

**МКДОУ «ДЕТСКИЙ САД «РОДНИЧОК»  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА С.ЭРПЕЛИ**

**Отчет  
о  
проделанной  
работе**

**медсестры Атаевой З.А.**

**за 2017-2018 уч.г.**



## ОТЧЕТ СТАРШЕЙ М/С О ПРОДЕЛАННОЙ РАБОТЕ за 2017-2018 уч.год

Общеизвестно, что детство – это уникальный период в жизни человека, именно в это время формируется здоровье, происходит становление личности.

Здоровьесбережение детей одна из главных проблем на сегодняшний день. Ведь по данным массовых медицинских обследований ситуация усложняется тем, что состояние здоровья детей ухудшается. За последние годы среди дошкольников увеличилось частота болезней нервной системы, органов чувств, кровообращения, эндокринной системы, увеличились аллергические реакции. К 6 – летнему возрасту увеличивается по сравнению с 3 –4 летними детьми число детей с пониженной остротой зрения.

Поскольку большинство семей вынуждены работать для удовлетворения потребностей семьи, отдавая своих детей в детские сады, огромная ответственность за здоровье детей ложится на дошкольные образовательные учреждения.

Тема моей работы по самообразованию: «Совокупность различных видов деятельности для мотивации здорового образа жизни и укрепления здоровья детей дошкольного возраста».

Я считаю, что проблема оздоровления, воспитания и развития – это работа не одного дня, а целенаправленная, систематическая, спланированная деятельность ДООУ и семьи на длительный период времени – дошкольный период.

Под здоровьесберегающей направленностью я рассматриваю:

- соответствие предметного окружения санитарно – гигиеническим нормам и требованиям;
- создание предметной среды по оздоровлению детей, закаливанию, профилактике заболеваний;
- обеспечение положительного эмоционального состояния дошкольников;
- условия для полноценного физического развития, удовлетворения потребности в разнообразной двигательной активности;
- условия для формирования привычек здорового образа жизни.

Работа по оздоровлению детей предполагает использование эффективных педагогических технологий.

В своей работе я использовала:

- «Программу воспитания и обучения в д/с» под редакцией М.А.Васильевой;
- «Программу Росинка. Расту здоровым» - В.Н.Зимониной.

Также использовала педагогические технологии:

- «Развивающая педагогика оздоровления» Т.В.Кудрявцева, Б.Б.Егорова;
- «Социальная технология. Здоровый ребенок» Ю.Ф.Змановского;
- При комбинировании программ я придерживаюсь принципа единства подходов к воспитанию, обучению и развитию, которые лежат в основе программ, а также учета умственной и физической нагрузок на ребенка в целях охраны его здоровья. Учитывала возрастные возможности, состояние здоровья, психологические особенности детей.

## **СИСТЕМА МОЕЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ:**

### **1. Закаливание.**

В него входят:

- Утренняя гимнастика.

Я проводила разного вида традиционную гимнастику: с предметами и без предметов, на формирование правильной осанки, на формирование свода стопы, имитационного характера, с простейшими тренажерами (гимнастические мячи, гантели, кольца).

- гимнастика в постели:
  - гимнастика пробуждения, носящая сюжетно – ролевой характер;
  - комплекс бодрящей гимнастики.
- Закаливание водой – умывание, обливание ног.
- Закаливание воздухом: прогулки на свежем воздухе, проветривание помещений.
- Сон с доступом свежего воздуха.

### **2. Комплекс психолого-педагогических и коррекционных мероприятий.**

- *Корректирующая гимнастика.*

При проведении корректирующей гимнастики я включала в комплекс 3-4 специальных упражнений в соответствии с характером отклонений или нарушений в развитии детей.

Широко использовала двигательные разминки (физминутки, динамические паузы).

- *Массаж и самомассаж.*

Я использовала игровой самомассаж, начиная с младшей группы.

