Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №42

**Моя педагогическая система**

**Методическая разработка «Круг здоровья»**

Автор: Смирнова Елена Вячеславовна.

Воспитатель высшей квалификационной

категории, педагогический стаж 37 лет

МБДОУ д/с №42

г. Сарапул, УР 2018г.

Оглавление

Введение\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 3

1. Характеристика основных элементов педагогической

деятельности по организации и проведению «Круга здоровья»

с детьми дошкольного возраста.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_10

* 1. Этапы работы.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_10

1.2.Принципы организации и проведения различных видов

гимнастики в рамках «Круга здоровья».\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_11

1.3. Формы организации детей.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_11

1.4. Структура «Круга здоровья».\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_11

1.5. Методологическая основа.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 14

2. Сотрудничество с семьями воспитанников.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_16

Заключение\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 18

Список используемой литературы и интернет-ресурсов\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 24

**ВВЕДЕНИЕ**

Я, Смирнова Елена Вячеславовна, воспитатель МБДОУ д/с № 42, г. Сарапула, педагогический стаж – 36 лет, из них 26 года воспитателем, 10 лет старшим воспитателем, высшее педагогическое образование, высшая квалификационная категория. Полуфиналист городского конкурса «Педагог года- 2017» в номинации

«Воспитатель ДОУ», обладатель гранта благотворительного фонда депутата Госсовета УР С. В. Мусинова в 2008 г. за заслуги в области здравоохранения и образования. Победитель Республиканского этапа Всероссийского конкурса «Учитель здоровья – 2011», Победитель Республиканского этапа Всероссийского конкурса «Учитель здоровья - 2017». Автор статьи в журнале «Педагогический Родник» №1(60) 2012г, Победитель Республиканского конкурса на денежное поощрение лучших педагогических работников – 2013. Победитель Всероссийского профессионального фестиваля «Воспитатель года – 2017», Участник VI Межрегионального этапа XVI Международной Ярмарки социально-педагогических инноваций 2017, Победитель IV Республиканского конкурса «Учитель здоровья Удмуртии – 2017», «Почётный работник общего образования РФ»

Главное в моей педагогической концепции – сохранение здоровья и развитие творческого потенциала детей дошкольного возраста.

Мое кредо – не навреди, заботясь о здоровье, ибо здоровье – не всё, но всё без здоровья – ничто. (Сократ)

**Актуальность организации и проведения «Круга здоровья» с детьми дошкольного возраста.**

Стремительный темп обновления общества с неизбежностью ведет к коренному изменению системы образования и воспитания, предполагает выработку у педагогов умения по-новому подойти к взаимодействию с детьми и своей меры ответственности за здоровье будущего поколения.

Формирование здоровья детей, полноценное развитие их организма - одна из основных задач в современном обществе. Медики, родители и педагоги повсеместно констатируют отставание, задержки, нарушения, отклонения, несоответствия нормам в развитии детей, неполноценность их здоровья. На сегодняшний день в системе дошкольного образования особое внимание уделяется здоровью детей. «**Здоровье** – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов»,- гласит один из девизов, вписанных в Устав Всемирной организации здравоохранения. [5]

Мы живем в эпоху кризисов и социальных перемен. Тем не менее, в одних и тех же обстоятельствах мы ведем и чувствуем себя по-разному. На некоторых людей жизненные сложности действуют угнетающе, приводят к ухудшению **здоровья**. У других те же проблемы способствуют пробуждению скрытых ранее ресурсов, духовному совершенствованию - как бы вопреки экстренным ситуациям.

**Ребенок** же беспомощен в этих ситуациях, но мудрость взрослых дает ему защиту, так как именно окружающие **ребенка** взрослые способны создать приемлемые условия для его полноценного развития. Здоровье детей зависит от ряда факторов: биологических, экологических, социально гигиенических, а также от характера педагогического воздействия. Полноценное развитие и **здоровье** ребенка – это основа формирования личности. И основная задача взрослых состоит в том, чтобы помочь малышам сохранить **здоровье** всего организма на долгие годы. Поэтому с самых ранних лет нужно приучать деток к определенным манипуляциям, которые помогут им поддерживать оптимальное состояние органов и систем в дальнейшей жизни. Среди многообразных факторов, влияющих на состояние здоровья и работоспособность растущего организма - двигательная активность, психологический комфорт, удовлетворение потребности в общении и познании.

**Забота о здоровье всегда была приоритетной задачей нашего государства. Об этом заявляет и Президент РФ В.В. Путин в своем послании Федеральному собранию от 01.12.2016 г.: «…**Смысл всей нашей политики – это сбережение людей, умножение человеческого капитала как главного богатства России. Поэтому наши усилия направлены на поддержку традиционных ценностей и семьи, **улучшение экологии, здоровья** людей, развитие образования и культуры…» [2]

**Актуальность сохранения и укрепления здоровья и развития физических качеств, в том числе** развитие крупной и мелкой моторики обеих рук подтверждается ФГОС ДО в образовательной области «Физическое развитие». [3]

Рациональное планирование образовательного процесса в детском саду обеспечивает систему работы, позволяет охватить весь объём программных задач. Но вот противоречие: как правило, воспитатели много внимания уделяют планированию и организации непосредственно - образовательной деятельности с детьми, хотя каждый отрезок времени в режиме дня, каждый режимный процесс можно и нужно использовать для обогащения двигательного, речевого опыта, развития навыков эффективного взаимодействия и саморегуляции поведения дошкольников. Считаю, что особое внимание при этом нужно уделять первым часам пребывания детей в детском саду. От правильной их организации зависит настроение, эмоциональная и познавательная активность ребёнка, его желание общаться со взрослыми и сверстниками.

