

Департамент образования Администрации города Екатеринбурга  
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 545 «Рябинка»

---

620135 г. Екатеринбург, ул. Фрезеровщиков, 30а тел. 306-12-29 e-mail: mdou545@yandex.ru  
(МБДОУ детский сад № 545 «Рябинка»)

## **Анализ работы за 2019-2021 год**

инструктор по физической культуре  
высшей категории  
МБДОУ №545 детского сада «Рябинка»  
Пчелинцева Елена Анатольевна

**Екатеринбург  
2020**

«Если нельзя вырастить ребёнка, чтобы он совсем не болел, то, во всяком случае, поддерживать у него высокий уровень здоровья вполне возможно» Н.М. Амосов.

Формирование здорового поколения - одна из главных стратегических задач развития страны. Это регламентируется и обеспечивается рядом нормативно-правовых документов: Федеральными законами «Об образовании в Российской Федерации», «О санитарно - эпидемиологическом благополучии населения», «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации», «Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования» (далее ФГОС ДО). В связи с этим, приоритетным направлением в воспитании наших дошкольников является сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни, устойчивой потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями.

По данным Федеральной службы государственной статистики России в результате профилактических осмотров детей в возрасте от 0 до 14 лет в 2018 году к I группе здоровья определены 28,5% детей, ко II - 56,4%, к III - 7,3%, к IV - 0,6% и к V - 1,7. При этом в 2015 году результаты были следующие: I группа здоровья 27,7% детей, II - 56,6%, III - 13,7%, IV - 0,9% и V - 1,0% данные показатели свидетельствуют о положительной динамике, но при этом если сравнить общие показатели и показатели здоровья детей до года в 2018 году: I группа здоровья 32,1% от общего количества детей; II - 60,0%; III - 7,3%; IV - 0,3% и V - 0,3, то можно заметить, что здоровье детей снижается после первого года жизни. Основные классы и группы болезней, по которым наблюдается прирост показателей за последние три года, это болезни эндокринной системы, расстройство питания, нарушения обмена веществ, болезни глаза и его придаточного аппарата, также сюда входят болезни органов дыхания и болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани. По данным Комплексного наблюдения условий жизни населения в оценке родителями состояния здоровья детей в возрасте 0-14 лет в зависимости от места проживания в 2018 году наблюдается снижение с показателя «хорошее здоровье» на «удовлетворительное» и повышение процента детей с показателем «плохое», в возрасте с 3 до 6 лет. [3, с. 63,64,71]

Одним из направлений ФГОС ДО является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. [6, п. 1.6] Хорошее здоровье, полученное в дошкольном возрасте, является фундаментом общего развития человека. В период дошкольного детства у ребёнка закладываются основы здоровья, долголетия, всесторонней двигательной подготовленности и гармоничного физического развития. Поэтому крайне важно создать систему грамотной организации здоровьесберегающего процесса в детском саду, в том числе организовать работу специалистов. Инструктор по физической культуре должен выработать свою стратегию сохранения и укрепления здоровья детей, их физического

развития, отобрать и внедрить эффективные здоровьесберегающие инновационные технологии, которые позволят целенаправленно формировать культуру здоровья, основанную на осознании социальной ценности здоровья личности, идее ответственного отношения каждого субъекта образовательного процесса к своему здоровью.

**Цель:** совершенствование системы работы по сохранению и укреплению здоровья воспитанников с учётом индивидуальных особенностей в образовательной области «Физическое развитие».

**Задачи:**

1. Подобрать и внедрить в образовательный процесс наиболее эффективные современные здоровьесберегающие технологии в области «Физическое развитие»
2. Осуществлять взаимодействие с педагогами ДООУ для реализации комплексного индивидуального подхода в решении проблем по сохранению и укреплению здоровья воспитанников.
3. Вовлекать родителей в совместную работу по здоровьесбережению посредством проектной деятельности.
4. Воспитывать в детях бережное и осознанное отношение к своему здоровью через педагогические технологии.
5. Повышать уровень профессиональной квалификации и транслировать собственный опыт в образовательной области «Физическое развитие».