Подбирала материал от простого к сложному. В младшей группе в основном проводился самомассаж кистей рук, который содействует снижению двигательной, эмоциональной расторможенности, коррекции гиперактивности. Учитывая возрастные особенности 3 – летних детей, при проведении игрового самомассажа использовала веселые стихи, яркие образы.

Простота и доступность таких игровых упражнений дает возможность использовать их в любое время дня.

В средней и старшей группе такие упражнения усложнялись. Использовала массаж в парах, групповые упражнения.

- Дыхательная гимнастика.

Такие упражнения проводятся не только на занятиях по физической культуре, но и на занятиях по развитию речи для развития силы голоса, интонационной выразительности и на др. занятиях.

Широко использовала дыхательные упражнения из оздоровительной технологии Кудрявцева Т.Б. Для детей, страдающих аденоидами, я проводила специальную дыхательную гимнастику.

- Релаксационная гимнастика.

Обучение детей релаксации я проводила в несколько этапов.

В младшей группе при проведении релаксационной гимнастики я использовала показ и тактильную помощь. («Роняем руки», «Трясем кистями», «Мельница»).

Постепенно я учила отличать мышечное напряжение от расслабления мышц.

(«Кулачки», «Пружинки», «Шарик»).

Использовала тихую, мелодичную музыку, которая помогает детям отвлечься от посторонних мыслей и успокоиться.

Упражнения выполнялись в различных позах: лежа, сидя и даже стоя.

Детям 5-7 лет гораздо легче расслабиться и получить удовлетворение от выполняемых упражнений, если релаксация построена в игровой форме.

### **3. Организация двигательного режима.**

- физминутки, динамические паузы.
- подвижные игры.
- игры – импровизации.
- развлечения.
- физические упражнения на прогулке.
- оздоровительные занятия.

В режиме дня мною было отведено время для проведения оздоровительных занятий. Такие занятия проводились, начиная с 1-ой младшей группы, один раз в неделю во второй половине дня. Оздоровительные занятия являлись в своем роде «уроками здоровья». Они не требовали специального разучивания песен, танцев, комплексов физических упражнений. В структуру занятий тесно вплетены различные виды деятельности: разнообразные виды массажа, пальчиковые игры, наряду с дыхательными и двигательными упражнениями, ребенок поет, танцует, импровизирует. Синтез различных видов деятельности подчинен одной цели – мотивации здорового образа жизни и укреплению здоровья. При проведении занятий учитывала самочувствие детей, их эмоциональное состояние.

Каждый год в нашем д/с проходит неделя открытых мероприятий. Мною были проведены открытые оздоровительные занятия.

- «Веселые котята»
- «Колобок»
- «В гости белочка пришла и орешки принесла»

Много внимания оздоровительной работе я уделяла в летний период. Методы и формы профилактических, закаливающих и оздоровительных мероприятий подбирала с учетом вида нашего ДООУ (общеразвивающий). Старалась, чтобы оздоровительная работа представляла собой комплекс мероприятий, направленных на восстановление ухудшенного за учебный год функционального состояния организма ребенка. Центральное место в этом комплексе занимает режим дня, который изменен в летний период: длительность активного отдыха в связи с отсутствием учебных занятий увеличивается и в организованных формах составляет не менее 50 % всего объема суточной двигательной активности.

Таким образом, для достижения оздоровительного эффекта в режиме дня предусматривала максимальное пребывание детей на открытом воздухе, соответствующую возрасту продолжительность сна и других видов отдыха. Не допускала, чтобы в жаркие дни дети длительное время находились под воздействием прямых солнечных лучей. Деятельность, связанную с физическими нагрузками (подвижные игры, экскурсии, труд), проводила в часы наименьшей инсоляции (до наступления жары или после ее спада).

Очень целесообразно было проведение игры – путешествия «Страна добрых Драконов»

Мною были проведены диагностики, направленные на оценку уровня сформированности знаний и умений у детей по оздоровлению организма

В группе оформлен информационно – наглядный стенд «Уголок Здоровья», фотоальбом, картотека подвижных игр, упражнений, пальчиковые игры, физминутки, дыхательные упражнения, комплексы бодрящей гимнастики.