Содержание образовательной области ***«Социально*** *–****коммуникативное развитие****»* согласноФедерального государственного образовательного стандарта **дошкольного** образования направлено на достижение целей овладения детьми **дошкольного возраста конструктивными** способами и средствами взаимодействия с окружающими людьми. Я в своей работе с детьми уже на протяжении нескольких лет использую в режиме дня -  «**Круг здоровья»**, который задаёт тон для благоприятного и дружеского общения и устанавливает атмосферу доверия на весь день.  «**Круг здоровья»** строится на позиции интегративного подхода, создаёт условия для социального, эмоционального, интеллектуального и физического **развития** каждого члена сообщества группы. Чувство принадлежности и **навыки внимательного,** уважительного отношения к каждому ребенку, **двигательный опыт,** которые **развиваются во время «Круга здоровья»** – ***это основа для социальных взаимодействий в группе и двигательной активности в течение всего дня***.

**«Круг здоровья» – это организованное в утренние часы время, эмоционально-двигательное и сенсорно наполненное игровыми упражнениями и гимнастиками, направленное на стимуляцию активности ребенка, на развитие его коммуникативных возможностей (компетенций).**

**Обоснование значимости рассматриваемого вопроса.**

Изучая литературу по здоровьеформирующему развитию детей дошкольного возраста, я встретила некоторые рекомендации и общие указания по проведению различных гимнастик автономно и, к сожалению, отсутствие системы в организации и проведении определенных гимнастик с детьми дошкольного возраста. Работая с детьми ***разного*** дошкольного возраста, я поставила перед собой ***цель - разрешить противоречие***между необходимостью организации и проведения различных видов гимнастик (пальчиковой, артикуляционной, психогимнастики, дыхательной, гимнастики для укрепления зрения), рекомендованных СанПиН 2.4.1.3049-13 [4] с целью укрепления здоровья и развития компетенций дошкольников ***и*** отсутствием четкой системной методики их проведения и определения времени для их организации.

Итак, **идея моего опыта** заключается в систематизации материала и составлении методической разработки « **Круга здоровья» *по организации и проведению различных гимнастик в утреннее время с детьми дошкольного возраста.***

**Новизна подхода к организации и проведению разных видов гимнастик в «Круге здоровья» имеет три особенности:**

**Первая** особенность **заключается в том**, что затраты времени на выполнение игровых гимнастик и упражнений измеряются минутами, а польза от подобного рода деятельности для **здоровья ребенка неоценима**.*(Приложение №1а Выдержка из учебного плана средней группы, реализующей ООП МБДОУ д/с № 42, составленную на основе образовательной программы дошкольного образования «Детство», под редакцией Т.И. Бабаевой, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцевой)*

**Вторая** особенность – организация и проведение «Круга здоровья» в утреннее время в детском саду решают не только обучающие, воспитывающие и развивающие задачи, но и профилактические.

**Третья** особенность - включение в работу и реализация базовых факторов развития, специфичных для формирования нервной системы и психики ребенка. При этом на первый план выходит координация, сопряжение различных мышц и движений частей тела. Через регуляцию дыхания, кровообращения, обмена веществ, координации движений происходит развитие всего организма, в том числе речевого и опорно-двигательного аппарата, укрепление здоровья в целом.

**ЦЕЛЬ** моей работы – **повысить эффективность позитивного воздействия на здоровье детей путем рационального использования времени в утренние часы для организации и проведения различных видов гимнастик.**

Эта методическая разработка может быть использована для работы с детьми дошкольного возраста в дошкольных образовательных учреждениях любого вида, родителями в домашних условиях для сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения. А так же в работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и инвалидами. Так как в соответствии с п.3 статьи 11 Федерального закона Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» и ФГОС ДО дошкольное образовательное учреждение обязано создавать условия для реализации права на получение дошкольного образования всеми категориями детей, в том числе с ОВЗ и инвалидами.

Разработанные комплексы игровых упражнений разных видов гимнастик и приветствий, наличие картотек всех гимнастик, соответствующая среда и дидактический материал позволяют беспрепятственно организовывать «Круг здоровья» с детьми дошкольного возраста, в том числе с ОВЗ и инвалидами.

**Цель «Круга здоровья»:** создать положительный эмоциональный настрой на предстоящий день; развивать мышечный тонус, навыки концентрации внимания, координации движений, коммуникативные компетентности.

