

Здоровье сберегающие технологии в дошкольном учреждении

Онохова Вера Алексеевна

Приамурский государственный университет имени Шолом-Алейхема

Студент

Аннотация

Влияние здоровье сберегающих технологий на гармоничное развитие, укрепление и сохранение здоровья детей дошкольного возраста. В здоровье сберегающих образовательных технологиях обучения применяются две группы методов: специфические (характерные только для процесса педагогики оздоровления) и общепедагогические (применяемые во всех случаях обучения и воспитания), только оптимальное сочетание специфических и общепедагогических методов в соответствии с методическими принципами может обеспечить успешную реализацию комплекса задач здоровье сберегающих образовательных технологий обучения. Для полноценного физического развития ребенка необходимо развивать и расширять работу направленную на развитие здоровье сберегающих технологий, только в этом случае физическое здоровье детей будет стабильным и крепким, а у родителей и педагогов будут сформированы ценностные ориентиры, направленные на укрепление и сохранение здоровья воспитанников.

Ключевые слова: здоровье сбережение, здоровье сберегающие технологии, предметно-пространственная среда, физическое развитие, здоровый образ жизни.

Health-saving technologies in the preschool institution

Onokhova Vera Alekseevna

Sholom-Aleichem Priamursky State University

Student

Abstract

The influence of health-saving technologies on the harmonious development, strengthening and preservation of the health of preschool children. In the health-saving educational technologies of teaching, two groups of methods are used: specific (characteristic only for the process of rehabilitation pedagogy) and general pedagogical (used in all cases of training and education), only the optimal combination of specific and general pedagogical methods in accordance with methodological principles can ensure the successful implementation of a set of tasks health-saving educational learning technologies. For the full physical development of the child, it is necessary to develop and expand work aimed at developing health-saving technologies, only in this case the physical health of

children will be stable and strong, and parents and teachers will form value orientations aimed at strengthening and maintaining the health of pupils.

Key words: health saving, health saving technologies, object-spatial environment, physical development, healthy lifestyle.

Дошкольный возраст является благоприятным периодом для выработки правильных привычек и формирования здорового образа жизни, которые в сочетании с обучением дошкольников приемам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам. Работа по созданию здоровьесберегающей среды в детском саду строится на основе комплексного подхода, направленного на всестороннее развитие личности ребенка, на принципах гуманизации педагогического процесса, с опорой на единство требований дошкольного учреждения и семьи.

Теоретическую и научную основу здоровьесбережения заложили выдающиеся русские физиологи И.М. Сеченов, А.А. Ухтомский, И.П. Павлов, А.И. Аршавский и др.

С точки зрения И.П. Павлова, «человек есть единственная в высочайшей степени саморегулирующаяся, восстанавливающая, поправляющая и даже совершенствующая система». Это позволяет считать использование различных технологий сбережения и накопления здоровья всех участников образовательного процесса вполне оправданным. Построить собственную оздоровительную систему, освоить приемы саморегуляции по силам каждому педагогу, главное захотеть и знать, как это делать.

Проблемы теории и практики образовательного пространства с позиции сохранения и укрепления здоровья детей исследуются в физиологическом и психолого-педагогическом аспектах (Г.Н. Сериков, С.Г. Сериков, Ю.П. Сокольников, В.Г. Бочарова и др.) [13].

Подходы к организации целостного педагогического процесса как основы формирования, сохранения, становления здоровья детей разрабатывают М.М. Безруких, Н.В. Богдан, Э.М. Казин, М.Л. Лазарев, Ю.В. Науменко, Т.Ф. Рехова, Е.А. Уланова и ряд др. [11].

«Здоровье формирующие образовательные технологии», по определению Н.К. Смирнова, - это все те психолого – педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у детей культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни.

Здоровьесберегающая технология, по мнению В.Д. Сонькина, - это: условия обучения и воспитания ребенка (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания); рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями); соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

О.В. Петров под здоровье сберегающей образовательной технологией понимает систему, создающую максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования (воспитанников, педагогов и др.) [9].

Н.И. Соловьева под здоровье сберегающей образовательной технологией понимает функциональную систему организационных способов управления учебно-познавательной и практической деятельностью, учащихся, научно и инструментально обеспечивающая сохранение и укрепление их здоровья [17].