В работе по формированию потребности в здоровом образе жизни у детей должны участвовать не только ДООУ, но в первую очередь семья.

Изучая современную литературу, статьи дошкольных изданий, наблюдая за детско-родительскими отношениями, проведя анкетирование, я сделала вывод, что:

1. Современные родители – это родители, которые делают ставку на познавательное развитие, а не на эмоциональное развитие и комфорт.
2. Жизнь современной семьи связана с поиском заработка, перегрузкой на работе, сокращением свободного времени. Все это приводит к ухудшению физического и психического состояния, повышенной раздражительности, утомляемости и стрессам. Свои

эмоции родители привычно выплескивают на детей. Все это сказывается на психическом здоровье ребенка.

Поэтому я объясняю родителям, что семья ребенка – это жизненно необходимая среда, во многом определяющая развитие ребенка.

И вовлечение родителей в орбиту педагогической деятельности, их заинтересованное участие в воспитательно-образовательном процессе необходимо не потому, что этого хочу я, а это необходимо для развития их собственного ребенка.

### **Цели моей работы с родителями:**

1. Создание условий для благоприятного климата взаимодействия с родителями.
2. Установление доверительных, партнерских отношений с родителями
3. Вовлечение семьи в жизнедеятельность группы.

Для осуществления поставленных целей я разработала модель взаимодействия педагога с родителями, включающую оздоровительные мероприятия.

Было проведено:

- открытое комплексное занятие с элементами оздоровления совместно с родителями «Еж под деревом»
- специальное практическое занятие для родителей «Играем с ребенком»;
- консультации для родителей:
- «Движение и здоровье»
- «Будь здоров, малыш!»
- «Профилактика нарушений осанки» и др.

Для построения своей дальнейшей работы я провела анкетирование на тему: «Формирование представлений о ЗОЖ».

Анкетирование показало, что все родители заботятся о здоровье своего ребенка, формируют у них представление о здоровом образе жизни, что очень необходимо в настоящее время, учитывая и экологические факторы, и высокую заболеваемость среди детей. Родители стараются поддерживать режим дня дома, не отступая от режима в д/с, следя за питанием ребенка и за его занятиями в свободное время.

- вовлечение родителей в досуговые и оздоровительные мероприятия детского сада: подготовку и проведение праздников, досугов, выставок, спортивных соревнований, театрализованных представлений.

Семейный досуг выполняет восстановительную функцию семьи, т.е. восстановление и поддержание здоровья, удовлетворение различных духовных потребностей. Формируются семейные традиции, что является залогом

счастливой и дружной семьи. Я увидела, что взаимодействие с родителями оказывает благотворное влияние на развитие ребенка. Главное, чтобы слова родителей, их пример, реальные проявления совпадали, и тем самым закрепляли представления ребенка о том, что такое «хорошо» и что такое «плохо».

Выстраивая систему оздоровления нельзя недооценивать потребность ребенка в ласке и в любви. Особо значимое проявление любви для ребенка – прикосновение.

Исследования подтверждают, что недостаток прикосновений, «тактильный голод» наносит ребенку непоправимый ущерб. Ведь именно через прикосновения ребенок обретает уверенность в себе, доверие к миру, что обеспечивает эмоциональное благополучие и физическое здоровье. И, по моему мнению, никакие оздоровительные мероприятия не будут иметь положительного эффекта, если ребенок испытывает дефицит любви, внимания, ласки. А необходимость в эмоциональном сближении родителей с детьми очевидна.

В интересах развития личности детей я тесно взаимодействую со всеми структурными подразделениями детского сада: врач, медсестра, психолог, логопед, музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре.

Ведь положительные результаты в оздоровлении дошкольников возможны только при совместной работе всего коллектива сотрудников ДОУ.