формирование здоровьесберегающей пространственной среды;
- Взаимодействие с семьями воспитанников.

Весь воспитательно-образовательный процесс в детском саду строится на основе игровой деятельности, которую тщательно продумывает педагог. В режиме дня выделено время, которое заполняется полезными и увлекательными для детей делами в зависимости от их возраста, интересов, желаний.

Результативность работы отслеживается через проведение анкетирования родителей, диагностического обследования детей. Кроме того, большое внимание в организации жизнедеятельности воспитанников уделяется:

- максимальному пребыванию детей на свежем воздухе во время проведения прогулок, утреннего приема детей, занятий по физическому развитию;

- соответствию организации режимных моментов санитарно-гигиеническим правилам и нормам.

При организации питания воспитанников учитывается физиологически обоснованный режим, обеспечивается оптимально количественная и качественная структура питания, сформированный и сбалансированный рацион. При организации питания детей с хроническими заболеваниями учитываются принципы диетического подхода.

Большое внимание в оздоровлении детей уделяется адаптации каждого ребенка к условиям дошкольного учреждения. Введение гибкого режима дня, организация двигательного режима (использование мягких модулей, сухого бассейна и пр.), присутствие родителей в группе помогает облегчить течение адаптационного периода для малышей. Кроме того, удовлетворение эмоциональных потребностей малыша ведет к установлению доверительной, душевной обстановки в группе и в общении с родителями.

Здоровьесберегающая воспитательная деятельность в образовательном учреждении осуществляется через:

- установление гуманных взаимоотношений «педагог-воспитанник»;
- определение содержания воспитания на основе изучения и учета, с одной стороны, образовательного потенциала педагогов, с другой, качественного своеобразия потребностей и ценностных ориентаций воспитанников и их семей;

- содействие адаптации воспитанников к условиям детского сада;
- взаимодействие с родителями при определении индивидуальных особенностей их детей.

При формировании здоровой образовательной среды мы учитываем основные принципы ее построения (принцип свободы, самостоятельности, эмоциогенности и др.).

В системе физического воспитания применяются разнообразные формы организации физкультурно-оздоровительной деятельности воспитанников.

В ДОУ разработана комплексная система физкультурно-оздоровительной работы.

В детском саду составлено перспективное планирование физкультурно-оздоровительной работы, разработан двигательный режим для каждой возрастной группы. Помимо традиционных, в план включены различные виды занятий: сюжетные, интегрированные, в форме круговой тренировки, состоящие из подвижных игр и эстафет, из серии: «История развития спорта», «Уроки здоровья».

Взаимодействие с семьей строится по принципу: родитель - равноправный участник воспитательно-образовательного процесса.

Для успешной организации работы по созданию психического и физического комфорта, воспитатели изучают проблемы каждого ребенка и группы детей в целом, определяют, где, как и какую оказать помощь ребенку и семье.

Внедрение в практику учреждения модели организации образовательного процесса на основе здоровьесберегающей технологии позволяет сохранить и укрепить здоровье воспитанников, сформировать у них потребность в здоровом образе жизни.

Работа по здоровьесбережению дошкольников строится с учетом интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей.



### Ожидаемые результаты

Повышение эффективности здоровьесберегающего процесса в условиях дошкольного образовательного учреждения:

- улучшение основных показателей состояния психофизического здоровья детей;
- успешное освоение образовательной программы воспитанниками ДОУ ежегодно не менее 86%, качественная подготовка детей к школе до 95%;
- рост компетентности педагогов к качественному моделированию здоровьесберегающего процесса в инновационном режиме на 100%;
- активизация родителей к совместной с образовательным учреждением здоровьесберегающей деятельности и использованию эффективных форм здоровьесбережения в семье - не менее 93%;
- создание системы комплексного мониторинга состояния здоровья ребёнка;
- снижение количества наиболее часто встречающихся в дошкольном детстве заболеваний;

- 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;
- стимулирование повышения внимания дошкольников и их родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности.

## **Социальный эффект от реализации программы**

Подготовка определённого спектра авторских программ и инструктивно-методических материалов по организации инновационной здоровьесберегающей деятельности, способных удовлетворить широкие образовательные запросы детей, родителей и общества, обоснованных с точки зрения своей целесообразности, позволит воспринимать ДОУ как образовательное учреждение, обеспечивающее устойчивый качественный уровень образовательных услуг, демонстрирующее социальную значимость и ценность работы на внутренние и внешние целевые аудитории.

