

Автор:

Русенко Олеся Александровна

студентка

Высшая школа психологии

и педагогического образования

ФГАОУ ВО «Северный (Арктический) федеральный

университет им. М.В. Ломоносова»

г. Архангельск, Архангельская область

СОВРЕМЕННЫЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДОО КАК ОСНОВА ОЗДОРОВЛЕНИЯ ДЕТСКОГО ОРГАНИЗМА

Аннотация: в данной статье автором рассматривается значение современных здоровьесберегающих технологий в жизни ребенка дошкольного возраста. В работе представлен теоретический анализ понятия здоровьесберегающих технологий, их классификация и виды современных технологий.

Ключевые слова: здоровье, здоровьесберегающие технологии, дошкольные образовательные организации, дети дошкольного возраста.

Огромное количество проблем и нерешенных вопросов ставит перед нами жизнь в XXI веке. На сегодняшний день одной из самых значимых проблем, касающихся каждого человека, начиная с его рождения, является проблема сохранения здоровья. В процессе становления личности наивысший ранг по праву занимает период дошкольного возраста. Уже на этом этапе, в возрасте от 3 до 7 лет, формируется и укрепляется фундамент здоровья, а вместе с этим происходит активное развитие физических качеств и других антропометрических показателей, которые непосредственно служат для эффективного участия ребенка в деятельности, представленной разнообразными формами двигательной активности. В свою очередь данная деятельность на прямую предоставляет условия при которых будут развиваться как психические функции, так и интеллектуальные способности ребенка- дошкольника. В государственной политике в сфере образования, выделяется, как один из принципов – приоритет жизни и здоровья. Сегодня,

когда на здоровье человека оказывает влияние масса негативных факторов, перед современным дошкольным образованием встает важнейший вопрос, о том, как обеспечить здоровьесбережение маленькому ребенку, применяя индивидуальные образовательные маршруты.

Педагог ежедневно, на протяжении всего рабочего дня, осуществляет деятельность с детьми по утвержденному Федеральному государственному образовательному стандарту дошкольного образования по всем направлениям, принимая в учет охрану и укрепление здоровья детей. Вместе с этим, стремясь обогатить индивидуальный двигательный опыт, последовательно формировать собственные знания об окружающем мире, дети поэтапно осваивают основную образовательную программу. Выделяя образовательную область физическое развитие, как направление при реализации ФГОС ДО, следует говорить об основных положениях культуры здоровья и безопасного образа жизни, о целенаправленных установках и личностных ориентиров, обширном накоплении знаний в данной отрасли. В совокупности эти элементы здоровьесбережения предназначены обеспечить стабилизацию и сохранность нормального физического и психического здоровья, соответствующее возрастному этапу развитию ребенка, они являются ценностной составляющей, способствующей к познавательному и эмоциональному развитию ребенка, а также к достижению планируемых результатов.

Понятие «здоровьесберегающие технологии» имеет большое многообразие трактовок, встречающихся в трудах авторов различных областей наук. Профессор, зав. кафедрой психолого-педагогических технологий охраны и укрепления здоровья Н.К. Смирнов подчеркивал, что здоровьесберегающие технологии можно рассматривать как технологическую основу здоровьесберегающей педагогики, что является совокупностью форм и методов организации обучения детей без какого-либо ущерба для их здоровья, как качественную характеристику любой педагогической технологии по критерию ее воздействия на здоровье ребенка и педагога [4]. По мнению автора, понятие «здоровьесберегающая» отно-

сится к качественной характеристике любой педагогической технологии, показывающей, насколько при реализации данной технологии решается задача сохранения здоровья основных субъектов образовательного процесса – детей, их родителей, педагогов. В свою очередь В.В. Сериков, профессор в области теории педагогики, отмечал, что технология здоровьесберегающей педагогической деятельности переводит воспитание в рамки жизнеобеспечивающего процесса, который имеет свое направление в области сохранения и приумножения здоровья ребенка.

Задача здоровьесберегающих технологий заключается в обеспечении развития природных способностей ребенка: его ума, нравственных и эстетических чувств, потребности в деятельности, овладении первоначальным опытом общения с людьми, природой, искусством.