Учитывая единство физического и психического здоровья, в систему работы были внедрены элементы различных здоровьесберегающих технологий, таких как: «Са-Фи-Дансе», танцевально-игровая гимнастика для детей Ж.Е. Фирилёвой, игровой стретчинг и детский фитнес Е.В. Сулим, психогимнастика М.И. Чистяковой, технология «Театр физического развития и оздоровления детей дошкольного возраста» Н.Н. Ефименко и дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой. Данные технологии открывают ребёнку новое видение своих возможностей, помогают развивать эмоционально-волевую сферу дошкольника. Игровой стретчинг и детский фитнес делают физкультурные занятия развивающими, интересными, разнообразными, познавательными и увлекательными.

Детский фитнес – хорошо продуманная детская физкультура: укрепляющая и формирующая жизненно важные навыки, и умения. Это занятия под специально подобранную музыку с использованием разнообразного спортивного инвентаря, которые укрепляют мышцы ребёнка, повышают способность ориентироваться в пространстве, развивают координацию и ловкость движений, гибкость и пластичность, внимание и быстроту реакции. [4, с. 8] Таким образом, решаются оздоровительные задачи физического воспитания, осуществляется индивидуально-дифференцированный подход, учитываются психические особенности детей.

Так как одной из групп болезней с постоянно растущим коэффициентом являются заболевания органов дыхания, активно применяю дыхательные упражнения. Дыхательная гимнастика по Стрельниковой выравнивает

процессы возбуждения и торможения в коре головного мозга, оказывает положительное воздействие на нервно-регуляторные механизмы, которые управляют процессом дыхания.

В работе с воспитанниками активно использую различные виды гимнастик. Гигиеническая (утренняя зарядка, физминутки, физкультурные паузы, бодрящая гимнастика), релаксационная, пальчиковая, гимнастика для глаз, дыхательная, основная, элементы психогимнастики, «Neirogum» - гимнастика для мозга.

Эффективным средством физического воспитания и оздоровления является ритмическая гимнастика. Использую такие направления как: танцевально-ритмическая гимнастика, танцевально-игровая, степ-ритмика, свободный танец, релаксационная ритмическая гимнастика, ритмопластика. Ритмическая гимнастика развивает физические способности, ритмичность, пластичность, грациозность, коммуникативные навыки, эмоционально-волевую сферу, воспитывает стойкий интерес к занятиям физической культуры, формирует двигательную культуру. Составлены минikomплексы и танцевальные композиции.

Наш детский сад является организатором районного фестиваля ритмической гимнастики «Ритмы детства». На фестиваль собираются дошкольники со всего района, мои воспитанники пятый год подряд становятся победителями фестиваля. С удовольствием наблюдаю, как за время подготовки они раскрывают свои способности, учатся управлять своим волнением, демонстрировать свой артистизм и получать удовольствие от движений и умения владеть своим телом.

На этапе внедрения в образовательный процесс находится инновационное направление «Neirogum». С воспитанниками на занятиях по физической культуре использую упражнения по методике Пола и Гейл Деннисон «Brain Gum». Данное направление помогает лучше понять, какое огромное влияние жизнь и игры в «реальном мире» оказывают на умственное развитие человека. Данная методика почерпнула свои идеи из сферы танцевального искусства, кинезиологии, оптометрии развития, трудотерапии и сенсорной интеграции. Поскольку процесс обучения и развития обычно не рассматриваются с точки зрения этих дисциплин, именно поэтому новизна взглядов, предложенная авторами, заслуживает самого пристального рассмотрения, и обдумывания. [2, с. 18] Чтобы внедрить данную технологию в систему работы по здоровьесбережению составлены комплексы эмоционально-стимулирующей гимнастики для детей старшего дошкольного возраста.