**Задачи:** 1. Сохранение эмоционального благополучия детей, развитие их эмоциональной сферы.

2. Развитие двигательной активности дошкольников и физических качеств, в частности - развитие крупной и мелкой моторики обеих рук.

3. Развитие коммуникативной сферы.

4. Развитие творческого воображения, т.е. способности к творчеству в проявлении эмоциональных реакций на предлагаемую ситуацию и способам их выражения;

5. Развитие подвижности и дифференцированных движений органов, принимающих участие в речи.

6. Повышение качества здоровья за счет снижения заболеваемости.

**ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ.**

1. Создание положительной эмоционально-психологической атмосферы в группе.
2. Развитие крупной и мелкой моторики обеих рук.
3. Развитие коммуникативных компетенций.

4. Развитие творческого воображения

5. Подвижность артикуляционного аппарата, правильное звукопроизношение.

6. Повышение качества здоровья.

**Об эффективности использования методической разработки по организации и проведению «Круга здоровья» говорят результаты:**

\*\* **Исследования состояния здоровья**, которые показали устойчивую тенденцию к стабильности и улучшению:

1. ***качества здоровья: (****Приложение 1.1.)*

Качество здоровья детей подготовительной группы повысилось на 10 случаев (24 случая) по сравнению со старшей группой (34 случая)

1. ***увеличению детей с первой группой здоровья, сокращению детей со второй группой здоровья: (****Приложение 1.2.)*

Так, в старшей группе с первой группой здоровья было 20%, при выпуске в школу – 28%, соответственно снизился процент детей со второй и третьей группой здоровья на 4% и 4%.

**\*\*** в группесозданаположительная **эмоционально-психологическая атмосфера** за счет повышения уровня благополучия на 32% и снижения индекса изолированности на 12%; так же повысили свой социальный статус 53% детей.

***(****Приложение 1.3.)*

**\*\***  об успехах детей говорит увеличение высокого уровня **развития мелкой моторики рук** на 42%, а низкий уровень снизился на 29%.***(****Приложение 1.4.)*

**\*\*** о высоком уровне(увеличился на 25%) **коммуникативных компетенций** детей позволяют сделать вывод исследования их развития. ***(****Приложение 1.5.)*

\*\* при анализе развития **творческого воображения** детей установлено, что высокий уровень его увеличился на 30%, а низкий снизился на 16%.***(****Приложение 1.6.)*

\*\* о **подвижности артикуляционного аппарата** говорит увеличение высокого уровня на 42%, снижение низкого уровня на 13%. ***(****Приложение 1.7.)*

Полученные данные позволяют утверждать, что ***«Круг здоровья» способствует***: созданию положительного эмоционального настроя на предстоящий день и общей позитивной психологической атмосферы; развитию мышечного тонуса, навыков концентрации внимания, координации движений, коммуникативных компетенций; способствует укреплению организма в целом, развитию навыков здорового образа жизни.

1. **Характеристика основных элементов педагогической деятельности по организации и проведению «Круга здоровья»**

**с детьми дошкольного возраста.**

**1.1. Этапы работы.**

1 ЭТАП. **Подготовительный.** (2015 – 2016 уч.г.г.)

**Цель:** Изучение литературы по вопросу**.** Создание картотеки игровых упражнений разных видов гимнастик. Мотивация детей на участие в «круге здоровья». Выявление качества здоровья детей; определение уровня развития коммуникативных компетенций детей, подвижности артикуляционного аппарата, мелкой моторики рук, уровня благополучия детей в группе.(*Приложение №1 Экспресс-диагностика*)

2 ЭТАП. **Основной.** (2016-2017 уч.г.г.)

**Цель:** Планирование и создание условий для организации и проведения «Круга здоровья» в утреннее время с детьми дошкольного возраста.

3 ЭТАП. **Обобщающий.** **(**2017-2018 уч.г.г.)

**Цель:** Подведение итогов педагогической деятельности по организации и проведению «Круга здоровья» в утреннее время с детьми дошкольного возраста; анализ и оформление результатов, определение перспективы.

* 1. **Принципы организации и проведения различных видов гимнастики в рамках «Круга здоровья».**

***1. Индивидуально-***дифференцированный подход к личности **ребенка**;

***2. Системность***воздействия с обеспечением определенного подбора упражнений и ***последовательность***их применения.

1. ***Регулярность***воздействия, которое обеспечивает развитие и восстановление функциональных возможностей организма.
2. ***Обеспечение*** эмоционально-**психологического *комфорта* детей**
3. ***Учета возрастных особенностей***при реализации задач в разных возрастных группах.
4. ***Ежедневное*** включение «Круга здоровья» в режиме дня;
5. ***Сотрудничество*** с семьями воспитанников.
   1. **Формы организации детей.**

Для проведения «Круга здоровья» использую различные формы организации детей, в зависимости от вида гимнастики: стоя, сидя на стульчиках или на ковре; шеренгой, рядами, по кругу, в парах и т.д. Также может варьироваться и пространственная среда: в групповой комнате, в раздевальной комнате, в учебно-познавательном кабинете, в физкультурном зале, в музыкальном зале; в теплое время года на прогулочном участке либо на спортивной площадке.

