

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Ширдина Татьяна Валентиновна

воспитатель

МБДОУ «Д/С №80»

г. Дзержинск, Нижегородская область

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СТИМУЛИРОВАНИЕ КАК СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ЭЛЕМЕНТОВ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация: автор отмечает, что у детей дошкольного возраста высока потребность в эмоциональном общении, поэтому большую роль в работе по мотивации детей данного возраста играют эмоциональные методы мотивации и стимулирования. Исследователь считает, что в формировании привычки здорового образа жизни и в работе по использованию здоровьесберегающих технологий момент мотивации является основополагающим.

Ключевые слова: здоровьесбережение, дошкольники, мотивация, эмоциональное стимулирование.

Известно, что половина успеха той или иной деятельности зависит от уровня осознания человеком значимости этой деятельности.

Работа по применению здоровьесберегающих технологий не является исключением из этого правила.

О необходимости применения здоровьесберегающих технологий в дошкольном детстве говорится давно и подробно. Раскрыты принципы и формы данной работы. Существует множество апробированных и используемых на практике авторских технологий здоровьесбережения детей дошкольного возраста.

Безусловно, при планировании системы работы по использованию элементов здоровьесберегающих технологий и отбору их содержания ориентировались на задачи физического развития дошкольников, указанные в реализуемой образовательной Программе (примерная программа – «От рождения до школы»); учитывали требования федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, учитывали индивидуальные и возрастные особенности детей, интересы и потребности детей, инициативу родителей.

В основе системы лежит понятие «триединства» здоровья, в соответствии с чем, работа по применению элементов здоровьесберегающих технологий ведется в трех направлениях: физическое, психическое и нравственное.

В каждом из направлений выделены блоки, по блокам распределены элементы здоровьесберегающих технологий, наиболее адекватные методы эмоционального стимулирования, а также возможность их включения в режиме дня. Вся система подробно представлена в таблице 1.

Таблица 1

Система методов эмоционального стимулирования здоровьесберегающей деятельности дошкольников

Компонент здоровья	Характер деятельности	Формы организации двигательной деятельности детей	Методы эмоционального стимулирования	Приоритетное время использования в режиме дня

Физическое здоровье	Профилактика и оздоровление	Упражнения для глаз; Упражнения для профилактики плоскостопия и нарушений осанки; Пальчиковая гимнастика; Дыхательная гимнастика; Методы закаливания (полоскание горла раствором морской соли, ходьба по мокрым дорожкам, закаливание воздухом, солнечные ванны)	Схемы, иллюстрации, атрибутика (стаканчики, кувшин для полоскания, цветные салфетки и т. д.)	Во всех моментах, в любом из направлений развития
	Физическое развитие	НОД (физическая культура в зале и на улице); Физкультпаузы в рамках НОД; Физкультурный досуг; Гимнастика после дневного сна; Физкультурный праздник	Поощрение, порицание, игры-соревнования, самооценка, выбор победителя, выбор капитана, схемы, планы, иллюстрации, эмблемы команд и др.	Все формы организованной образовательной деятельности в рамках направления «Физическое развитие» приоритетно, но также и включение в образовательную деятельность по другим областям.
Психическое здоровье	Релаксация	Динамические паузы; Элементы йоги и медитации; Игры на релаксацию и снижение эмоциональной активности; Различные виды терапии (музыка, арт, сказка, театр)	Музыкальное сопровождение, атрибутика (коврик, носочки и т. д.), схемы, голосовое сопровождение	НОД; Заключительная часть любого физкультурного мероприятия; После прогулки; Перед приемом пищи; Перед сном
	Самоконтроль и самоанализ эмоционального	Ситуативные беседы с детьми о причинах хорошего/плохого настроения; «экраны настроения»	Поощрение, самоанализ, взаимодействие, сопереживание, участие взрослого в переживаниях детей, атрибутика (экран, маркеры, зарисовки), схемы, иллюстрации, художественное слово	Утренний прием; По мере необходимости в моменты самостоятельной деятельности детей

Нравственное здоровье	Представления о здоровом образе жизни	<p>Личный пример педагога;</p> <p>Примеры из литературы, мультфильмов, фильмов и СМИ;</p> <p>Соблюдение личной гигиены;</p> <p>Культурное поведение во время приема пищи;</p> <p>Бережное отношение к игрушкам и вещам;</p> <p>Знакомство с правильным и неправильным питанием;</p> <p>Осознание необходимости в движении</p>	<p>Фото, иллюстрации, аудиосказки, мультфильмы, схемы, планы действий, поощрение, указание на наличие ошибки (ребенок сам определяет, где ее допустил), ситуации успеха, предвосхищение, положительная оценка взрослым и сверстниками</p>	<p>НОД (все образовательные области);</p> <p>Режимные моменты;</p> <p>Прогулка</p>
	Физическая активность по личной инициативе ребенка	<p>Создание условий для свободной двигательной деятельности;</p> <p>Многообразие форм и средств для физического развития;</p> <p>Создание педагогических ситуаций</p>	<p>Разнообразие материалов и оборудования в развивающей предметно-пространственной среде группы для самостоятельной двигательной деятельности, доступность всех материалов и средств ребенку, иллюстрации, атрибутика (костюм спортсмена, лыжника), схемы движений и подвижных игр и т. д.</p>	<p>Самостоятельная детская деятельность</p>
	Правила «Первой помощи»	<p>– игра «Окажи помощь»;</p> <p>– игра «Что будет, если»</p> <p>– решение проблемных ситуаций;</p> <p>– создание педагогических ситуаций</p>	<p>Яркие пособия, иллюстрации, видеоматериалы, новостные материалы, атрибутика (халат, бинты, шины и т. п.)</p>	<p>самостоятельная детская деятельность;</p> <p>экспериментирование</p> <p>НОД</p>

Организация социального партнерства с семьями воспитанников в вопросах осуществления физического	Взаимодействие с семьями воспитанников	Пример родителей в соблюдении основных норм ЗОЖ; Совместные физкультурные праздники и развлечения; Привлечение родителей к осуществлению педагогического мониторинга уровня освоения образовательной программы в образовательной области «Физическое развитие»; Творческие задания; Консультации, семинары, практикумы, мастер-классы, беседы-интерактив	Иллюстрации, положительное оценивание индивидуального семейного опыта перед детской аудиторией, оценка минимальных достижений ребенка и его семьи как чего-то большого и значимого для всех, совместные экскурсии	Развлечения; Праздники; Утренний прием; Вечернее время; Родительские встречи/собрания
--	--	--	---	---

Список литературы

1. Кудрявцева В.Т. Развивающаяся педагогика оздоровления дошкольного возраста. – М.: Линка-Пресс, 2000.
2. Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка: пособие для практических работников детских дошкольных учреждений. – М.: АРКТИ, 2000.
3. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду. – М.: Мозаика-Синтез, 2006. – 256 с.
4. Чеменева А.А. Педагогические условия моделирования физкультурно-оздоровительной работы с детьми на основе индивидуально-дифференцированного подхода. – Н. Новгород, 2004.
5. Шебеко В.Н. Физическое воспитание дошкольников. – М: Академия, 1998.
6. Шишкина В.А. Какая физкультура нужна дошкольнику. – М.: Просвещение, 2000.