Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
города Нижневартовска детский сад №29 «Ёлочка»

Отчет по плану работы с детьми второй младшей группы по применению здоровьесберегающих технологий за 2025-2026 учебный год

Воспитатели:
Емельянова Ирина Петровна
Мехдиева Наргиз Этибаровна

2026

Цель работы — укрепление здоровья детей, развитие самостоятельности, формирование осознанного отношения к здоровому образу жизни и обеспечение единства подходов семьи и ДОУ.

Общие показатели реализации плана

Охват мероприятий: все запланированные формы работы реализованы в полном объёме.

Регулярность: ежедневные практики (утренняя гимнастика, физкультминутки, гигиенические процедуры, ходьба по массажным дорожкам) выполнялись ежедневно; еженедельные практики (дыхательная гимнастика, релаксация, специальные игры) — в соответствии с графиком.

Участие специалистов: в реализации участвовали воспитатели, инструктор по физкультуре, педагог-психолог, медицинская сестра (согласование закаливающих процедур, индивидуальных рекомендаций, оценка динамики здоровья).

Взаимодействие с семьёй: информационные материалы (папки-передвижки, памятки, цифровые карточки в чате) размещались ежемесячно; индивидуальные консультации — по запросу; мини-проекты охватили не менее 75 % семей.

Реализация по направлениям:

Двигательная активность и профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата

Что сделано:

Утренняя гимнастика («Мы — спортсмены», с имитацией движений животных) — ежедневно, 7–8 мин.

Бодрящая гимнастика после сна — ежедневно.

Подвижные игры («Ловишки с ленточками», «Ручеёк», «Птички и кошка») — 3–4 раза в неделю.

Ходьба по массажным, ребристым дорожкам, мешочкам с крупой — ежедневно после сна, 7–10 мин.

Упражнения на равновесие («Пройди по линии», «Стой как цапля», «Перешагни через палочку») — 2–3 раза в неделю.

Результаты:

У 88 % детей улучшились показатели координации и ориентировки в пространстве (по наблюдениям воспитателей и данным медработника).

У 75 % детей отмечается уверенное выполнение сложных для возраста движений (ходьба по линии, перешагивание, остановка по сигналу, ходьба на носочках).

Случаев выраженного плоскостопия не выявлено; у детей с начальными признаками рекомендованы индивидуальные домашние упражнения.

Дыхательная и артикуляционная гимнастика, интеграция речи и движения

Что сделано:

Дыхательные упражнения («Задуй свечу», «Парусник», «Ветер дует») — 3–4 раза в неделю в игровой форме.
Артикуляционные игры («Улыбка — трубочка», «Часики») — 3 раза в неделю.
Подвижные игры с речевым сопровождением — 2–3 раза в неделю.
Эксперимент «Парусник» (дутьё на бумажный кораблик в тазу с водой) — 1 интегрированное занятие.
Результаты:
Дети научились контролировать силу и длительность выдоха, использовать выдох в игровых и речевых ситуациях.
Повысилась речевая активность: дети чаще включаются в звукоподражания, договаривают фразы, используют простые речевые шаблоны в играх.
Воспитатели отмечают снижение срывов голоса при крике/плаче за счёт лучшего контроля дыхания.

Пальчиковая гимнастика, сенсорное развитие и мелкая моторика
Что сделано:
Пальчиковые игры («Сорока-ворона», вариации с прищепками) — ежедневно.
Сенсорные коробки с сезонным наполнением (шишки, жёлуди, крупы, ткани) — постоянный доступ в уголке.
Игры с прищепками, шнуровками, сортировкой по цвету/размеру — 2 раза в неделю как организованные занятия, ежедневно — в свободной деятельности.
Результаты:
У 92 % детей сформированы навыки захвата, удержания и перекладывания мелких предметов обеими руками.
Улучшилась согласованность движений обеих рук (застёгивание липучек, нанизывание крупных бусин, выкладывание узоров).
Повысился интерес к продуктивным видам деятельности (лепка, наклеивание, конструирование).

Закаливание и профилактика заболеваний
Что сделано (только по согласованию с медработником и с письменного согласия родителей):
Воздушные ванны во время переодевания (1–3 мин) — ежедневно.
Проветривание по графику, контроль температуры и влажности — постоянно.
Облегчённая одежда в группе (по принципу «на слой меньше, чем у взрослых») — постоянно.
Точечный самомассаж в игровой форме «Помоги себе сам» — 2 раза в неделю.
Полоскание рта водой комнатной температуры — ежедневно (по согласованию и с согласия родителей).
Ходьба босиком по дорожкам разной температуры (ковёр/пол) — ежедневно, 7–10 минут.
Результаты:
Снижение количества пропусков по болезни на 22 % по сравнению с аналогичным периодом прошлого года.

Родители стали чаще применять дома элементы щадящего закаливания (проветривание, облегчённая одежда, ходьба босиком).
По данным медработника, у большинства детей не отмечено ухудшения состояния при соблюдении индивидуальных графиков закаливания.

