

**муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
города Ростова-на-Дону «Детский сад № 24»**

344019 г. Ростов-на-Дону
ул. Верхненольная, 12

тел.: 283-14-32
251-12-88
e-mail: det-sad24@mail.ru

**Мониторинг здоровьесберегающей
деятельности**

Разработчик: воспитатель МБДОУ №24
Кононова Н.В.

г. Ростов-на-Дону

2020г

1. 1.ХАРАКТЕРИСТИКА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВОСПИТАТЕЛЯ

В своей группе создаю педагогические условия здоровьесберегающего процесса воспитания и развития детей, основными из которых являются: организация разных видов деятельности детей в игровой форме, построение образовательного процесса в виде модели культуры; организация культурного творчества дошкольников; оснащение деятельности детей оборудованием, игрушками, играми, игровыми упражнениями и пособиями. Вся эта работа осуществляется комплексно, в течение всего дня и с участием медицинских и педагогических работников.

Используемые мной здоровьесберегающие технологии в итоге формируют у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни. Только здоровый ребенок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех ее свойств и качеств.

Цель здоровьесберегающих образовательных технологий - обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

В группе созданы педагогические условия здоровьесберегающего процесса воспитания и развития детей, основными из которых являются: организация разных видов деятельности детей в игровой форме; организация культурного творчества дошкольников; оснащение деятельности детей оборудованием, игрушками, играми, игровыми упражнениями и пособиями. Вся эта работа осуществляется комплексно, в течение всего дня. Являясь участником этого общего процесса, я уделяю особое внимание обучению дошкольников основным движениям и навыкам здорового образа жизни, применяя на практике внедрение различных методов и приемов для создания среды здоровьесберегающего процесса в своей группе.

Здоровьесберегающие педагогические технологии применяются в различных видах деятельности и представлены как:

- технологии сохранения и стимулирования здоровья;
- технологии обучения ЗОЖ;
- коррекционные технологии.

К технологии сохранения и стимулирования здоровья относятся:

- Закаливающие мероприятия – полоскания полости рта, прогулки, хождение босиком, рефлексогенные дорожки, воздушные ванны,

обливание холодной водой.

- Динамические паузы - проводятся во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Во время их проведения включаются элементы гимнастики для глаз, дыхательной, пальчиковой гимнастики и других в зависимости от вида занятия.
- Подвижные и спортивные игры - проводятся ежедневно как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - с малой, со средней степенью подвижности. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребёнка, местом и временем её проведения.
- Пальчиковая гимнастика - проводится индивидуально, либо с подгруппой детей ежедневно. Тренирует мелкую моторику, стимулирует речь, пространственное мышление, внимание, кровообращение, воображение, быстроту реакции. Проводится в любой удобный отрезок времени.
- Гимнастика для глаз - проводится ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки, способствует снятию статического напряжения мышц глаз, кровообращения. Во время её проведения используется наглядный материал, показ педагога.
- Дыхательная гимнастика - проводится в различных формах физкультурной - оздоровительной работы. У детей активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом.
- Игровая оздоровительная гимнастика - проводится ежедневно после дневного сна 5-10 мин. В её комплекс входят упражнения на кроватках на пробуждение, упражнения на коррекцию плоскостопия, воспитания правильной осанки, умывание. Для профилактических целей каждым родителем был изготовлен коврик- дорожка с пуговицами. Дети с удовольствием ходят по нему после дневного сна. Дорожка прекрасно массирует ступни малыша, укрепляет мышцы и связочный аппарат стопы, защищая организм в целом.
- Самомассаж - это массаж, выполняемый самим ребёнком. Он улучшает кровообращение, помогает нормализовать работу внутренних органов, улучшить осанку. Провожу в игровой форме ежедневно в виде пятиминутного занятия или в виде динамической паузы на занятиях. Весёлые стихи, яркие образы, обыгрывающие массажные движения, их простота, доступность, возможность использования в различной обстановке и в любое время способствуют изменению позиции ребенка из объекта в субъект педагогического воздействия, а это гарантия

успеха реабилитационной, коррекционной и развивающей работы.

- К технологии обучения здоровому образу жизни относятся:
- Утренняя гимнастика - проводится ежедневно 6-8 мин. с музыкальным сопровождением. Музыка сопровождает каждое упражнение. У детей при этом формируются ритмические умения и навыки.

Физкультурные занятия - проводятся 3 раза в неделю по 20-25 мин. в соответствии программой, по которой работает ДООУ (традиционные, сюжетно- игровые, интегрированные оздоровительные). Они направлены на обучение двигательным умениям и навыкам. Регулярные занятия физкультурой укрепляют организм и способствуют повышению иммунитета. А присутствие музыки на занятиях способствует улучшению психологического и физиологического состояния организма ребёнка.

Ежедневное обливание холодной водой после завтрака круглый год.