Н.Т. Рылова определяет здоровье сберегающую среду образовательных учреждений как совокупность управленческих, организационных, обучающих и оздоровительных условий, направленных на формирование, укрепление и сохранение социального, физического, психического здоровья обучающихся, педагогов на основе психолого-педагогических и медико-физиологических средств и методов сопровождения образовательного процесса, профилактики факторов «риска», реализации комплекса межведомственных мероприятий по созданию социально-адаптированной образовательной среды [18].

На основании изучения работ ряда ученых, здоровье сберегающая среда в детском саду должна создаваться с учетом индивидуально-дифференцированного подхода. В учреждении должен функционировать физкультурный зал, медицинский кабинет, изолятор. Выше перечисленные помещения должны быть оснащены всем необходимым для организации работы с детьми по их физическому воспитанию и оздоровлению. Только здоровый ребенок может быть успешен в процессе личностного и интеллектуального роста. От грамотной организации предметно-пространственной среды и систематической работы с детьми по физическому воспитанию зависит здоровье ребенка. Формируя двигательную сферу посредством занятий по физической культуре и развивая выносливость детей, организуется их целенаправленная творческо-двигательная активность не только в спортивном зале, но и на физкультурных занятиях на свежем воздухе. В процессе обучения двигательным действиям развивается эмоциональная сфера дошкольников. Необходимо обращать самое серьезное внимание на постановку частных задач при обучении отдельным двигательным действиям, на формирование и совершенствование новых двигательных умений и навыков в прикладном, спортивном направлении.

Для реализации детских интересов, жизненной активности дошкольники должны быть физически крепкими здоровыми, а для этого необходимо совершенствовать здоровье сберегающую среду в дошкольных учреждениях. Педагогический состав совместно с родительским активом также должны работать над сохранением и улучшением предметно-пространственной и физкультурной среды для дошкольников. В каждом дошкольном учреждении необходим физкультурный зал, в группах тренажерные уголки, на участках для прогулок в летний период необходимо

организовывать «Тропу здоровья», круглогодично проводить упражнения направленные на профилактику плоскостопия, осанки, нарушения зрения, а также закаливающие процедуры. Все эти здоровые берегающие технологии должны отвечать требованиям доступности, стабильности, динамичности, безопасности, необходимости и достаточности для воспитанников дошкольных учреждений.

Для привлечения родителей к здоровому образу жизни можно предложить ряд мероприятий, например, предложить применять силовой комплекс в тренажерном уголке для совместного развития двигательной активности родителей и дошкольников. Библиотека для родителей, подборка музыкального сопровождения, копилка тематических занятий, игровой инвентарь и реквизит для сюжетных постановок, оборудованный сектор для прыжков и разметка для прыжков в длину, тренажерный уголок позволили бы создать условия для рационального сочетания разных видов деятельности воспитанников и их родителей в образовательном процессе. Сюжетная гимнастика на занятиях и фитбол-гимнастика также имеют возможность создать психологически комфортные условия для физического развития воспитанников.

Таким образом, в оптимальных условиях для гармоничного развития каждого ребёнка нужно и можно использовать разнообразные формы и виды деятельности, направленные на укрепление и сохранение здоровья детей. Совместные детско-родительские спортивные мероприятия формируют у детей мотивацию к здоровому образу жизни, культуру здоровья, питания. Применение в работе инструктора по физической культуре элементов коррекционной методики, например «Коррекция агрессивного поведения у детей» Е. В. Мурашовой (<https://predanie.ru/book/166916-klass-korrekcii/>) элементы социально-оздоровительной технологии (http://ds107.spb.ru/userfiles/file/PUprogramma_Zmanov.pdf) Ю.Ф. Змановского «Здоровый дошкольник», автор которой в основу двигательной деятельности включает циклические упражнения (бег), рекомендации по организации питания, приготовлению пищи, использованию психо-гимнастики, помогли бы расширить здоровые берегающую среду в дошкольном учреждении.

