

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

© 2017 В. А. Кабина

МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида 151» (г. Воронеж)

В статье представлены здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании, которые направлены на решение одной из главных задач современного дошкольного образования – задачи сохранения, укрепления, поддержания и обогащения здоровья детей в детском саду.

Ключевые слова: здоровьесберегающие технологии, дошкольный возраст, физическое развитие, инструктор физической культуры.

Проблема здоровья и его сохранения в современном обществе стоит более чем остро. Словосочетания «здоровьесберегающие технологии» и «формирование здорового образа жизни» заняли прочное место в беседах с родителями и детьми, в планах воспитательной работы педагогов всех элементов образовательной структуры, начиная от дошкольных учебных учреждений. Но проблема по-прежнему остается актуальной. Как же нужно воспитывать ребенка, чтобы он понимал значимость здоровья и умел бережно к нему относиться? Эту задачу и педагогам и родителям нужно начинать с самых ранних лет жизни ребенка, решать системно и сообща.

Еще на заре педагогики величайший педагог-новатор Януш Корчак поделился своими наблюдениями: «Взрослым кажется, что дети не заботятся о своем здоровье... Нет. Детям совершенно так же, как и взрослым, хочется быть здоровыми и сильными, только дети не знают, что для этого надо сделать. Объясни им, и они будут беречься».

Проблема здоровья дошкольников остается очень актуальной и в настоящее время. Быть здоровым – естественное стремление человека. Здоровье означает не только отсутствие болезней, но и психическое и социальное благополучие. Чтобы быть здоровым, нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления. Этому искусству и должно уделяться как можно больше внимания в дошкольном учреждении. Следует помнить о том, что только в дошкольном возрасте самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников технологиям сохранения и укрепления здоровья

приведут к положительным результатам. Педагогический процесс в нашем детском саду – это процесс воспитания и обучения детей дошкольного возраста в режиме здоровьесбережения; процесс, направленный на обеспечение физического, психического и социального благополучия детей.

Ни у кого не вызывает сомнения, что в одиночку педагогу добиться решения всех задач, направленных на укрепление здоровья ребенка и его физическое воспитание, практически невозможно. Поэтому, одним из основных направлений оздоровительной работы с детьми является совместная работа с семьей в решении вопросов укрепления здоровья.

Основной целью, которую ставит перед собой коллектив детского сада, является сохранение и укрепление здоровья детей, улучшение их двигательного статуса с учетом индивидуальных возможностей и способностей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья. Для реализации поставленной цели в детском саду мы создали условия для укрепления здоровья детей, гармоничного физического развития. Есть спортивная площадка, спортивный и музыкальный зал, которые оснащены стандартным и нестандартным оборудованием для развития ребенка. Кроме этого в каждой возрастной группе оборудованы уголки двигательной активности, которые учитывают возрастные особенности детей, их интересы. Для обеспечения страховки, предотвращения травматизма имеются гимнастические маты. Также имеются пособия для профилактики плоскостопия и подвижных игр и многое другое. Воспитатели проявляют творчество в изготовлении пособий из бросового материала для пополнения физкультурных уголков. Мелкое оборудова-

Кабина Валентина Александровна – МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида 151», инструктор физической культуры.

ние размещено так, что оно доступно для детей. Все это позволяет включить в работу большую группу детей, что обеспечивает высокую моторную плотность занятий. Имеется картотека для развития основных видов движения, картотека физкультминуток и пальчиковых игр, подвижных игр.

Разнообразные физкультурно-оздоровительные мероприятия, наряду с проводимой разносторонней санитарно-просветительной работой позволяют максимально использовать все доступные средства для достижения главной цели – сохранение и укрепление здоровья всех детей дошкольного учреждения.

В детском саду проводится комплекс оздоровительных мероприятий, существенную часть которых разрабатывает и осуществляет инструктор физической культуры. В частности, проводит утреннюю гимнастику (в летний период на участке), гимнастику после сна, контроль за физическим воспитанием, закреплением правильной осанки и т. д. Осуществляется воздушное, солнечное закаливание (летом). Три раза в неделю дети посещают физкультурные занятия, если позволяют погодные условия, то эти занятия проходят на улице. Кроме того, проводятся подвижные игры и соревнования, в том числе на свежем воздухе. Также регулярно проводятся день здоровья, спортивный досуг и другие мероприятия.

Большое внимание уделяется работе по созданию у детей представлений о здоровом образе жизни. Так, например, инструктор

физической культуры проводит не только практические занятия, но и беседы с детьми, во время которых старается привить своим воспитанникам навыки ухода за своим телом, оказания эмоциональной помощи, развить представление о строении своего тела, назначении органов.

Решая задачи физкультурно-оздоровительной работы в саду, мы опираемся на принцип единства взаимодействия: Родители → ребенок → педагог. В совместной работе детского сада и семьи мы широко используем консультации для родителей, родительские собрания, беседы, тематические выставки, смотры-конкурсы (поделок из бросового материала) анкетирование. Родители учатся ближе видеть сложный многогранный процесс воспитания ребенка. А сколько положительных эмоций, а следовательно и здоровья получают дети на спортивных праздниках и досугах. Проводимая таким образом физкультурно-оздоровительная работа позволяет привлечь родителей к совместным усилиям по оздоровлению детского организма в течение всего пребывания в дошкольном учреждении.

В целом, проводимая таким образом работа в комплексе с другими мероприятиями по здоровьесбережению дает положительный эффект: у большинства детей нашего детского сада наметилась тенденция сознательного отношения к своему здоровью и использованию доступных средств для его укрепления, стремление к расширению двигательного опыта.

ния: проектирование, тренинги, занятия / сост. Н. И. Крылова. – Волгоград, 2009. – 218 с.

3. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет). – М.: ВЛАДОС. 2002.

4. Базарный В. Ф. Здоровье и развитие ребенка. – Москва, 2005.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ахутина Т. В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход / Т. В. Ахутина // Школа здоровья. 2000.

2. Здоровьесберегающее пространство дошкольного образовательного учрежде-

HEALTH SAVING OF CHILDREN OF PRESCHOOL AGE

© 2017 V. A. Kabina

Kindergarten of General Development Kind 151 (Voronezh, Russia)

The article presents health-saving technologies in pre-school education that are aimed at solving one of the main tasks of modern preschool education - the task of preserving, strengthening, maintaining and enriching the health of children in kindergarten.

Key words: health-saving technologies, preschool age, physical development, instructor of physical culture.