**1.4. Структура «Круга здоровья».**

***«Круг здоровья»*** состоит их 3х частей:

1. **часть** – приветствие, направленное на:

- развитие социально-личностных взаимоотношений между детьми дошкольного возраста посредством игр, речевок; *(Приложение № 2 планирование приветствий), (Приложение№3 картотека приветствий*)

- сплочение детского коллектива и установления позитивных взаимоотношений между детьми; *(Приложение №3а* *фотоколлаж «Приветствие»*)

- развитие умений использовать в общении друг с другом приветливые слова.

1. **часть** – групповая деятельность-выполнение различных гимнастик:

- **артикуляционной**, с целью  выработки правильных движений **артикуляционных органов**, необходимых для правильного звукопроизношения, а также укрепления мышц лица, языка, губ, мягкого неба***.*** *(Приложение №4 планирование артикуляционной гимнастики),*

*(Приложение №5 картотека упражнений артикуляционной гимнастики), (Приложение №5а фотоколлаж артикуляционная гимнастика)*

- **дыхательной**, с целью развития дыхательной мускулатуры, речевого аппарата, координации движений мышц рук и позвоночника, укрепления иммунитета детей. *(Приложение №6 планирование дыхательной гимнастики), (Приложение №7 картотека упражнений дыхательной гимнастики), (Приложение №7а фотоколлаж дыхательная гимнастика)*

- **гимнастики для глаз**, с целью формирования у детей дошкольного возраста представлений о необходимости заботы о своем здоровье, о важности зрения, как составной части сохранения и укрепления здоровья. *(Приложение №8 планирование гимнастики для глаз, (Приложение №9 картотека упражнений гимнастики для глаз), (Приложение №9а фотоколлаж гимнастика для глаз)*

- **пальчиковой**, с целью развития тонких движений пальцев рук. *(Приложение №10 планирование пальчиковой гимнастики), (Приложение №11 картотека упражнений пальчиковой гимнастики), (Приложение №11а фотоколлаж пальчиковая гимнастика)*

- **психогимнастики**, с целью развития и корректировки познавательной и эмоционально-личностной сферы **психики ребенка**; развития памяти, внимания, воли, воображения, творческих способностей. *(Приложение №12 планирование психогимнастики), (Приложение №13 картотека психогимнастики), (Приложение №13а фотоколлаж психогимнастика)*

Каждая из гимнастик носит вариативный характер, в зависимости от этого меняется ее продолжительность: в среднем от 7 до 10 минут. Система планирования разных видов гимнастик утверждена педагогическим советом ДОУ и внесена в Алгоритм планирования в каждой возрастной группе *(Приложение №13б* *алгоритм планирования)*

1. **часть** – установка на интересные дела, которые ожидают детей в течение дня.

**Схема технологии выполнения «Круга здоровья»**

**Приветствие**

**Установка на интересные дела дня**

**«Круг здоровья»**

**I часть**

**II часть**

**III часть**

**Групповая деятельность-выполнение гимнастик:**

**● артикуляционная**

**● дыхательная**

**● для глаз**

**● пальчиковая**

**● психогимнастика**

* 1. **Методологическая основа.**

**При создании системы по организации и проведении различных гимнастик, а именно: дыхательной, пальчиковой, артикуляционной, гимнастики для глаз и психогимнастики, я руководствовалась исследованиями и технологиями**  отечественных физиологов, которые подтверждают связь развития рук с развитием мозга. Работы В.М.Бехтерева доказали влияние манипуляции рук на функции высшей нервной деятельности, развитие речи. Исследования М.М.Кольцовой доказали, что каждый палец руки имеет довольно обширное представительство в коре больших полушарий мозга. Развитие тонких движений пальцев рук предшествует появлению артикуляции слогов. Благодаря развитию пальцев в мозгу формируется проекция «схемы человеческого тела», а речевые реакции находятся в прямой зависимости от тренированности пальцев. [14] Исходя из оздоровительного воздействия на организм ребёнка каждого из пальцев, наша задача - помочь ребёнку координировано и ловко ими манипулировать. Для этого необходимо проводить с детьми пальчиковую гимнастику, которая включает в себя пальчиковые игры и упражнения.

Так как за последние годы наблюдается увеличение детей, посещающих ДОУ, с нарушениями или отклонениями в психическом здоровье, а именно: с чрезмерной утомляемостью, истощаемостью, непоседливостью, вспыльчивостью, замкнутостью, гиперактивностью, подвижностью и т.п. Наше дошкольное учреждение не исключение, в своей работе я использую методику проведения психогимнастики М.И.Чистяковой. «Психогимнастика – это специальные игры, упражнения. Этюды, направленные на развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка, как её познавательной, так и эмоционально-личностной сферы. На психогимнастике дети знакомятся с азбукой выражения эмоций – выразительными движениями. Основная цель – преодоление барьеров в общении, развитие лучшего понимания себя и других, снятие психического напряжения, создание возможностей для самовыражения». [19]

