**Информация об опыте**

**1.1. Условия возникновения и становления опыта**

МДОУ «Детский сад №22 п. Северный Белгородского района Белгородской области» расположен на территории быстро развивающегося городского поселения «Поселок Северный». Вблизи расположены социокультурные, жилые и административные учреждения. В детском саду функционирует девятнадцать возрастных групп, из них три младших, три средних, четыре старших, пять подготовительных, четыре группы компенсирующей направленности. Социальный статус семей воспитанников детского сада неоднороден по составу, возрасту родителей, уровню образования, материального достатка и сфере деятельности.

В дошкольной группе, на базе которой осуществлялась диагностика, 30 - детей в возрасте от 5 до 6 лет. Из них 16 девочек 14 мальчиков. Все семьи полные, нет неблагополучных и проблемных семей.

 Образовательный процесс в детском саду организован в соответствии с требованиями ФГОС ДО и основной образовательной программой дошкольного образования МДОУ на основе содержания основной образовательной программы дошкольного образования «Тропинки» под редакцией В.Т. Кудрявцевой с соблюдением принципов постепенности последовательного усложнения требований, дифференцированного подхода к детям различных возрастов. Одним из направлений данной программы является «Тропика к здоровью», которая направлена на создание условий для укрепления и сохранения здоровья детей на основе формирования творческого воображения. Данное направление работы рекомендует закаливающие процедуры, дыхательные упражнения, упражнения для формирования и коррекции осанки, упражнения для профилактики плоскостопия [4,359].

 Анализируя данные посещения детьми нашего дошкольного учреждения в младшей группе было выявлено, что уровень заболеваемости достиг 32%.

*Таблица №1*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Возрастная группа** | **Сроки** | **Процент заболеваемости** |
| Младшая группа | 2016 - 2017 гг. | 32% |

 Это небольшое исследование состояния здоровья наших воспитанников позволило прийти к выводу о том, что главная задача, стоящая перед нами - снижение риска развития хронических заболеваний, укрепление и развитие имеющегося ресурса здоровья.

Помимо воспитательных и образовательных задач, ФГОС ДО ставит обязательной целью сохранение и укрепление здоровья детей. Здоровьесберегающие технологии – это комплекс инструментов и методов по охране и стимулированию здоровья детей. Данные технологии охватывают большой диапазон направлений. Охрана жизни и здоровья детей является приоритетным направлением дошкольного образования

 В МДОУ «Детский сад №22 п. Северный» большое внимание уделяется здоровьесберегающим технологиям и физическому развитию дошкольников, которые направлены на решение самой главной задачи дошкольного образования - сохранения, поддержания и обогащения здоровья детей и обеспечения максимально высоко уровня здоровья наших воспитанников.

 На основе анализа данной ситуации возникла необходимость разработки комплексной системы оздоровления детей, которая органически входила бы в [жизнь детского сада](https://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fpsihdocs.ru%2Fmuzika-v-povsednevnoj-jizni-detskogo-sada.html) и группы, решала вопросы психологического благополучия, имела связь с другими видами деятельности, а главное нравилась бы детям.

Автор опыта считает, что наиболее конструктивным решением проблемы оздоровления детей является необходимость систематической организации применения закаливающих процедур, которые будут способствовать формированию и укреплению здоровья детей.

В соответствии с этим педагогическая деятельность была направлена на формирование предпосылок здорового образа жизни дошкольников через применение здоровьесберегающих технологий в группе.

**1. 2. Актуальность опыта**

 Дошкольный возраст обоснованно считается наиболее важным периодом в процессе формирования личности человека. В этом возрасте более интенсивно развиваются различные способности, формируются нравственные качества, вырабатываются черты характера. Именно в данном возрастном периоде закладывается и укрепляется фундамент здоровья и развития физических качеств, необходимых для эффективного участия ребенка в различных формах двигательной активности, что, в свою очередь, создает условия для активного и направленного формирования и развития психических функций и интеллектуальных способностей дошкольника.