К коррекционным технологиям относятся:

Артикуляционная гимнастика - упражнения для тренировки органов артикуляции (губ, языка, нижней челюсти, необходимые для правильного звукопроизношения).

Музыкальное воздействие - использую в качестве вспомогательного средства как часть других технологий, для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения. Широко использую музыку для сопровождения учебной деятельности малышей (на занятиях по ИЗО деятельности, конструированию, ознакомлению с окружающим миром и т.д.) Также музыку использую перед сном, чтобы помочь с трудом, засыпающим детям успокоиться и расслабиться.

Таким образом, каждая из рассмотренных технологий имеет оздоровительную направленность, а используемая в комплексе. Здоровьесберегающая деятельность в итоге формирует у ребёнка привычку к здоровому образу жизни.

Для взаимодействия с родителями использую папки – передвижки («Растим здорового малыша», «Подвижные игры для детей раннего возраста», «Формирование правильной осанки и профилактика её нарушений», «Как одевать ребенка в зимнее время», «Не ленись, на зарядку становись», «Как обучать малыша культурно – гигиеническим навыкам» и т. д.).

Применение в работе здоровьесберегающих педагогических технологий повысило результативность образовательного процесса, сформировало у родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья детей, а у ребёнка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.

Большое значение для физического здоровья имеет эмоциональное благополучие ребенка. Положительный эмоциональный настрой повышает сопротивляемость организма различным заболеваниям.

Эмоциональная сфера детей изучалась с помощью методик «Дом-Дерево-Человек» с целью изучения личности ребенка; «Рисование несуществующего животного» для изучения личностных особенностей детей и эмоциональных проявлений.

Психическое и эмоциональное состояние детей моей группы (28 детей).

<i>Критерии психического и эмоционального состояния детей</i>	<i>2017-18</i>	<i>2018-19</i>	<i>2019-20</i>
агрессивность	2	1	-
негативизм	3	2	-
капризы	4	2	-
тревожность	3	1	-

В результате проведенной диагностики совместно с педагогом-психологом на начальном этапе выявлены трудности при стремлении раскрыться перед другими детьми. У троих детей наблюдается тревожность, некоторые дети замкнуты, неуверенные в себе.

В результате проведенной коррекционной работы с использованием имитации различных эмоциональных состояний, игр «Минуты шалости», «Воробьиные драки», «Кулачок», «Карикатура», упражнений «Лепим сказку», «Обсуждение», «Круг» и др. произошли позитивные изменения, о чем показано в таблице.

Другим показателем эффективности использования здоровьесберегающих технологий является желание детей заниматься в системе дополнительного образования.

Задачи	Индикаторы и показатели	Динамика индикаторов и показателей		
		2018	2019	2020
Расширение возможностей детей в дополнительном образовании в соответствии с индивидуальными возможностями и потребностями.	Доля (%) воспитанников, посещающих дополнительные занятия спортивно-оздоровительной направленности	17%	23%	28%
	Доля (%) воспитанников, посещающих кружки	18%	21%	11%

	интеллектуальной направленности			
	Доля (%) воспитанников, посещающих кружки художественно-творческой направленности	26%	28%	30%

Система физкультурно-оздоровительной работы в процессе взаимодействия с родителями и всеми специалистами ДОУ показывает позитивную динамику приобщения детей к ценностям здорового образа жизни. Дети моей группы посещают спортивные секции: художественная гимнастика, спортивная гимнастика, плавание, айкидо. Принимали участие вместе с родителями в спортивных праздниках, проводимых в ДОУ, «Веселые старты», «Семейный марафон». В результате проделанной работы у каждого ребенка загорается искорка желания двигаться к успеху и достичь его.

Произошли позитивные изменения по образовательным направлениям интеллектуального плана и художественно-творческого развития детей. Дети с удовольствием посещают кружок «АБВГ Дейка», «Цветные мастерилки»,

Третьим показателем эффективности использования здоровьесберегающих технологий наглядно говорят показатели готовности к обучению в школе моих выпускников.

В таблице представлены показатели готовности детей к обучению в школе, детей, которых я выпустила в школу в 2016 году.

Критерии готовности	2015-2016 уч.год
Произвольное внимание	80,0%
Физическая готовность	87,4%
Интеллектуальная готовность	96,2%
Мотивационная готовность	98,0%

На мой взгляд, одним из важных показателей осуществления образовательного процесса является качественная подготовка детей к обучению в школе. По результатам индивидуальных бесед с родителями и отзывов педагогов МОУ СОШ №97 мои выпускники на хорошем уровне осваивают программу: уровень их подготовки соответствует требованиям, предъявляемым к дошкольникам, учителя подчеркивают высокую познавательную активность.