Девяносто процентов всей информации об окружающем мире человек получает с помощью органа зрения. Нагрузка на глаза, особенно у современного ребенка (с развитием информационных технологий) огромная, а отдыхают они только во время сна. Существуют противоречия между физиологическими возможностями зрительного анализатора детей и доступностью различных гаджетов, использованием информационно-коммуникационных технологий в образовательном процессе, что ежедневно оказывает нагрузку на зрительный аппарат детей, даже младшего дошкольного возраста и способствует возникновению зрительных расстройств. Выход в следующем: необходимо расширять зрительно – пространственную активность, использовать гимнастику для глаз в целях профилактики нарушений зрения. Составить комплексы гимнастик для глаз помогли разработки С.А.Исаевой [8]

Для нормальной жизнедеятельности детского организма необычайно важна дыхательная функция, так как усиленный обмен веществ растущего организма связан с повышенным газообменом. Однако дыхательная система ребёнка не достигла полного развития. Дыхание у детей поверхностное, учащенное. Следует учить детей дышать правильно, глубоко и равномерно, не задерживать дыхание при мышечной работе, напоминать, что следует дышать через нос. Это очень важно, т.к. атмосферный воздух в носовых ходах очищается, согревается и увлажняется. При носовом дыхании в легкие ребенка поступает гораздо больше воздуха (примерно на ¼), чем при дыхании ртом.

Тренированность дыхательной мускулатуры определяет физическую работоспособность и выносливость человека, сопротивляемость организма к простудным и другим заболеваниям. Для того, чтобы правильно дышать, нужно научиться управлять дыхательными мышцами, всячески развивать их и укреплять. Поэтому с детьми дошкольного возраста нужно выполнять специальные дыхательные упражнения, при планировании которых я руководствовалась рекомендациями К.К.Утробиной.[16]

1. **Сотрудничество с семьями воспитанников**.

**Цель:** Приобщение родителей к осмысленной заботе о здоровье и полноценном развитии ребенка, и умению приучать детей с дошкольного детства к определенным манипуляциям, которые помогут им поддерживать оптимальное состояние органов и систем в дальнейшей жизни.

**Задачи:**

1.Знакомство родителей с методической разработкой организации «Круга здоровья» в детском саду, его значением в укреплении здоровья, развитии речевых, двигательных навыков, эмоциональной и коммуникативной сферы детей.

2. Активизация и обогащение практических умений родителей по вопросам формирования у детей двигательных, речевых навыков.

3. Привлечение родителей к сотрудничеству по вопросу развития речевых, двигательных навыков, эмоциональной и коммуникативной сферы детей,

созданию развивающей среды.

Практика показывает, что любые взаимодействия педагога с детьми бывают наиболее эффективны при условии тесного сотрудничества с семьями воспитанников. *(Приложение №14 консультация для родителей), Приложение №15 Буклет), (Приложение №16 фотоколлаж работа с семьями воспитанников)*

С целью выявления отношения семьи к воспитанию у детей привычек здорового образа жизни, представлений о видах и значении гимнастик мною было проведено анкетирование родителей (*Приложение №17 анкета*) в два этапа (старшая группа, подготовительная группа)

Результаты анкетирования позволили сделать следующие выводы: в каждой семье имеется спортивное оборудование, доступное для самостоятельного пользования детьми, причем в данный момент оно значительно пополнилось, стало более разнообразнее. Дети отдают предпочтение играм с мячом (60%), катанию на велосипеде (58%), с горки на ледянках (100%), на лыжах (37%), на коньках (22%).

Прослеживается положительная динамика в вовлечении родителей в совместные подвижные и спортивные игры с детьми во время активного семейного отдыха на 16%, стали посещать плавательный бассейн всей семьей 68% семей группы.

Заинтересованы в выполнении физических упражнений и гимнастик детьми – 84% родителей, (было 32%). Пополнились представления о различных гимнастиках у 90% родителей (было 35%).

Позитивным фактором можно считать признание родителями ценности здорового образа жизни – 100%.

Для достижения наиболее высоких результатов от использования

«Круга здоровья» в режиме дня, я планирую совместную деятельность с семьями воспитанников с учетом интересов и потребностей родителей и детей.

**Перспективное планирование сотрудничества с семьями воспитанников.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Срок** | **Содержание и формы взаимодействия** | **Практические выходы** |
| Сентябрь | **Анкетирование** «Для чего нужна гимнастика?»  **Родительское собрание** «Давайте, познакомимся».  **Консультация** «Роль режима в воспитании и развитии детей»  Привлечение пап к обновлению развивающей среды прогулочного участка. | Музыкальный зал  Информационный стенд для родителей  Прогулочный участок |
| Октябрь | **Консультация** «Влияние артикуляционной гимнастики на развитие речи ребенка». | Информационный стенд для родителей |
| Ноябрь | **Информационный стенд:** Рекомендации по проведению артикуляционной гимнастики дома. | Информационный стенд для родителей |
| Декабрь | **Родительское собрание** «Особенности развития мальчиков и девочек: что означает приветствие?» | Музыкальный зал |
| Январь | **Совместно детско-родительская деятельность** – создание лепбука «Наши глаза» (*Приложение №18* *фотоколлаж лепбук «Наши глаза»*) | Презентация в группе |
| Февраль | **Клуб заинтересованных пап** экспресс-выступление «Дыхательная гимнастика повышает иммунитет» | Группа |
| Март | **Памятка - буклет** «Пальчиковые игры»  **Практикум** «Развиваем пальчики». **Детско-родительский проект–** создание лепбука «Наши пальчики» ( *Приложение №19* *фотоколлаж лепбук «Наши пальчики»*) | Группа |
| Апрель | **Библиотека** «Отношения мужчины и женщины закладывается с детства: психогимнастика» | Информационный стенд для родителей |
| Май | **Итоговое родительское собрание**: результаты использования здоровьесберегающих технологий. | Музыкальный зал |