Для реализации комплексного индивидуального подхода, отслеживания динамики развития и построения образовательной траектории внедрены индивидуальные карты развития воспитанников, которые заполняются на основе результатов мониторинга. За период с 2019 по 2020 год воспитанниками показана положительная динамика результатов освоения образовательной программы, увеличился процент детей, показатели физической подготовленности которых достигают «нормы» и «выше нормы». Уровень

темпов прироста физических качества попадает в оценочную категорию «хороший» и «отличный», что свидетельствует о повышении двигательной активности, эффективном использовании сил природы и целенаправленной системе физического воспитания.

Ежегодно повышается уровень компетентности воспитанников в вопросах здоровьесбережения. Для ознакомления воспитанников с элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (далее ЗОЖ) внедрена система занятий «Уроки здоровья». Совместно с воспитателями подбирается материал для занятий, соответствующий теме, интересам и возрасту детей. Показатели овладения элементарными нормами и правилами ЗОЖ находятся в категории «средний» и «высокий уровень», наблюдается положительная динамика.

Для повышения компетенции педагогов ДОО проводятся консультации «Развитие двигательной активности детей в режиме дня ДОО» (2019 г.), «Оздоровительный бег» (2019 г.), «Особенности проведения дыхательной гимнастики» (2020 г.). В спортивном зале создан «Уголок инструктора физической культуры», где ежемесячно обновляется информация.

В физкультурном зале и группах регулярно обогащается развивающая предметно-пространственная среда по направлению физическое развитие. Совместно с воспитателями изготовлены спортивные атрибуты для проведения досугов, праздников и занятий детей ритмической гимнастикой. Для педагогов и родителей проведена мастер-класс «Изготовление нестандартного спортивного оборудования своими руками» (2019 г.). Созданы картотеки спортивных игр и упражнений, дыхательной и пальчиковой гимнастики. В стадии разработки картотека «Гимнастика мозга».

В целях повышения компетенции родителей по вопросам здоровьесбережения и здоровьесформирования, используются традиционные формы работы: родительские собрания, анкетирование, консультации, индивидуальные беседы, знакомство с новыми инновационными здоровьесберегающими технологиями, открытые занятия, совместные занятия с родителями, практикумы, совместные праздники и развлечения, «Дни здоровья».

В 2019 году анкетирование показало, что двигательная активность детей не во всех семьях оптимальна для детей дошкольного возраста. Для решения этой проблемы проведены консультации «Здоровье. Осторожно, детство» (2019 г.), «Особенности физического развития детей» (2019, 2020 гг.) в соответствии с возрастной группой, «Каким видом спорта занять своего ребенка» (2019, 2020 гг.).

В целях установления доверительных, добрых отношений между родителями и детьми, улучшению психологического климата в семье, формирования добрых семейных традиций совместно с родителями были проведены спортивные праздники: спортивный праздник ко Дню матери (2019), ко Дню защитника Отечества (2019 г.), «Зарница» (2020 г.).

Родители принимали участие в ежегодной «Неделе здоровья» в МБДОУ (с 2013г), открытых мероприятиях «Утренняя гимнастика для детей с родителями».

В работе с родителями использую проектные технологии. С 2019 по 2020 год разработаны и реализованы следующие проекты: «Любимая подвижная игра», «Здоровье чтобы сохранить - со спортом будем мы дружить», «Энциклопедия здоровья», «Зимние виды спорта».

Для повышения компетенции родителей в вопросах физического развития дошкольников использую [свою страницу](#) официального сайта МБДОУ и современные интерактивные формы взаимодействия: видео консультации, фотоотчеты, подкасты, видеоконсультации, мессенджер «WhatsApp».

Во время пандемии по Covid 19 вела дистанционную работу через сайт ДОУ. Ежедневно обновляла информацию для родителей по организации двигательной активности в домашних условиях в разделе [Дистанционное обучение](#)

Благодаря взаимодействию с семьями воспитанников в период с 2019 по 2020 год повысилось количество семей, активно участвующих в физкультурно-оздоровительных мероприятиях и интересующихся здоровьем детей с 58% до 82%.