1.2. СИСТЕМА МОНИТОРИНГА ЗДОРОВЬЯ И ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ВОСПИТАННИКОВ

Психолого-медико-педагогическое сопровождение воспитанников в нашем ДОУ стало комплексной технологией. Она позволяет объединить всех участников образовательного процесса в решении задач оздоровления, развития, обучения, воспитания и социализации детей.

Для наиболее эффективной организации оздоровительных и профилактических мероприятий, в качестве одного из основных приемов работы педагогов, медицинского персонала, используется мониторинг состояния здоровья всех воспитанников и вновь поступивших, что важно для своевременного выявления отклонений в их здоровье.

Цель мониторинга - выявить уровень физического развития, физической подготовленности и работоспособности детей, осуществить индивидуально-дифференцированный подход в физическом воспитании детей.

Объектом мониторинга выступает:

- общая заболеваемость, в том числе и инфекционная;
- состояние здоровья воспитанников группы;
- группы здоровья и их динамика;
- показатели посещаемости;
- физическое развитие детей;
- физическая подготовленность;
- физические качества.

Контроль за физкультурно-оздоровительным развитием детей дает возможность проанализировать динамику их развития. Средние показатели в начале года, с последующим преобладанием более высокого уровня к концу года, дают возможность убедиться в правильности выбора методов работы. По мере совершенствования общеразвивающих и основных видов движений, увеличение моторной активности и повышения сопротивляемости детского организма, наблюдается снижение общего процента заболеваемости детей.

Медицинской сестрой и воспитателями ведётся обследование детей по показателям уровней здоровья. Было отслежено количество случаев заболеваний воспитанников и определен показатель индекса здоровья.

Анализ заболеваемости детей

Показатели	2017-18 уч. г.	2018-19 уч. г.	2019-20 уч. г.
Списочный состав детей	28	30	30
Число пропусков д/дней по болезни	392	308	210
Число пропусков на одного ребенка	18	13	9
Число часто болеющих детей	5	5	4
Число ни разу не болевших детей	5	7	8
Показатель индекса здоровья	23%	29%	33%

Диагностика показала, что увеличивается количество детей, не болевших ни разу, наметилось снижение количества часто болеющих детей. Показатели индекса здоровья выросли с 23% до 33%, что свидетельствует об эффективности проведенной работы. Критерием эффективности лечебно-оздоровительной работы в ДОУ служит улучшение состояния здоровья детей.

Эффективность реализации здоровьесберегающих технологий в дошкольном учреждении положительно сказывается и на уровне развития физических качеств.

Год	2017-18 уч. г.	2018-19 уч. г.	2019-20 уч. г.
Усвоение программы	77%	81%	89%

В результате проведенной мною работы были получены следующие данные по усвоению детьми основных видов движений за период с 2017 по 2020 учебный год.

Начало года	2017-18 уч. г.	2018-19 уч. г.	2019-20 уч. г.
Высокий уровень освоения	3%	29%	15%
Средний уровень	66%	48%	61%
Низкий уровень	31%	23%	24%

Конец года	2017-18 уч. г	2018-19 уч. г.	2019-20уч. г.
Высокий уровень	40%	51%	53%
Средний уровень	37%	36%	36%
Низкий уровень	28%	13%	12%

Данные показатели говорят о положительной динамике. Прослеживается достаточно хорошая результативность по усвоению программного материала в области физического воспитания детей. Сравнительный анализ данных диагностики показал положительную динамику уровня развития детей, что подтверждает эффективность использования внедряемой системы и современных программ, технологий в физкультурно-оздоровительную работу.

Наши воспитанники гармонично физически развиваются, с желанием двигаются, им интересно выполнять разнообразные физические упражнения, они научились действиям с физкультурными пособиями. В соответствии с возрастными возможностями у них развивается координация движений, способны быстро реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое. Научились выполнять задания, действовать, в общем, для всех темпе. С большим желанием вступают в игровые действия с другими детьми.

Общая заболеваемость в группе, в том числе и инфекционная %

Заболевания	2017-18г.	2018-19г.	2019-20г.
ОРВИ и грипп	14 %	12%	11%
Болезни органов дыхания	12%	12%	11%
Болезни ЛОР - органов	15%	13%	10%

Анализируя данные таблицы видно, что уровень заболеваемости ОРВИ и ЛОР - органов снизился. Наблюдается снижение количества заболеваний органов дыхания, продолжительность заболеваний сократилось. Это свидетельствует о системе профилактической работы с детьми, хорошем качестве организации питания в детском саду, а также более внимательном отношении к здоровью воспитанников родителями.

Оценка заболеваемости детей и распределения по группам здоровья проводится в начале учебного года медсестрой и врачом. В течение года эти показатели иногда меняются. По показателям состояния здоровья ребенка дети переводятся из одной группы в другую. Воспитанники были распределены по группам здоровья за последние три года следующим образом, о чем показано в диаграмме.