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ.**

Результаты работы по использованию методической разработки «Круг здоровья» подтверждают, что данная разработка существенно сокращает время воспитателя на подготовку дидактического материала, поиск и составление комплексов игр и упражнений для разных видов гимнастик.

Оказывает положительное влияние на процесс развития у детей дошкольного возраста коммуникативных компетенций, воображения, социальной адаптации, мелкой моторики рук, дыхательной мускулатуры, артикуляционного аппарата. Повысилось качество здоровья детей на 10 случаев (за исследуемый период).

Дети более адаптированы к системе развивающего обучения. По данным МБОУ СОШ №7 в первом классе благополучная адаптация к новым условиям, у выпускников моей группы 100% успеваемость, из них на «хорошо» и «отлично» учатся около 80% детей, т.к. дети реже болеют и продолжают заниматься физическими упражнениями в различных секциях и студиях. Это значит, что использование «Круга здоровья» эффективно и целесообразно. Однако в своей работе я столкнулась с некоторыми **трудностями**:

**\*** Трудность в отборе игровых упражнений. Нужно, чтобы они были эффективны, несли нагрузку, в то же время, всегда помнить заповедь «не навреди, заботясь о здоровье». Приходится постоянно обновлять и пополнять свои знания, стараться быть в курсе современных исследование и наработок, советоваться со специалистами. В связи с этим, я принимаю активное участие в заседании городского методического объединения воспитателей г.Сарапула, работаю с интернет ресурсами, планирую прохождение курсов повышения квалификации, семинаров, мастер-классов не реже 1 раз в год.

**\*** Трудность в том, чтобы привлечь в «Круг здоровья» всех детей группы. Некоторые родители приводят детей к девяти часам утра, лишая их возможности выполнять различные гимнастики. Для решения этой трудности стала активнее привлекать родителей к совместной деятельности по данному вопросу. В группе создан «Клуб заинтересованных родителей».

**\*** Трудность в том, что уровень развития способностей детей разный, в группе есть дети с ОВЗ, и это постоянно нужно учитывать при организации и проведении различных видов гимнастик.

**\*** Недостаток специальной литературы, предназначенной именно для воспитателей детских садов и дошкольников; рекомендаций по разным возрастным группам с комплексами упражнений разных видов гимнастик.

**\*** Отсутствие игрового материала и пособий фабричного производства

поэтому требуется время и средства для их изготовления.

Для преодоления трудностей, я наметила **перспективы в работе**:

1. Повышение качества педагогической деятельности по организации и проведению «Круга здоровья» с использованием ИКТ.

2. Совершенствование методов обследования и мониторинга развития способностей детей.

1. Пополнение развивающей среды качественными игровыми пособиями.
2. Ознакомление с опытом творчески работающих воспитателей с целью обмена опытом. (*Посетила открытые занятия в ДОУ:* ***19.01. 17*** *МБДОУ д/с №17 Здоровьесберегающие технологии в совместно-спортивной деятельности с детьми старшего дошкольного возраста).*

Для того, чтобы стимулировать активность дошкольников в процессе освоения навыков здорового образа жизни и овладении определенными манипуляциями, которые помогут им поддерживать оптимальное состояние органов и систем в дальнейшей жизни, я, прежде всего, соблюдаю **определенные условия:**

**1**. Обеспечение благоприятной атмосферы, доброжелательность со стороны взрослого, отказ от критики в адрес ребенка; создание комфортной эмоционально-психологической обстановки в группе.

**2**. Обогащение развивающей среды самыми разнообразными, новыми для ребенка предметами, играми и стимулами с целью привлечения его к выполнению гимнастик. *( Приложение №20 Развивающая среда в группе*)

**3**. Поощрение творчества и стараний детей.

**4**. Использование личного примера доброжелательности, толерантности, ответственности.

**5**. Обеспечение возможностей для упражнений и практики в другое время по желанию детей.

Для того, чтобы внедрять в работу инновационные здоровьесберегающие технологии необходимо заниматься самообразованием, поэтому:

**Посетила ГМО, конференции, вебинары:**

**25.01.17** Вебинар «Развитие пространственных представлений у дошкольников» Объединенная издательская группа ДРОФА Вентана Граф

**30.01.17** Городская педагогическая IT-конференция «Использование информационно-коммуникационных технологий в ДОУ в условиях введения ФГОС ДО» МБДОУ д/с №30 Презентации педагогического опыта, мастер-классы.