Актуальность данного опыта работы состоит в том, что работа по сохранению и укреплению здоровья дошкольников требует новых, современных и более гибких подходов к организации педагогической деятельности, внедрению осознанных и простых в употреблении форм оздоровления, доступных самим дошкольникам. Имеющийся дефицит в построении предметно-пространственной оздоровительной среды путем приобретения дорогостоящего спортивно-игрового оборудования заставляет педагогов искать более доступные пути для физического развития детей. Использование здоровьесберегающих технологий, дает возможность укреплять здоровье детей, не затрачивая дополнительные финансовые средства.

Словосочетания «здоровьесберегающие технологии» и «формирование здорового образа жизни» заняли прочное место в беседах с родителями и детьми, в планах воспитательной работы педагогов дошкольных учреждений. Но проблема по-прежнему остаётся актуальной. Как же нужно воспитывать ребёнка, чтобы он понимал значимость здоровья и умел бережно к нему относиться? Эту задачу взрослым (педагогам и родителям) нужно начинать решать с самых ранних лет жизни ребёнка, решать системно и сообща.
Перед детским садом в настоящее время остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья детей [8,24].

 Проведенный анализ литературы, изучение и анализ педагогической деятельности ДОУ, свидетельствует о том, что проблема формирования предпосылок здорового образа жизни на основе внедрения здоровьесберегающих технологий у дошкольников остается во многом нерешенной и выявляет **противоречие:**

- между необходимостью формирования предпосылок здорового образа жизни и отсутствием детально-разработанной методики, а значит и отсутствием целостной системы работы по данному направлению.

 Поэтому, автор опыта считает актуальным и необходимым введение здоровьесберегающих технологий в организованную образовательную деятельность группы, с целью формировании здорового образа жизни детей, как одного из направлений в своей работе.

**1.3. Ведущая педагогическая идея опыта**

 Ведущая педагогическая идея опыта заключается в создании необходимых условий для повышения эффективности образовательного процесса по формированию предпосылок к здоровому образу жизни дошкольников посредством здоровьесберегающих технологий.

**1.4. Длительность работы над опытом**

Работа над опытом охватывает период с сентября 2016 г. по август 2019 г. и включает в себя 3 этапа:

 1этап (сентябрь 2016 — май 2017 гг.) – подготовительный: выявление проблемы; возникновение идеи опыта; определение целей и задач, выбор методов и средств их решения; изучение методической литературы по теме; выбор закаливающих процедур; подбор картотек зарядки пробуждения, пальчиковой и дыхательной гимнастики, физминуток; составление плана работы с детьми, определение форм работы по взаимодействию с родителями педагогами и медперсоналом; сбор информации (анализ уровня заболеваемости детей и посещаемости детского сада, анкетирование родителей, изучение противопоказаний детей к закаливающим процедурам).

 2 этап (июнь 2017 - май 2018 гг.) – практический: внедрение и апробирование системы мер закаливающих процедур и здоровьесберегающих технологий, корректирования задач, методов и средств достижения цели — оздоровления детей в соответствии с ФГОС ДО.

3 этап (июнь 2018 - август 2019 гг.) аналитико-обобщающий: обработка результатов и анализ уровня заболеваемости, уровня знаний детей о здоровом образе жизни, о своем организме. Внесение изменений в систему организации педагогического процесса в группе ДОУ по развитию здорового образа жизни дошкольников посредством применения здоровьесберегающих технологий.

**1.5. Диапазон опыта**

Диапазон опыта представлен системой инновационных закаливающих процедур и мер, направленных на оздоровление детей для возрастных периодов: младшая группа (II половина учебного года), средняя группа, старшая группа.

**1.6. Теоретическая база опыта**

По данной теме была изучена литература по физическому воспитанию дошкольников: задачи, средства, пути решения проблемы укрепления, развития и сохранения здоровья детей дошкольного возраста.

Было выяснено, какое место занимают задачи здоровьесбрегающих технологий в физическом воспитании дошкольников.

Так, известный теоретик, советский педагог и академик Ю.К. Бабанский выделил основные задачи физического воспитания:

* Укрепление здоровья и закаливание, содействие правильному физическому развитию и повышению работоспособности.
* Формирование двигательных умений и навыков.
* Развитие основных двигательных качеств.
* Привитие гигиенических навыков, сообщение знаний по гигиене.
* Воспитание воли, смелости, дисциплины.
* Формирование привычки и интереса к систематическим занятиям физическими упражнениями. Привитие организаторских навыков.