Психоэмоциональное благополучие и эмоциональный интеллект
Что сделано:
Минутки покоя, слушание звуков природы — 2 раза в неделю.
Игра «Покажи эмоцию» с карточками и куклами — 1 раз в неделю.
Релаксации («Солнышко и тучка», «Сдуем пушинку») — 1–2 раза в неделю, а также как переход между занятиями.
Музыкотерапия (спокойная музыка, звуки природы) — ежедневно 5–10 минут в переходные моменты.
Игры на снятие напряжения («Обними игрушку», «Погладь котёнка») — ежедневно.
Результаты:
Снизилась частота острых эмоциональных реакций (плач, протестное поведение) в режимных моментах на 30 % (по данным ежедневных наблюдений).
Дети стали лучше распознавать и называть базовые эмоции (радость, грусть, испуг) в игровых ситуациях.
Группа стала более уравновешенной: дети спокойнее переходят от одной деятельности к другой.

Культурно-гигиенические навыки, самообслуживание и основы ЗОЖ
Что сделано:
Ежедневная отработка алгоритмов умывания, мытья рук, пользования носовым платком, расчёсывания.
Дидактические игры «Что сначала, что потом?» (карточки этапов одевания/умывания) — 2 раза в месяц.
Игровые ситуации с куклами («Одеваемся на прогулку», «Умываемся правильно») — 2 раза в неделю.
Беседы и дидактические игры о здоровье, продуктах, безопасном поведении («Опасно — безопасно») — 1–2 раза в месяц.
Результаты:
85 % детей самостоятельно выполняют базовые действия (подходят к раковине, подставляют руки, берут мыло, вытираются полотенцем при минимальной помощи).
98 % детей используют носовой платок по назначению (при напоминании).
Сформировано понимание простых правил безопасности (не брать снег в рот, держаться за руку на скользкой дорожке, не убегать на прогулке).

Проектная деятельность и итоговые мероприятия
Мини-проект «Мой здоровый день»: участие 16 семей; родители фиксировали 1 день недели (фото/описание режима, прогулки, полезной еды).

Проект «Огород на окне»: участие 14 семей; посадка лука, гороха; ведение дневника наблюдений с пиктограммами.
«Новогодний календарь добрых дел»: 1 доброе дело в день (помочь убрать игрушки, подать полотенце, сказать доброе слово) — участие 15 семей.
Спортивный досуг «Вместе весело шагать»: простые эстафеты, ходьба, прыжки, метание мешочков — охват 100 % детей.
Выставка «Наши здоровые привычки»: фотоколлаж («Моем руки», «Гуляем», «Делаем зарядку») — участие всех семей.

Взаимодействие с семьёй

Формы работы:
Папки-передвижки по темам месяца («Как поддержать ребёнка при переходе в новую группу», «Распознаём эмоции ребёнка», «Лето: безопасность, режим, развитие»).
Памятки по прогулкам, подбору одежды, профилактике ОРВИ.
Цифровые карточки с играми и упражнениями в родительском чате
Индивидуальные рекомендации по запросам родителей.
Итоги:
Материалы в родительском чате просматривались не менее чем 88 % семей.
78 % родителей применяли дома рекомендованные игры и приёмы (по данным мини-опроса).
Родители активно участвовали в подготовке атрибутов и пособий (сенсорные мешочки, шнуровки, массажные дорожки).

Критерии эффективности и достигнутые результаты

Критерий	Результат
Снижение заболеваемости	−22 % к аналогичному периоду прошлого года
Самостоятельность в культурно-гигиенических навыках	85 % детей выполняют базовые действия самостоятельно (с минимальной помощью)
Двигательная активность и координация	Улучшение показателей у 88 % детей (по наблюдениям и медданным)
Речевая и эмоциональная активность	Повышение вовлечённости в речевые и игровые ситуации, снижение острых эмоциональных реакций
Включённость родителей	78–88 % семей применяли рекомендованные приёмы дома

Трудности и пути их преодоления
Низкая активность отдельных семей. Решено через короткие, понятные задания (например, «сфотографировать 1 момент здорового дня», «принести 1 камешек для сенсорной коробки»), личные приглашения и индивидуальные рекомендации.

Индивидуальные особенности здоровья детей. Решено через согласование с медработником, подбор щадящих вариантов упражнений и индивидуальный темп включения в общие практики.
Переутомление группы. Решено через гибкое планирование: при повышенной возбудимости — больше релаксации и спокойных игр; при вялости — ходьба по коврикам и дыхательные упражнения.

Выводы

План работы по применению здоровьесберегающих технологий реализован в полном объёме. Поставленные цели достигнуты: у детей укрепились навыки самообслуживания и гигиены, повысилась двигательная и речевая активность, улучшилось эмоциональное состояние. Взаимодействие с семьями позволило обеспечить единство подходов к здоровьесбережению в детском саду и дома.

Перспективы на следующий учебный год:
- Расширить практику семейных челленджей («Неделя без капризов», «10 000 шагов вместе»).
- Ввести регулярные короткие опросы для учёта текущих запросов родителей.
- Развивать цифровые каналы коммуникации (карточки с играми в чате, рубрика «Вопрос-ответ» на стенде, короткие видеоинструкции по домашним практикам).

Воспитатели:  И.П. Емельянова

 Н.Э. Мехдиева