## **Реализация программы**

### **Цель, задачи и пути реализации программы**

**Цель:** создать условия для формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья воспитанников ДОУ.

### **Система организации контроля за выполнением программы:**

Управление технологией и осуществление контроля за ее реализацией осуществляется заведующим МКДОУ и старшим воспитателем. Администрацией совместно с медицинскими работниками определены основные условия природосообразного, здоровьесберегающего образования *у детей* - это потребности в здоровье, формирование у них элементарных представлений о здоровом образе жизни и выработка индивидуального способа обоснованного поведения.

## Основными направлениями технологии “Здоровье”

Материально-техническое оснащение

Воспитательно-образовательное направление.

Лечебно - профилактическое направление.

Мониторинг реализации программы.

### Задачи и пути реализации оздоровительной работы по каждому из направлений программы:

#### I. Материально-техническое оснащение оздоровительного процесса в ДОУ.

*Задача: Совершенствование здоровьесберегающей среды в ДОУ.*

Пути реализации:

- а) обновление материально-технической базы;
- б) преобразование предметной среды.

#### II. Воспитательно-образовательное направление

Задачи:

- Организация рациональной двигательной активности детей: использование оптимальных двигательных режимов для детей с учетом их возрастных, психологических и иных особенностей, развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом;
- Забота о здоровье детей в нашем ДОУ складывается из создания условий;
- Формирование представления об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью;



- Психическое развитие детей и профилактика их эмоционального благополучия.

### **Новые подходы в профилактике эмоционального благополучия:**

- обучение детей приемам релаксации;
- разработка и введение в воспитательно-образовательный процесс цикла занятий психолога с детьми 5-7 лет, направленных на формирование умений дошкольников по оказанию психологической помощи и самопомощи в различных жизненных ситуациях.

### **III. Лечебно-профилактическое направление**

**Задача:** Совершенствование системы профилактическо-оздоровительной работы.

Профилактическо-оздоровительная работа в нашем ДОУ должна быть направлена в первую очередь на выполнение правил СанПиН.

Профилактическо-оздоровительная работа с детьми в ДОУ осуществляется:

- 1) **специфической иммунопрофилактикой.**
- 2) **неспецифической иммунопрофилактикой.**



Формы организации оздоровительной работы в летний период:

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

### **Взаимосвязь со специалистами**

Здоровьесберегающая инфраструктура, поддерживается благодаря постоянной связи с врачами узкой специализации детской поликлиники. По результатам мониторинга, по назначению участковых педиатров и врачей узкой специализации, планируются и осуществляются оздоровительно-профилактические и лечебные мероприятия. Отследить результаты физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном отделении помогает медико-педагогический контроль, в который входят:

- Динамическое наблюдение за состоянием здоровья и физическим развитием детей;
- Обследование физического развития детей;
- Медико-педагогическое наблюдение за проведением физкультурных занятий;
- Медико-педагогическое наблюдение за осуществлением системы закаливания;
- Контроль за санитарно-гигиеническим состоянием мест проведения занятий (спортивный зал, участок), оборудования, спортивной одежды,

### **Летняя оздоровительная работа.**

Формы организации оздоровительной работы:

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

## Организационные методические мероприятия:

1. Знакомство и внедрение в практику работы ДОУ новых программ, технологий в области физического воспитания детей дошкольного возраста.
2. Разработка систем физического воспитания, основанных на индивидуальном подходе.
3. Внедрение современных методов мониторинга здоровья. Разработка критериев комплексной оценки состояния здоровья.
4. Мониторинг состояния здоровья детей всех возрастных групп.
5. Мониторинг среды жизнедеятельности ребёнка, включая образовательную, психологическую, семейную среду и экологию места обитания.
6. Создание информационной базы по педагогическим, экономическим, санитарно – гигиеническим и методическим составляющим здоровья детей.
7. Разработка и внедрение педагогических, валеологических и медицинских методов коррекции.
8. Внедрение сбалансированного разнообразного питания.
9. Пропаганда здорового образа жизни.
10. Обучение дошкольников здоровому образу жизни, проведение бесед, валеологических занятий, психологических тренингов, привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.

## Работа по укреплению здоровья сотрудников

Обеспечивая условия здоровьесбережения детей, не нужно забывать о здоровье педагогов, так как только здоровый педагог может воспитать здорового ребенка.