А.В. Кенеман, Г.В. Хухлаевасформулировали три группы задач*:*

Оздоровительные - развитие и укрепление костной, мышечной, сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной систем, внутренних органов: развитие движений, а также закаливание организма ребенка.

Образовательные - формирование навыков выполнения основных движений; привитие навыков правильной осанки, навыков гигиены, освоение знаний о своем организме, о здоровье; формирование представлений о режиме, об активности и отдыхе.

Воспитательные задачи - формирование нравственно-физических навыков; выработать у детей потребность, привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями как потребность в физическом совершенстве; воспитание культурно-гигиенических качеств.

При обобщении опыта работы автор опиралась на работы ученого В. В. Гориневского. Им были заложены научные основы тренировки, доказана ведущая роль подвижных игр в системе физического воспитания ребенка. Среди большого количества книг по вопросам физического воспитания, гигиены и закаливания детей особенно популярной была его книга «Физическая культура детей дошкольного возраста» (М., 1930). В.В.Гориневский по праву считается основателем постреволюционной системы физического воспитания.

В настоящее время ведется поиск методов оздоровления детей в условиях детского сада. По мнению исследователей (Н. К. Смирнов, В. Д. Сонькин, Ю. В. Науменко и другие), для сохранения и укрепления здоровья дошкольников должны использоваться эффективные и несложные в [осуществлении методы](http://zodorov.ru/metodicheskie-rekomendacii-po-organizacii-i-osushestvleniyu-au.html), обеспечивающие максимально полный охват, и в то же время не нарушающие [воспитательно-образовательный](http://zodorov.ru/metodicheskie-rekomendacii-po-profilaktike.html) процесс в детском саду. Однако Л.Г. Качан считает, что задачи здоровьесбережения невозможно решить без совершенствования содержания образования. Формирование ценностного отношения к здоровью наиболее результативно решается в дошкольном возрасте через внедрение здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательный процесс [14,36].

Рассматривая проблему здоровьесберегающей системы в современном дошкольном образовании, надо выделить, что здоровьесберегающая система в условиях дошкольного учреждения - одно из условий обеспечения качества дошкольного образования. Основные идеи здоровьесберегающей системы реализуются в базисной программе воспитания и обучения детей в дошкольном учреждении, вариативных программах и методиках отечественных авторов.

Исходя из этого, в рамках опыта применялись следующие понятия:

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

Технология - это инструмент профессиональной деятельности педагога, соответственно характеризующаяся качественным прилагательным – педагогическая [2,39].

Таким образом, анализ содержания литературы позволяет сделать выводы о том, что, несмотря на различия в концепциях, подходах, методах и средствах решения проблемы оздоровления дошкольников, в содержании каждого материала авторами, проблема сохранения здоровья детей признается приоритетной и ей уделяется первостепенное значение. Программы предлагают быть активными в работе не только педагогов, но и самих детей, родителей.

**1.** **7. Новизна опыта.**

Новизна опыта заключается в реализации системного комплекса здоровьесберегающих технологий педагога с детьми с целью формирования предпосылок здорового образа жизни и внедрения данной технологии в режимные моменты ДОУ.

**1. 8. Характеристика условий, в которых возможно применение данного опыта.**

Материалы опыта могут быть использованы воспитателями в муниципальных дошкольных образовательных учреждениях с воспитанниками 3-7 лет при организации совместной деятельности педагога с детьми.

**Раздел II.**

**Технология описания опыта**

**Цель данного педагогического опыта - формирование предпосылок здорового образа жизни на основе внедрения здоровьесберегающих технологий с детьми дошкольного возраста посредством поэтапного введения системы закаливающих процедур и лечебных упражнений.**

Достижение планируемых результатов предполагает решение следующих **задач:**

**1.** Разработать комплекс организационных, методических и практических мероприятий на основе использования здоровьесберегающих технологий, направленных на сохранение здоровья детей, повышение двигательной активности и умственной работоспособности в условиях группы.