**14.02.17** Городской фестиваль «Я – расту» «Игровые образовательные технологии и их значение в процессе обучения в контексте преемственности дошкольного образования и начальной школы» на базе МБОУ «Лицей»26»

**30.03.17** Вебинар «ИКТ-компетентность педагога и практические вопросы внедрения и эксплуатации информационной системы образовательного учреждения в соответствии с требованиями ФГОС» Всероссийский образовательный проект RAZVITUM г.Санкт-Петербург.

**09.03.17** Неделя пед. мастерства на базе МБДОУ д/с №43 «Формирование универсальных действий у старших дошкольников» МБДОУ д/с №41, 43, 42

**09.04.17** Вебинар (запись) «Современные технологии эффективной социализации ребенка в образовательном комплексе» Гришаева Н.П.

**10.04.17** Вебинар (запись) «Способы поддержки детской инициативы в д/саду» Скоролупова О.А.

**10.04.17** Вебинар (запись) «Способы и направления поддержки детской инициативы в ДОО» Козлова С.А. *(Приложение № 21 сертификаты)*

**Август 2017** мастер-классы и лекции в рамках августовской конференции. *(Приложение №22 сертификат)*

**15.11.2017** осенниймарафон мастер-классов «Современные образовательные

технологии в организации образовательного процесса в контексте ФГОС» (*Приложение №23 сертификат)*

Одним из достоинств работы по данной теме является то, что она легко транслируется в любую программу, на любой контингент детей дошкольного возраста, в том числе и для детей с ОВЗ и инвалидами. Данный опыт может использоваться педагогами дошкольных учреждений, специализированных групп, родителями в домашних условиях. Поэтому являюсь активным участником распространения опыта работы по внедрению «Круга здоровья» в образовательный процесс с детьми дошкольного возраста.

**Презентация опыта работы:**

**07.02.17** Презентация методической разработки «Круг здоровья» III этап городского конкурса профессионального мастерства в рамках реализации комплексной программы «Город-дОрог! Город дорОг, которые мы выбираем» «Педагог года Сарапула – 2017» ГИМЦ г.Сарапул

**05.04.17** Презентация методической разработки «Круг здоровья»

Педагогический час МБДОУ д/с №42 *(Приложение №24а видео)*

**22.11.2017** Презентация методической разработки «Круг здоровья» на VI Межрегиональном этапе XVI Международной Ярмарки социально-педагогических инноваций. *(Приложение №24 сертификат, фото)*

**22.04.17** Публикация Презентации «Круг здоровья» на Международном образовательном портале MAAM. *(Приложение №24б свидетельство о публикации)*

**05.12.2017** статья - Тезисы «Круг здоровья» на портале ПЕДАГОГИ.ОНЛАЙН *(Приложение №25 свидетельство о публикации)*

**15.12.2017** Презентация методической разработки «Круг здоровья» на городской конференции «Социальная адаптация детей с ОВЗ» *(Приложение №25а сертификат участника, фото)*

**Приняла участие в конкурсах**:

**2016** - **2017г.г.** Городского конкурса профессионального мастерства в рамках реализации комплексной программы «Город-дОрог! Город дорОг, которые мы выбираем» «Педагог года Сарапула – 2017» ГИМЦ г.Сарапул . (Очная форма: методическая разработка, конспект занятия, открытое мероприятие – совместно-игровая деятельность «Круг здоровья», презентация опыта работы, брифинг) - диплом полуфиналиста*. (Приложение №26 диплом, фото)*

**Апрель 2017г**. 1 тур IV Республиканского конкурса « Учитель здоровья Удмуртии – 2017» - диплом победителя. *(Приложение №27 диплом)*

**Сентябрь 2017** финал IV Республиканского конкурса « Учитель здоровья Удмуртии – 2017» - диплом победителя в номинации «Равенство возможностей» *(Приложение №28 диплом, фото)*

**Провела консультации, открытые занятия, мастер-классы для педагогов:**

**12.01.17** открытое мероприятие – совместно-игровая деятельность с детьми старшего дошкольного возраста «Круг здоровья» на базе МБДОУ д/с №42 *(Приложение №29а самоанализ совместно-игровой деятельности видео)*

**19.01.17** открытое мероприятие – совместно-игровая деятельность с детьми старшего дошкольного возраста «Круг здоровья» на базе МБДОУ д/с №17 *(Приложение №29 фотоматериал, конспект совместной деятельности)*

**13.09.17** открытое мероприятие «Круг здоровья» на базе спортивного клуба «Платформа» г. Ижевск *(Приложение №30 фото)*

Жизнь не стоит на месте. Тенденция к статическому образу жизни, в связи наплывом и развитием коммуникативных технологий, различных доступных детям гаджетов, пагубно сказывается на здоровье подрастающего поколения. Самое время упражнять детей в выполнении простых и эффективных игровых приемов по поддержанию здоровья всех органов и систем организма.