### Укрепление здоровья

Ежегодные  
периодические  
медицинские осмотры

Работа с психологом

Проведение педагогических  
советов, консультаций,  
семинаров в нетрадиционной  
формы

Спортивные  
мероприятия

Информационные  
бюллетени по  
укреплению  
физического и  
психического здоровья

**Здоровьесберегающие технологии** в дошкольном образовании направлены на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования – задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.

**Цель** здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании применительно к ребенку – обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику детского сада и воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и охранять его, валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи. Применительно к взрослым – содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей ДОУ и валеологическому просвещению родителей.



## Работа с родителями

Одним из основных направлений по формированию физически и психически здорового ребёнка является работа с родителями.

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 ребёнка.
5. Вооружение родителей основами психолого – педагогических знаний через тренинги, консультации, семинары.
6. Валеологическое просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье.
7. Включение родителей в воспитательно - образовательный процесс.



Для улучшения профилактической работы проводим с родителями цикл бесед, лекций:

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. Значение режимных моментов для здоровья ребёнка.
7. О питании дошкольников.
8. Особенности физического и нервно – психического развития у часто болеющих детей.
9. Физические упражнения в дошкольном учреждении и дома.
10. Профилактика глистных и острых кишечных заболеваний у детей.
11. Воспитание культурно – гигиенических навыков у дошкольников.
12. Вредные привычки у взрослых (употребление алкоголя, курение, наркомания и др.) и их влияние на здоровье детей.
13. Здоровый образ жизни в семье – залог здоровья ребёнка

### **Развивающая предметно-пространственная среда**

При организации развивающей предметно-пространственной среды мы учитываем соответствие ее санитарно-гигиеническим нормам, как условию обеспечения безопасности детей, сохранения их физического и психического здоровья. В групповых комнатах при создании предметно-развивающей среды мы выделяли оздоровительную мини-среду, которая стимулирует двигательную активность, обогащает двигательный опыт, приобщает к культуре здоровья, помогает освоить способы сохранения здоровья. Для того чтобы предметно-развивающая среда побуждала ребёнка к новой двигательной активности, способствовала укреплению его здоровья, она должна изменяться, т.е. быть мобильной. Все имеющиеся в группах пособия и материалы всегда находятся в распоряжении детей.

Групповые помещения организованы с учетом реализации потребности дошкольников в движении, оформлены в соответствии с возрастными потребностями детей, уровнем их развития, требованиями программы. Пространство групп можно назвать мобильным, живым, постоянно меняющимся под конкретные задачи детского сада и запросы детей. В такой обстановке детям предоставлена большая свобода выбора, возможность самоорганизации.

Для совершенствования физических качеств в группах используется нетрадиционное оборудование. Для упражнений в ходьбе, беге, прыжках, развития равновесия используются различные дорожки, косички, змейки; для

подлезания – дуги. Во всех группах имеются пособия для профилактики плоскостопия, для организации подвижных игр и упражнений общеразвивающего воздействия. Все физкультурное оборудование доступно для детей.

Физкультурное оборудование для занятий также подобрано с учётом современных требований, возрастных, индивидуальных, половых особенностей воспитанников, состояния их здоровья.

Перечень физкультурного оборудования включает в себя: гимнастические стенки, приставные лестницы и наклонные доски, гимнастические скамейки, гимнастические маты, разновысокие дуги для подлезания, доски ребристые, обручи, палки гимнастические, скакалки, разноцветные флажки и ленты, мячи набивные, мячи резиновые ( три вида), баскетбольные кольца, волейбольная сетка, бадминтонные ракетки и воланы, кольцобросы, кегли, вертикальные и горизонтальные мишени, сухой бассейн, дорожки для ходьбы (ширина 30 и 15 см.), массажёры.

Предметно-развивающая среда на территории ДОО также организована с учётом необходимости сохранения и укрепления здоровья воспитанников.

Педагогами нашего учреждения уделяется большое внимание организации физкультурно-оздоровительной работы на свежем воздухе. Прежде всего на территории д/сада и на участках групп выделено единое пространство физического развития, которое объединяет зоны, в наибольшей степени стимулирующие двигательную активность детей: сюда включаются специально выделенные зоны подвижных и спортивных игр на участках, На участке ДУ имеется спортивная площадка, оборудованная ямой с песком для прыжков, а также оформлено разнообразным спортивно-игровым оборудованием.