Совершенствование системы физкультурно-оздоровительной работы, с использованием различных здоровьесберегающих технологий и взаимодействие с родителями по здоровьесбережению удалось снизить уровень заболеваемости у детей. Число заболеваний в 2019 г. сократилось на 134 случая (с 283 случаев в 2017 году до 149 в 2019 году). Число детей ни разу не болеющих в течение года повысилось с 27 до 72 человек.

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы подтверждается положительной динамикой результатов освоения образовательной программы воспитанниками.

Высокие результаты развития воспитанников подтверждаются участием в конкурсах и мероприятиях различного уровня:

2019, 2020 гг., участие в городском фестивале «Здоровье»;

2019, 2020, 2021 гг., районный фестиваль ритмической гимнастики «Ритмы детства» (1 место в, 2019, 2020, 2021 годах);

2019 гг. участие в лыжне России;

2019 гг. показательные выступления с номером ритмической гимнастики на Фестивале «Здоровья».

В целях повышения уровня профессиональной квалификации прошла обучение:

2019 г., НЧОУ ДПО "УМЦ профсоюзов Свердловской области" по программе "Обучение навыкам оказания первой помощи" 16 часов.

2019 г., "Уральский государственный педагогический университет" КПК по программе "Физкультурно-оздоровительная деятельность ребёнка в соответствии с ФГОС", 72 часа;

2019 г., АНО ДПО «Центр интеллектуального и профессионального Развития», «Нейропедагогика» КПК 16 часов;

2020г., ВОО «Воспитатели России» КПК курс вебинаров по актуальным проблемам дошкольного образования, 30 часов;

2020 г., санитарно-просветительская программа «Основы здорового питания для дошкольников», образовательный центр ДПО ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора;

2020г., ООО «Атлас коммуникации» ДПП ПК «Развитие субъектности через деятельность в дошкольном учреждении».

Транслирование собственного опыта в образовательной области «Физическое развитие»:

2019 г., член судейской коллегии соревнований «Веселая аэробика» VI и VII Спартакиады «Здоровое поколение» среди дошкольных организаций городского округа Верхняя Пышма;

2019 г., участник третьего этапа городского фестиваля «Здоровье 2019»;

2019 гг, член судейской коллегии районного фестиваля «Ритмы детства 2017», «Ритмы детства 2018», «Ритмы детства 2019»;

2019 г, консультант семинара «Весёлая аэробика - здоровье, красота, музыка» ГО Верхняя Пышма;

2019 г., проведение открытых занятий для студентов УГМУ.

2019, 2020 гг., организатор районного фестиваля ритмической гимнастики «Ритмы детства»;

2019, 2020 гг., состояла в судейской бригаде районного этапа фестиваля «Здоровье»;

2019г., участник проекта при поддержке Фонда Президентских грантов «Нейропсихологический подход в воспитании и развитии детей - основа формирования здорового поколения».

Опыт педагогической деятельности обобщен и опубликован в сборниках «Планета педагогов», «Педразвитие», на страницах электронного СМИ образовательного портала Академии Развития Творчества «Арт-талант».

Имею следующие награды, звания:

1992, 1994 гг. пятикратная чемпионка мира по художественной гимнастике;

1993,1995 гг. пятикратная чемпионка Европы.

1995 г. Заслуженный мастер спорта;

1996 г. призер Олимпийских игр по художественной гимнастике г. Атланта, США;

1997 г. медаль – ордена «За заслуги перед отечеством» 2 степени.

Список использованных источников:

1. Амосов Н. М. Энциклопедия Амосова. Алгоритм здоровья. – СПб.: ООО «Алфа-книга», 2018
2. Деннисон П. и Г. «Гимнастика мозга». Книга для учителей и родителей. – СПб: ИГ «Весь», 2020
3. Здоровоохранение в России. 2019: Стат.сб./Росстат. - М., 2019
4. Сулим Е.В. Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 3-5 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2014
5. Сулим Е.В. Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 5-7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015
6. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования от 17 октября 2013г.