На сегодняшний день здоровьесберегающие технологии, применяемые в дошкольной образовательной организации, имеют определенную классификацию, критерием которой являются поставленные цели и решаемые задачи, а также ведущие средства здоровьесбережения субъектов педагогического процесса [1].

Классификация здоровьесберегающих технологий:

- технологии сохранения и стимулирования здоровья: стретчинг, ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация;
- технологии эстетической направленности: гимнастика пальчиковая, язычковая гимнастика, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, гимнастика бодрящая, гимнастика коррекционная, гимнастика ортопедическая;
- технологии обучения здоровому образу жизни: физкультурное занятие, проблемно-игровые технологии, коммуникативные игры, занятия из серии «Здоровье», самомассаж, точечный самомассаж, биологическая обратная связь;
- коррекционные технологии: арт-терапия, технологии музыкального воздействия, технологии воздействия цветом, технологии коррекции поведения, психогимнастика, фонетическая ритмика [2].

Особенность каждого из элементов данной классификации заключается в своей индивидуальной определенной дозировке и особенности методики проведения. Не менее важным критерием является возраст детей и их подготовленность. В связи с тем, что для детей дошкольного возраста ведущий вид деятельности – игра, то очень важно преподносить предложенные технологии в игровой ситуации, для того, чтобы эмоциональное состояние ребенка при такого рода активности максимально повышалось, а значит приносило радость, и дети с удовольствием будут выполнять, запоминать и в дальнейшем применять изученные упражнения или действия, благодаря которым у детей воспитываются основы культуры здоровья. Во многих из таких технологий не редко используется дополнительное предметное оснащение, которое способствует более эффективной работе. В данной деятельности, помимо основных рекомендаций к применению технологий, педагогу необходимо учитывать и индивидуальные особенности каждого ребенка. Конкретным примером может выступать такой вид как ритмопластика, что является примером технологии сохранения и стимулирования. Автором рекомендуется проводить ее с детьми, начиная со средней дошкольной группы, два раза в неделю, притом ее продолжительность должна быть не больше чем 30 минут, кроме того не раньше, чем за 30 минут после приема пищи. Особое внимание стоит уделять на художественную ценность и на величину физической подготовки любого из вида здоровьесберегающих технологий. Важно, чтобы каждая из технологий имела оздоровительную направленность, а в комплексе здоровьесберегающая деятельность сформировала бы у ребенка полезные привычки в поведении и стойкую мотивацию на здоровый образ жизни. Современные здоровьесберегающие технологии, которые используются в системе дошкольного образования отражают два направления оздоровительно-развивающей работы: приобщение детей к физической культуре и использование развивающих форм оздоровительной работы. В настоящее время глобальной проблемой выступает состояние здоровья детей. Вырастить здорового ребенка, с установленными позитивными нормами образа жизни, что в будущем скажется на здоровье населения страны в целом – это самое главное, что необходимо сделать

педагогам дошкольных учреждений. Безусловно в вопросе о сохранении здоровья детей, особый интерес должны проявлять и сами родители. Работа, проводимая в ДОО, позволяет привлечь родителей к совместным усилиям по оздоровлению детского организма в течение всего пребывания в дошкольной организации.

Таким образом применение в работе здоровьесберегающих педагогических технологий повышает результативность воспитательно – образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, которые в свою очередь получают повышение эмоционального настроения от проделанной работы.

Список литературы

1. Ильина Г.В. Здоровьесберегающие технологии в современном образовательном процессе / Г.В. Ильина // Формирование ценностно-мотивационного отношения студентов к реализации здоровьесберегающих технологий в физкультурной деятельности дошкольников: монография / Г.В. Ильина [и др.]. – Красноярск: ЦНИ «Монография», 2014. – С. 88–108.

2. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей: Учеб. пособие / под общ. ред. Н.В. Сократова. – М.: ТЦ Сфера, 2005. – 220 с.

3. Сухарев А.Г. Концепция укрепления здоровья детского и подросткового населения России // Школа здоровья. – 2000. – Т. 7. – №2. – С.29–34.

4. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы. – М.: Аркти, 2003. – 272 с.