**2.** Организовать предметно - пространственную развивающую среду, расширить возможности «зоны оздоровления».

**3.** Создать информационно-консультативное пространство по вопросам использования здоровьесберегающих технологий для всех участников образовательных отношений: воспитанники – педагоги – родители (законные представители).
**4.** Сформировать необходимые знания у дошкольников для здорового образа жизни, научить использовать их в повседневной жизни.

**5.** Создание положительно эмоционального настроя на оздоровительную работу воспитанников.

Содержание работы по формированию предпосылок здорового образа жизни у детей дошкольного возраста основано на реализации перечисленных принципов в таблице №2.

*Таблица №2*

*Принципы работы по формированию предпосылок здорового образа жизни:*

|  |  |
| --- | --- |
| **Принципы** | **Содержание** |
| Принцип научности | *Подкрепление всех проводимых мероприятий научно обоснованными и практически апробированными методиками, терминологией.* |
| Принцип систематичности и последовательности | *Строга последовательность заданий и упражнений с учетом их возрастающей сложности.* |
| Принцип доступности обучения | *Учет возрастных особенностей, познавательных возможностей.* |
| Принцип психологической комфортности | *Создание особой предметно – развивающей среды, обеспечивающей эмоционально – комфортные условия образовательного процесса.* |
| Принцип индивидуального, дифференцированного подхода к воспитанникам | *Учет индивидуального уровня и группы здоровья, темпа оздоровления воспитанника, возможностей и способностей.* |
| Ориентировка педагога на успешность ребенка | *Задания, оздоравливающие процедуры и упражнения предлагаются таким образом, чтобы ребенок обязательно с интересом и желанием выполнил их, справился с предложенной задачей, добился положительного результата.* |

Реализация опыта осуществлялась в трех взаимосвязанных этапах.

**I этап – подготовительный**.

**Цель:** выявление уровня заболеваемости у детей младшего дошкольного возраста. Самообразование педагога по данной теме.

На начальном этапе в работе над опытом:

- Изучена методическая литература по данной теме;

- Изучена семейная среда, условия воспитания и развития детей, изучены показания и противопоказания воспитанников к закаливающим процедурам , изучены карты и группы здоровья воспитанников.

Таким образом, педагогическая деятельность воспитателя была направлена на укрепление и сохранение здоровья детей путем внедрения здоровьесберегающих технологий.

**II этап – практический.**

**Цель:** создание организационно-педагогических условий для формирования предпосылок здорового образа жизни дошкольников через внедрение в практику здоровьесберегающих технологий, включая закаливающие процедуры.

 Изучена методическая литература, создана развивающая предметно-пространственная среда, разработано тематическое планирование по оздоровительной работе с дошкольниками, подбор закаливающих процедур, подбор картотеки гимнастики пробуждения, дыхательной гимнастики, пальчиковой гимнастики, физминуток, закаливающих мер в летний период, конспекты занятий с использованием здоровьесберегающих технологий, составление плана работы по взаимодействию с родителями.

Педагогическая работа автора осуществлялась *в четырех направлениях:* 1) создание развивающей предметно-пространственной среды, 2) взаимодействие с дошкольниками, 3) взаимодействие с родителями дошкольников, 4) взаимодействие с педагогическим коллективом и медперсоналом.

**1 направление работы:**

***Развивающая предметно-пространственная среда.***

Необходимым условием для осуществления обогащенного физического развития и оздоровления детей является создание развивающей среды. В группе оборудован «Уголок здоровья», который оснащен как традиционными пособиями, так и нестандартным оборудованием, сделанным своими руками:

 - Грелки для босоногохождения, ортопедические и коррегирующие коврики из пробок, пуговиц, крупы - для массажа стопы ног в целях профилактики плоскостопия.

- Султанчики, вертушки - для развития речевого дыхания и увеличения объема легких.

 - Коврики: веревки с узелками, нашитые фломастеры - для массажа ступней ног и развития координации движений.

 - Спортивные мешочки, гимнастические палочки, гантели из бросового материала, мячики.

Дети, занимаясь данными предметами в игровой и непринужденной обстановке, незаметно для себя укрепляют свое здоровье.

