

Кирильцева Светлана Владимировна

воспитатель

МБОУ «ЦО №39 им. Героя Советского

Союза А.А. Рогожина»

г. Тула, Тульская область

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗОЖ У ДЕТЕЙ 5 ЛЕТ В УСЛОВИЯХ ДОО

***Аннотация:** в статье рассматриваются основные психолого-педагогические представления о ЗОЖ. Раскрываются требования ФГОС ДО к формированию здорового образа жизни дошкольников, подходы к изучению понятий «профессиональное выгорание» и детерминанты профессионального выгорания у пожарных. Проводится анализ основных форм взаимодействия ДОО работа с семьей по развитию представлений о ЗОЖ у детей средней группы.*

***Ключевые слова:** здоровье, представления о ЗОЖ, психолого-педагогические условия, сопровождение детей, педагогическая система, ФГОС ДО, предметно-развивающая среда.*

Дошкольный период является ярким и значимым периодом развития ребенка, который требует особого психолого-педагогического сопровождения и условий. Поэтому мир дошкольника привлекает внимание разных ученых и практиков, которые не только исследуют закономерности развития ребенка, но разрабатывают подходы к его воспитанию.

По мнению педагогов (Ш.А. Амонашвили, В.В. Зеньковский, М.С. Каган, Я. Корчак, Н.Б. Крылова, Е.В. Субботский, Р.М. Чумичева и др.), психологов (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, В.Т. Кудрявцев, А.Б. Орлов, Л.Ф. Обухова, А.В. Петровский, З. Фрейд, Д.Б. Эльконин, Э. Эриксон и др.) в дошкольном возрасте начинает складываться личность ребёнка, формируются эмоционально-волевая сфера, интересы, мотивы поведения. Дети учатся оценивать свои и другие поступки. Самосознание превращает ребёнка в самобытную личность с усвоенными и сформированными нормами и представлениями [2].

Как отмечает ряд авторов (Н.Б. Захаревич, Л.Г. Татарникова, О.Л. Трещева и др.), забота об укреплении здоровья ребенка – проблема не только медицинская, но и педагогическая, поэтому правильно организованная воспитательно-образовательная работа с детьми способствует развитию представлений о здоровом образе жизни и здоровье.

Педагогическая система может успешно функционировать и развиваться лишь при соблюдении определенных условий. Специфической чертой понятия «педагогические условия» является то, что оно включает в себя элементы всех составляющих процесс формирования ценностей здорового образа жизни.

Выявлению условий формирования здорового образа жизни посвятили свои исследования В.Г. Алямовская, В.М. Брехман, Л.А. Кориштылева, Г.С. Никифоров, и др.

В.И. Андреев считает, что педагогические условия представляют собой те обстоятельства процесса обучения, которые являются результатом целенаправленного отбора, конструирования и применения элементов содержания, методов, а также организационных форм обучения для достижения определенных дидактических целей.

Большое значение в создании благоприятных условий для развития у дошкольников представлений о здоровом образе жизни играет система дошкольного образования.

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО) направлен на решение следующих задач по формированию здорового образа жизни дошкольников: охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия; создание условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и др.; формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развитие их социальных, нравственных, эстетических и других качеств; формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;

обеспечения психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей [1].

Согласно ФГОС ДО, основная образовательная работа в ДОО строится на следующих принципах ДО: полноценное проживание ребенком всех этапов детства, обогащение детского развития; построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка; содействие и сотрудничество всех участников образовательного процесса.

Реализация основной образовательной программы дошкольного образования по развитию представлений о ЗОЖ у детей дошкольного возраста согласно ФГОС ДО представлена в следующих психолого-педагогических условиях: использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям; построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми; защита детей от всех форм физического и психического насилия; поддержка родителей в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья, вовлечение семей непосредственно в образовательную деятельность.

Отсюда следует, что организация развивающей предметно-пространственной среды для дошкольников выступает в качестве одного из важных компонентов в развитии представлений о ЗОЖ у детей 4–5 лет. ФГОС ДО указывает на то, что развивающая предметно-пространственная среда должна быть содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной.