Таблица 1. Возможные формы организации здоровые берегающей работы для детей в дошкольном учреждении

Мероприятие	Частота проведения	Рекомендации
Физкультурное занятие	3 раза в неделю в группе и на свежем воздухе.	Проводятся в хорошо проветриваемом помещении.
Самомассаж	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы Ежедневно	Дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему здоровью.

Дыхательная гимнастика	В разных формах физкультурно-оздоровительной работы	Обязательна инструкция о гигиене полости носа.
Корригирующая гимнастика	В разных формах физкультурно-оздоровительной работы	Форма проведения зависит от поставленной задачи.
Подвижные и спортивные игры	Как часть физкультурного занятия; на прогулке; в группе. Ежедневно	Игры подбираются в соответствии с возрастом детей.
Профилактические упражнения	Ежедневно или как часть физкультурного занятия; на прогулке; в группе.	Форма проведения зависит от поставленной задачи.

При проведении занятий по физическому развитию с детьми дошкольного возраста можно эффективно использовать инновационные методики проведения физкультурных и оздоровительных занятий (социо-игровые технологии). С целью развития и поддержания интереса детей к занятиям использовать как традиционные, так и новые виды занятий: игровые, занятия тренировочного типа, сюжетные, тематические, применять не только спортивный инвентарь и тренажеры, но музыкальное сопровождение для повышения активности детей и развития координации движений. Традиционные и инновационные технологии и элементы технологий имеют оздоровительную направленность, что в итоге формирует у ребенка стойкую привычку к здоровому образу жизни.

В результате целенаправленной работы по оздоровлению детей дошкольного возраста посредством физических занятий, занятий спортом и применяя технологии по здоровью сбережению, есть высокая вероятность снижения уровня заболеваемости детей, и увеличение количества детей с I группой здоровья. Неоспорим и тот факт, что применение здоровьесберегающих технологий в комплексе дадут возможность детям овладеть основами здорового образа жизни, у них появится осознанное отношение к своему здоровью, улучшатся показатели физической подготовленности, родители станут активнее участвовать в спортивных мероприятиях, повысится готовность к сотрудничеству и заинтересованность в укреплении здоровья детей.

Библиографический список

1. Ахутина Т. В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально – ориентированный подход // Школа здоровья. 2000. Т.7. №2. С. 21 – 28.
2. Безруких М. М. Здоровье, формирующее физическое развитие.

- Развивающие двигательные программы для детей 5 -6 лет. М.: Владос, 2001.
3. Береснева З. И. Здоровый малыш: программа оздоровления детей в ДОУ. М.: Сфера, 2005.
 4. Волошина Л. Н. Играйте на здоровье. М., 2003.
 5. Волошина Н. Л, Организация здоровьесберегающего пространства // Дошкольное воспитание, 2004. №12. С. 107 -109
 6. Маханева М. Д. Воспитание здорового ребенка. Пособие для практических работников детских дошкольных учреждений. М.: АРКТИ, 1999.
 7. Новикова И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2010
 8. Павлова М. А., Лысогорская М. В, Здоровьесберегающая система ДОУ. Волгоград: Учитель, 2009
 9. Выготский Л.С. Педагогическая психология /Под ред. В.В.Давыдова. М.: Педагогика, 1991.
 10. Концепция модернизации российского образования до 2010 года. М., 2003.
 11. Солдатова Е.Л. Психология развития и возрастная психология. Онтогенез и дизонтогенез. Ростов на Дону: Феникс, 2004.
 12. Белая К.Ю. Инновационная деятельность в ДОУ: Метод. пособие. М.: Т.Ц. Сфера, 2005.
 13. Педагогика и психология здоровья. / Под ред. Н. К. Смирнова. М.: АПКИПРО, 2003
 14. Подольская И. Формы оздоровления детей 4-7 лет. М.: Учитель, 20012
 15. Рунова М. А, Двигательная активность ребенка в детском саду. М.: Мозаика – Синтез, 2002
 16. Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. М.: МОЗАИКА - СИНТЕЗ, 2010.
 17. Педагогическая валеограмотность. / под редакцией Т.А. Солдатовой. Ростов-на-Дону, 1997.
 18. Рылова Н.Т. Организационно-педагогические условия создания здоровьесберегающей среды образовательных учреждений. Автореферат кандидатской дис. Кемерово: КГУ, 2007.