Сравнение групп здоровья по годам показывает, что количество здоровых детей увеличилось. В 2017 году было выявлено 5 часто болеющих детей, в 2018 году - 5 часто болеющих детей, а в 2019 - 4 ребенка.

Показатели посещаемости детей группы %

	2017-18г.	2018-19г.	2019-20г.
Кол-во пропущенных дней по болезни	14%	10%	8%
Кол-во пропущенных дней по др. причинам	20%	24%	23%

Результаты посещаемости детей говорят о том, что снизилось количество пропусков по болезни, но осталось на прежнем уровне количество пропусков по другим причинам.

Представленные цифры свидетельствуют, что не все дети являются абсолютно здоровыми, почти каждый ребенок имеет соматические заболевания. Несмотря на понятные всем причины роста заболеваемости детей (экология, снижение жизненного тонуса, иммунитета и др.), которые носят объективный характер, за последние 3 года отмечается положительная динамика количества здоровых детей.

Наличие детей с хроническими заболеваниями

2015-2016	2017-2018	2018- 2019	2019-2020
Нарушение зрения	2 ребенка	1 ребенок	1 ребенок
Бронхиальная астма	-	-	-
ЛОР - заболевания	7 детей	6 детей	5 детей
Сердечно - сосудистые заболевания	2 ребенка	1 ребенок	1 ребенок
Аллергики	бдетей	5 детей	4 детей

В целом динамика здоровья воспитанников удовлетворительная, о чем свидетельствует коэффициент их физического здоровья:

Годы		
2017-2018	2018- 2019	2019- 2020
Индекс здоровья	Индекс здоровья	Индекс здоровья
27%	26%	25%

Оценка физического развития проводится медицинской сестрой ДООУ в присутствии воспитателя по общепринятым методикам. Оценка физического развития проводится 2 раза в год (сентябрь, май). Результаты обследования заносятся в " Карту личного развития ребенка", в которой отражены данные физического развития и показатели физической подготовленности ребенка.

Карта заводится на каждого ребенка и ведется на протяжении всего пребывания ребенка в детском саду. Измеряют рост, вес, окружность грудной клетки. Длина тела служит одним из критериев уровня соматической зрелости, а также является основанием для правильной оценки массы тела и окружности грудной клетки. Масса тела (вес) отражает степень развития костной и мышечной систем, внутренних органов, подкожной жировой клетчатки. При диагностике физического развития дифференцируются группы детей с гармоничным развитием и отклонением в нем. Далее оценивается состояние сформированности физических качеств воспитанников.

Физическое развитие детей				
	2017-18	2018-19	2019-20г	
- приобретение опыта двигательной деятельности детей	60	80	90	Воспитанники физически развиты, у них сформирована потребность в ежедневной двигательной деятельности. Умеют ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп. Умеют лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа. В среднем дошкольном возрасте умеют энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В старшем дошкольном возрасте могут прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку В среднем дошкольном возрасте умеют принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). В старшем-умеют метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать
	60	80	88	
	-	80	100	
	70	78	88	
	70	80	90	
	70	80	90	

				мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м). Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие. Умеют соблюдать заданный темп в ходьбе и беге, перелазать с пролета на пролет гимнастической стенки, держать равновесие, самостоятельно организовывать подвижные игры.
Становление ценностей здорового образа жизни	40	60	80	Сформирована необходимость заботиться о своем здоровье, знают строение своего тела и назначение органов. Дети самостоятельно и осознанно ухаживают за своим телом, оказывают посильную помощь себе и своему товарищу, овладели основными культурно-гигиеническими навыками.

Таким образом, качественные показатели состояния здоровья, физического развития и физической подготовленности воспитанников выявили четкую тенденцию, обусловленную очевидностью системы здоровьесберегающей направленности образовательного процесса.

Для тестирования физических качеств дошкольников используются контрольные упражнения, которые предлагают педагоги детям в игровой или соревновательной форме.

Показатели сформированности физических качеств дошкольников (%)

Физические качества	2017-18г.	2018-19г.	2019-20г.
гибкость	36%	38%	41%
выносливость	60%	61%	63%
скорость	55%	58%	61%
мышечная сила	25%	28%	30%
ловкость	23%	27%	29%

Динамика показателей физической подготовленности детей свидетельствует о наличии целенаправленной системы оздоровления дошкольников в процессе физического воспитания, включающая повышение двигательной активности детей в течение дня и регулярные занятия физическими упражнениями.

Полученные данные позволяют отметить, что у большинства дошкольников сформированы основные физические качества и потребность

в двигательной активности. Дети самостоятельно выполняют доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдают элементарные правила здорового образа жизни. Отмечается потребность продолжать занятия физическими упражнениями в повседневной жизни, так 12% воспитанников продолжают физическое развитие в спортивных секциях города: хоккей, карате, плавание.