 - Стаканы и столовые ложки для профилактических процедур.

 В «Уголке здоровья» находятся картотеки: утренней гимнастики, подвижных и малоподвижных игр, дыхательной гимнастики и гимнастики пробуждения, пальчиковой гимнастики, физкультминуток, считалок. Также находятся книги, энциклопедии, иллюстрации, схемы, рассматривая которые, дети проявляют интерес к своему здоровью; дидактические игры: «Структура человеческого тела», «Спорт – это здоровье», «Чистим зубы правильно», «Бережем уши» и т.д. Все эти игры научат детей контролировать себя и свое поведение, настроение, закрепят культурно – гигиенические навыки, заставят задуматься о здоровье.

Для того, чтобы у детей постоянно поддерживался интерес к здоровому образу жизни, педагогом периодически обновляются пособия в уголке здоровья.

При создании «зоны здоровья» в группе продумывалось:

1. Целесообразность размещения зоны, доступность оборудования для детей, хранение предметов.
2. Разнообразие оборудования.
3. Учёт возрастных особенностей детей.
4. Эстетическое оформление данной зоны и пособий.
5. Возможность переноса оборудования в другие места.

Структура оздоровительной среды представлена в виде модулей, включающих трансформирующиеся детали, что поддерживает у детей живой интерес. Среда организована таким образом, чтобы в ней были визуально представлены все виды оздоровительной работы и созданы условия для активного взаимодействия детей с необходимыми пособиями и атрибутами.

**2 направление работы:**

 ***Взаимодействие с дошкольниками.***

Для формирования предпосылок здорового образа жизни дошкольников использовались следующие **методы обучения**:

 **1. Метод показа**. При показе у детей появляется возможность увидеть любое упражнение закаливающего характера. Это увлекает детей и усиливает желание поскорее овладеть определенными навыками.

 **2. Словесный метод.** Разговорная речь является связующим звеном между задачей и ее выполнением. Словесные объяснения должны быть краткими, точными, образными и конкретными.

 **3. Метод иллюстративной наглядности**. Полноценная оздоровительная деятельность не может проходить без рассказа о ЗОЖ, без знакомства с человеческим организмом, иллюстрациями, фотографиями и видеофильмами, алгоритмом закаливающих процедур.

**4. Игровой метод.** Все процедуры проводятся в игровой форме, что очень нравится детям. Воспитатель старается сделать, казалось бы, не очень приятную процедуру промывания носоглотки содово-солевым раствором в приятную ситуацию, не нарушая психики ребенка.

*Цель* *здоровьесберегающих технологий* в дошкольном образовании – 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 сохранять его, валелогической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.

**Здоровьесберегающая деятельность в нашем детском саду осуществляется в следующих формах:**

Здоровьесберегающие технологии

**Профилактическая деятельность -** обеспечивает сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДОУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами.

*Задачи данной деятельности:*

 - организация мониторинга здоровья детей и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья;

 - организация и контроль питания детей, физического развития, закаливания;

 - организация профилактических мероприятий, способствующих оздоровлению детского организма.

Применяются инновационные методы закаливания. Воспитатель с детьми начинает закаливающие полоскания с t° 25°, снижая ее каждые 2-3 дня. Через месяц происходит переход на полоскание отварами трав, просто водой из крана, а потом переходим на содово-солевый раствор.

После пробуждения в постели под контролем воспитателя дети выполняют 3-4 дыхательных упражнения. Затем, под контролем воспитателя и медицинского работника, дети переходят в туалетную комнату для проведения процедуры полоскания носоглотки содово-солевым раствором.

 Для проведения данной процедуры необходимо развести раствор на 3 литра 3 ч. ложки соли и 3 ч. ложки соды (без горки). Ребенок набирает в столовую ложку раствор и в игровой форме вдыхает данный раствор через нос. Процедура проводится 2 раза в неделю.