Рассмотрим основные требования к развивающей предметно-пространственной среде в контексте формирования ценностей ЗОЖ. Насыщенность среды должна соответствовать возрастным возможностям детей и содержанию Программы. Образовательное пространство должно быть оснащено средствами обучения и воспитания, соответствующими материалами, в том числе расходным игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем и обеспечивать: игровую активность всех воспитанников, экспериментирование с

доступными детям материалами (в том числе с песком и водой; двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях; эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением; возможность самовыражения детей. Трансформируемость пространства предполагает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей. Полифункциональность материалов предполагает возможность разнообразного использования различных составляющих предметной среды в области оздоровления детей, например, дорожек здоровья, спортивного инвентаря, картотеки с дидактическими играми по развитию ценностного отношения к своему здоровью и др. Вариативность среды предполагает наличие в ДОО и группе различных пространств по укреплению здоровья, а также разнообразных материалов, игр, игрушек и оборудования, обеспечивающих свободный выбор детей. Доступность среды предполагает свободный доступ детей к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающих все основные виды детской активности, в том числе в области развития представлений ЗОЖ. Безопасность среды предполагает соответствие всех ее элементов требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования.

Образовательная организация самостоятельно определяет средства обучения, в том числе игровое, спортивное, оздоровительное оборудование и материалы такие как, подбор и размещение мебели, физкультурного инвентаря, создание обстановки, способствующей формированию у детей навыков личной гигиены, осуществляются с учетом педагогических, гигиенических и эстетических требований, предъявляемых к ним.

Следовательно, развитию представлений детей о здоровье и ЗОЖ способствует создание развивающей предметно-пространственной среды в группах. Центры здорового образа жизни оборудуют детскими книжками, раскрасками и дидактическими играми по теме ЗОЖ, альбомами с фотографиями детей группы,

на которых запечатлены моменты НОД и бесед, санитарно-гигиенических и закаливающих процедур, прогулок, игр, сна и др.

Потребность в здоровье и здоровом образе жизни у ребенка формируется также на основе представлений о самом себе, своих физических и личностных возможностях, о том, что для здоровья вредно, а что полезно. Например, вредно не чистить зубы, не стричь ногти, не заниматься гимнастикой. Эти знания дети приобретают на специальных занятиях (в групповой и индивидуальной формах, в дидактических и ролевых играх, в беседах). Становясь активными участниками образовательного процесса, ощущая его органичную связь с тем, что требуют от них в плане ухода за своим телом дети полнее осознают связь между состоянием своего организма и их собственной заботой о нем.

В связи с этим в Программе «От рождения до 7 лет» под редакцией Н.Е. Вераксы и др. указаны задачи по воспитанию культурно-гигиенических навыков и формированию начальных представлений о здоровом образе жизни: продолжать воспитывать опрятность, привычку следить за своим внешним видом, самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой и др.; закреплять умение пользоваться расческой, носовым платком, приучать при кашле и чихании отворачиваться и т. д.; совершенствовать навыки аккуратного приема пищи: пищу брать понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами (ложка, вилка), салфеткой, полоскать рот после еды; продолжать знакомить детей с частями тела и органами чувств человека, дать представления о функциональном назначении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат); воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов; дать представления о необходимых телу человека веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания и др.

Немаловажное значение на развитие представлений имеет семья, совместная работа с педагогами. Проблемой работы с родителями в системе ДОО занимались Н.Ф. Виноградова, Л.В. Загик, В.М. Иванова, Я.И. Ковальчук, Т.А. Куликова, О.Н. Урбанская и др. Они утверждают, что семья остро нуждается в помощи специалистов на всех этапах дошкольного детства.

Во взаимодействии друг с другом они дают ребенку определенный социальный опыт, создают оптимальные условия для вхождения маленького ребенка в мир, сохраняя и развивая его индивидуальные особенности: направленность интересов и способностей, возможности здоровья и др.

Согласно Программы «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы и др. следует, что главной целью взаимодействия детского сада с семьей является создание в детском саду необходимых условий для развития ответственных и взаимозависимых отношений с семьями воспитанников, обеспечивающих целостное развитие личности дошкольника, повышение компетентности родителей в области воспитания [3].