**Можно сделать вывод:** «Круг здоровья» создает положительный эмоциональный настрой на предстоящий день и общую психологическую атмосферу; развивает мышечный тонус, навыки концентрации внимания, координации движений, коммуникативные компетенции, способствует укреплению организма в целом, развитию навыков здорового образа жизни.

**Список используемой литературы:**

1. Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации»
2. **Послание президента РФ В.В.Путина Федеральному собранию от 01.12.2016 г**
3. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержден Министерством образования и науки РФ, приказ №1155 от 17.10.2013г.
4. СанПиН 2.4.1.3049-13
5. Устав Всемирной организации здравоохранения
6. Белая А.Е., Мирясова В.Ч. Пальчиковые игры для развития речи дошкольников: Пособие для родителей и педагогов/ М.: ООО «Издательство Астрель»; ООО «Издательство АСТ», 2003 – 46с.
7. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: Методическое пособие.- М.: ТЦ Сфера, 2007 – 160с.
8. Исаева С.А. Физкультурные минутки в начальной школе. М.: Айрис-пресс, 2008. – 48с.
9. Курочкина И.Н., Современный этикет и воспитание культуры поведения у дошкольников, М., 2002.
10. Нищеева Н.В. Пальчиковае игры. СПб, издательство «Детство – Пресс», 2010.
11. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А. Физические упражнения и подвижные игры для дошкольников. М.: «Просвещение», 1971, - 159с.
12. Подольянская Е. И. Формы оздоровления детей 4-7 лет: кинезиологическая и дыхательная гимнастики, комплексы утренних зарядок. – Волгоград: Учитель, 2009 г.
13. Прохорова Г.А. Утренняя гимнастика для детей 2-7 лет. М.: Айрис-пресс, 2005 -80с.
14. Савина Л.П. Пальчиковая гимнастика для развития .: ООО «Издательство АСТ», 2001.- 48с.
15. Узорова О.В. Игры с пальчиками. М.: ООО «Издательство Астрель»; ООО «Издательство АСТ», 2004 – 124с.
16. Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 3-5 лет. М.: Издательство ГНОМ и Д, 2003, - 104с.
17. Цвынтарний В.В. Играем пальчиками и развиваем речь. СПб.: Лань, 1996 – 32с.
18. Чернецкая Л.В. Психологические игры и тренинги в д/саду. Ростов н/Д: Феникс, 2005 – 128с.
19. Чистякова М.И. Психогимнастика. М.: «Просвещения» «ВЛАДОС», 1995г., - 160с.

**ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ.**

1. Альмухаметова Г.В    Картотека «Гимнастика для глаз». [Электронный ресурс] //Режим доступа:<http://nsportal.ru/detskii-sad/fizkultura/kartoteka-gimnastika-dlya-glaz>
2. [Бацура Е.В.](http://nsportal.ru/blena)Физкультминутки - детская гимнастика для глаз в стихах. [Электронный ресурс] //Режим доступа: <http://nsportal.ru/detskii-sad/materialy-dlya-roditelei/fizkultminutki-detskaya-gimnastika-dlya-glaz-v-stihah>
3. Георгиевская Л.Б. Зрительная и двигательная гимнастика в стихах для детей с нарушением зрения. [Электронный ресурс] //Режим доступа:  mdou45.himkisad.ru/важные-странички/страничка-учителя-дефектолога/на-заметку-педагогам-и-родителям/
4. Гимнастика для глаз. [Электронный ресурс] //Режим доступа: <http://548.tvoysadik.ru/?category=31&class=rubric_articles_items&id=93>
5. Гимнастика для глаз. [Электронный ресурс] //Режим доступа: <http://leleka-online.com/forum/viewtopic.php?p=20946>
6. Горлач И.В. Зрительная гимнастика. [Электронный ресурс] //Режим доступа:[www.kirov.spb.ru/dou/13/index.php?option=com\_content&view=article&id=65&Itemid=84](http://www.kirov.spb.ru/dou/13/index.php?option=com_content&view=article&id=65&Itemid=84)
7. Зрительная гимнастика в стихах. [Электронный ресурс] //Режим доступа:<http://nschds1.ucoz.ru/publ/zritelnaja_gimnastika_v_stikhakh/1-1-0-13>
8. Максимова В.С. Зрительная гимнастика для дошкольников «Чтоб смеялся глазок». [Электронный ресурс] //Режим доступа: <http://nsportal.ru/detskii-sad/fizkultura/zritelnaya-gimnastika-dlya-doshkolnikov>
9. [Мельник Е.С.](http://nsportal.ru/melnik-ekaterina-sergeevna)Гимнастика для глаз. [Электронный ресурс]

//Режим доступа: <http://nsportal.ru/detskii-sad/raznoe/gimnastika-dlya-glaz-2>

1. [Соловьева Л. В.](http://nsportal.ru/soloveva-lyudmila) Корригирующая гимнастика для глаз «Весёлая неделька» [Электронный ресурс] //Режим доступа: <http://nsportal.ru/detskii-sad/fizkultura/korrigiruyushchaya-gimnastika-dlya-glaz-veselaya-nedelka>