**Результатом данного опыта стало внедрение технологии содово-солевого закаливания в ДОУ (все возрастные группы).**

Закаливающие процедуры являются немаловажной частью в комплексе мероприятий по здоровьесбережению, проводимых воспитателем с детьми. Для поддержания микроклимата в группе постоянно проводится кратковременное проветривание групповой комнаты перед занятиями, спальной комнаты до наступления «тихого часа» и сквозное проветривание помещений в отсутствие детей.

 Детям предлагается обширное умывание, которое предполагает ополаскивание лица, шеи, рук до плеч водой комнатной температуры. Частью обширного умывания является сезонное летнее мытье ног после прогулок. В зависимости от адаптации детей к данному виду закаливания, температура воды постепенно снижается, что повышает сопротивляемость организма.

Немаловажным моментом является *босоногохождение* по ортопедическим (корригирующим) дорожкам от «холодного к горячему» с целью профилактики плоскостопия *(«закаляемся и гуляем босиком по заснеженным дорожкам»)* 15-20 сек, ходьба с грузом на голове (*«волшебная корона»).*

Оздоровительная работа воспитателями усиленно проводится и в **летний период** и представляет собой комплекс мероприятий, направленных на восстановление функционального состояния детского организма. Центральное место в этом комплексе занимает режим дня, который предусматривает максимальное пребывание детей на открытом воздухе, соответствующую возрасту продолжительность сна и других видов отдыха.

При осуществлении летней оздоровительной работы придерживаюсь следующих принципов: комплексное использование профилактических, закаливающих и оздоровительных технологий; непрерывное проведение профилактических, закаливающих и оздоровительных мероприятий; преимущественное использование немедикаментозных средств оздоровления; использование простых и доступных технологий; формирование положительной мотивации у детей к проведению профилактических, закаливающих и оздоровительных мероприятий; интеграция программы профилактики закаливания в семью; повышение эффективности системы профилактических, закаливающих и оздоровительных - мероприятий за счет соблюдения в ДОУ санитарных норм и правил, оптимального двигательного режима и физической нагрузки, санитарного состояния учреждения, организации питания, воздушно-теплового режима и использования различных форм оздоровительной работы (босоногохождение, солнечные ванные, обливание водой на свежем воздухе).

**Деятельность по сохранению и стимулированию здоровья** включает в себя:

**- Динамическую паузу в НОД,** решающую основные задачи:

* снять усталость и напряжение;
* внести эмоциональный заряд;
* совершенствовать общую моторику;
* выработать четкие координированные действия во взаимосвязи с речью.

В процессе проведения физкультминуток, во время которых движения сочетаются со словом, естественно и ненавязчиво воспитывается поведение детей, развивается мышечная активность, корригируются недостатки речи, активизируется имеющийся словарный запас.

 -   **Пальчиковую гимнастику.**

Пальчиковые игры – это инсценировка каких-либо рифмованных историй, сказок при помощи пальцев. В ходе пальчиковых игр ребенок, повторяя движения взрослых, достигает хорошего развития мелкой моторики рук, которая не только оказывает благоприятное влияние на развитие речи, но и подготавливает ребенка к рисованию, письму.

 **- Дыхательную гимнастику.**

Регулярные занятия дыхательной гимнастикой способствует тренировке дыхательной мускулатуры, улучшает местное и мозговое кровообращение, предохраняет от переохлаждения, развивает еще несовершенную дыхательную систему ребенка, укрепляет защитные силы организма.

 **- Гимнастику пробуждения (в постели).**

Длительность гимнастики в постели 2-3 минуты. Далее дети переходят к выполнению комплекса дыхательной гимнастики, что очень важно для профилактики простудных заболеваний и заболеваний верхних дыхательных путей. Затем проводятся закаливающие мероприятия с использованием «чудо» – ковриков, солевые дорожки, водные процедуры. Общая длительность оздоровительной гимнастики после дневного сна должна составлять 12-15 минут.

Проведенное анкетирование показало, что 94,6% опрошенных родителей теоретически признают необходимость и полезность использования применения здоровьесберегающих технологий для формирования предпосылок здорового образа жизни детей.