В программе указаны основные формы взаимодействия с семьей, такие как: знакомство с семьей: встречи-знакомства, посещение семей, анкетирование семей; информирование родителей о ходе образовательного процесса: дни открытых дверей, индивидуальные и групповые консультации, родительские собрания, оформление информационных стендов, организация выставок детского творчества, приглашение родителей на детские концерты и праздники, создание памяток, интернет-журналов, переписка по электронной почте; образование родителей: организация «материнской/отцовской школы», «школы для родителей» (лекции, семинары, семинары-практикумы), проведение мастер-классов, тренингов, создание библиотеки (медиатеки)); совместная деятельность: привлечение родителей к организации вечеров музыки и поэзии, гостиных, конкурсов, концертов семейного воскресного абонемента, маршрутов выходного дня (в театр, музей, библиотеку и пр.), семейных объединений (клуб, студия, секция), семейных праздников, прогулок, экскурсий, семейного театра, к участию в детской исследовательской и проектной деятельности.

Опираясь на основные формы взаимодействия ДОО работа с семьей по развитию представлений о ЗОЖ у детей 4–5 лет строится по следующим направлениям:

- информировать родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка (спокойное общение, питание, закаливание, движения). Рассказывать о действии негативных факторов (переохлаждение, перегревание, перекармливание и др.), наносящих непоправимый вред здоровью малыша. Помогать родителям сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье ребенка;

- ориентировать родителей на совместное с ребенком чтение литературы, посвященной сохранению и укреплению здоровья, просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов;

- знакомить родителей с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в детском саду. Разъяснять важность посещения детьми секций, студий, ориентированных на оздоровление дошкольников. Совместно с родителями и при участии медико-психологической службы детского сада создавать индивидуальные программы оздоровления детей и поддерживать семью в их реализации.

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. До семи лет человек проходит масштабный путь развития, не повторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и окружающим.

В то же время, это период, в течение которого ребенок находится в полной зависимости от окружающих взрослых – родителей, педагогов. Поэтому игнорирование вопросов сохранения и укрепления здоровья ребенка, его субъектной позиции могут привести к тяжелым, необратимым последствиям в будущем. Поэтому так очевидна значимость формирования основ здорового образа жизни у детей, начиная с младшего дошкольного возраста.

Очевидно, что семья и детский сад, имея свои особые функции, не могут заменить друг друга. Исследования ученых подтверждают необходимость связи

семейного и общественного воспитания как двух взаимодополняющих социальных институтов. Во взаимодействии друг с другом они дают ребенку определенный социальный опыт, создают оптимальные условия для вхождения маленького ребенка в мир, сохраняя и развивая его индивидуальные особенности: направленность интересов и способностей, возможности здоровья и др.

Взаимодействие подразумевает воздействие поведения, мнения, действий, родителей, педагогов и детей друг на друга в процессе совместной деятельности по формированию у детей основ здорового образа жизни, приобщения их к физической культуре. Взаимодействие предусматривает равную активность и равную степень взаимовлияния. Взаимодействие в этом смысле тождественно взаимной поддержке.

Таким образом, задачи развития представлений о здоровье, основ здорового образа жизни решаются, начиная с младшего дошкольного возраста. Обязательным условием ее реализации является не только взаимодействие воспитателей, медицинских работников с детьми, но и их родителей по проблеме сохранения и укрепления здоровья, в рамках которого родители являются непосредственными и активными участниками воспитательно-образовательного процесса.

Список литературы

1. Федеральный Государственный образовательный стандарт дошкольного образования [Текст]: утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013г., №1155 // Министерство образования и науки Российской Федерации. – М., 2013.
2. Бим-Бад Б.М. Педагогический энциклопедический словарь [Текст]. – М.: Просвещение, 2002. – С. 78–79.
3. Доронова Т.Н. Дошкольное учреждение и семья – единое пространство детского развития [Текст] / Т.Н. Доронова, Е.В. Соловьева [и др.]. – М.: Линка-Пресс, 2001. – 224 с.
4. Махиева М.Д. Воспитание здорового ребенка: Пособие для практических работников детских дошкольных учреждений [Текст]. – М.: АРКТИ, 2000. – 108 с.

5. Основная образовательная программа дошкольного образования: от рождения до школы / Под ред. Н.Е. Вераксы [Текст]. – М.: Изд-во Мозаика-Синтез, 2015. – 368 с.