**3 направление работы:**

***Взаимодействие с родителями* (законными представителями).**

 Система работы с родителями строится на основе социального партнёрства с помощью традиционных и нетрадиционных форм сотрудничества. Используются разнообразные **формы работы:**

- открытый показ НОД с детьми для родителей;

- педагогические беседы с родителями;

- родительские собрания; консультации;

 - мастер-классы по промыванию носоглотки содово-солевым раствором;

- участие родителей в подготовке и проведении спортивных праздников, физкультурных досугов;

- совместное создание предметно - развивающей среды;

- работа с родительским комитетом группы, анкетирование;

 - просветительская работа.

 Наглядные стенды знакомят родителей с жизнью группы, с Конвенцией о правах ребенка, с возрастными физиологическими особенностями детей. Широко используется информация в родительских уголках, в папках-передвижках («Если хочешь быть здоров - закаляйся!», «Правильное питание», «Режим дня», «Закаливаем детей дома», «Грязные руки - источник кишечных инфекций», «Профилактика простудных заболеваний», «Закаливание ребенка-дошкольника» и др.)

Реализация данного направления работы в полной мере стала возможна при тесном взаимодействии детского сада и семьи, она позволяет строить отношения взаимопонимания, выбрать общий подход в решении данной проблемы.

В результате взаимодействия педагога и родителей достигнуто полное взаимопонимание в соблюдении единых требований по оздоровлению детей, положительно относятся к методам закаливания, промывания носоглотки и довольны результатами деятельности педагога.

**4 направление работы:**

**Взаимодействие с педагогическим коллективом и медперсоналом.**

Применение здоровьесберегающих технологий с целью формирования предпосылок здорового образа жизни дошкольников это длительная работа, которая требует участия не только родителей, но и всего педагогического коллектива, включая инструкторов по физкультуре, занятий в бассейне, а также медсестры.

 - проведение практических и теоретических консультаций для воспитателей;

 - совместная деятельность на спортивных утренниках, развлечениях;

 - проведение круглых столов, дискуссий, педагогических встреч;

 - организация семинаров и мастер-классов по проблеме оздоровления детей путем применения здоровьесберегающих технологий.

Совместно с медсестрой отслеживаются уровни здоровья детей и показания или противопоказания к закаливающим процедурам. Проходят консультации для воспитателей. Совместно с медсестрой проходит процедура промывания носоглотки содово-солевым раствором; даются рекомендации по умыванию и обтиранию детей и температурному режиму.

**3 этап – аналитико-обобщающий.**

На данном этапе проведена оценка результатов и решались следующие задачи:- обработка результатов уровня заболеваемости и анализ уровня сформированности предпосылок здорового образа жизни дошкольников;

- внесение изменений в систему педагогического процесса по данной проблеме.

Практика показывает, что применение здоровьесберегающих технологий с целью формирования предпосылок к здоровому образу жизни у дошкольников действенно и значимо.

1. **Результативность опыта**

Критерием результативности опыта является понижение показателя уровня заболеваемости дошкольников посредством внедрения здоровьесберегающих технологий.

Таблица №3

**Сравнительный анализ уровня заболеваемости дошкольников в период работы над опытом:**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| сентябрь 2016 г. | май2017 г. | июнь2017 г. | май 2018 г. | июнь2018 г. | август2019 г. |
| младшая группа | средняя группа | старшая группа |
| 32% | 32% | 32% | 20% | 20% | 8% |

В результате мониторинга, с помощью средств закаливания в нашей группе достигнута высокая сопротивляемость организма различным неблагоприятным факторам, снижена заболеваемость.

*Результатом работы над опытом являются следующие показатели:*

* 3 место в районной Спартакиаде среди дошкольных учреждений (май 2019 г.);
* 2 место в муниципальном смотре-конкурсе строя и песни среди учащихся образовательных организаций в номинации «Воспитанники МДОУ» (май 2019 г.);
* 1 место в областном Чемпионате по велосипедному спорту «Дети на велосипеде» (июнь 2019);
* Участие в конкурсе ГТО Белгородского района (июль 2019);
* Воспитанники группы готовы к сдаче ГТО;
* Более 80% воспитанников группы посещают спортивные секции.

В *перспективе* планирую продолжить работу по профилактике здорового образа жизни дошкольников и разработать авторскую методику упражнений для формирования правильной осанки детей.