

Слепко Антонина Ивановна
инструктор по физической культуре
Яновская Надежда Дмитриевна
инструктор по физической культуре
МАДОУ Д/С №69 «Ладушки»
г. Старый Оскол, Белгородская область

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В РАЗВИТИИ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ РЕБЕНКА

Аннотация: народная мудрость гласит: «Здоровье – всему голова!». Никакие, даже самые глубокие знания, умения и навыки не будут эффективны у нездорового человека, чувствующего себя ущербным физически и социально.

Окружающая среда является мощным фактором, оказывающим значительное воздействие на экологию и здоровье людей. Среда, где ребенок находится большую часть времени, должна быть здоровьесберегающей и здоровьескрепляющей.

Ключевые слова: здоровьесбережение, экология, здоровьесберегающие разработки.

Повышение эффективности образования дошкольников в области экологии и здоровьесбережения, возможно при условии их интеграции, что может быть достигнуто за счет формирования у детей экологических знаний в процессе занятий физическими упражнениями, осуществление профилактики простудных заболеваний и проведение закаливающих процедур. Воспитатели на занятиях по познавательному развитию знакомят детей с флорой и фауной нашего региона, учат бережному отношению к животным, птицам и растениям. Эти знания закрепляются на сюжетных занятиях по физической культуре, в бассейне, на спортивных мероприятиях, на прогулках и экскурсиях.

Перед разработкой годового плана педагоги отслеживают параметры развития организма детей в динамике, что позволяет сделать выводы о состоянии их здоровья и наметить задачи:

- разработка физкультурно-оздоровительных мероприятий, направленных на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка (закаливание, дыхательная гимнастика, массаж, самомассаж, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье);
- разработка мероприятий направленных на здоровьесбережение педагогов дошкольного учреждения, на развитие культуры здоровья, в том числе и профессионального здоровья, развития потребности к здоровому образу жизни.

В начале учебного года, изучая медицинские карты детей (группу здоровья, заболевания), мы пришли к выводу: что многие дети часто болеют простудными заболеваниями. Объединив таких детей в отдельную группу, мы организовали работу по физическому развитию и воспитанию экологии в условиях окружающей и развивающей среды нашего детского сада.

Естественные силы природы (солнце, воздух, вода) усиливают эффективность физических упражнений и одновременно закаляют организм ребенка. Закаливание проходит более успешно, если оно осуществляется в игровой форме с соблюдением педагогических принципов: систематичность, непрерывность и постепенность.

На занятиях в бассейне, в спортзале мы обучаем детей приемам самомассажа, который воздействуя на кожу ребенка, усиливает кровообращение и увеличивает теплоотдачу организма. На этих занятиях мы используем шарики и мячи с шипами, а на прогулке используем для этого природный материал: шишки, каштаны, камешки, желуди.

Одним из режимных моментов в дошкольном учреждении является гимнастика. Чтобы ребята с удовольствием выполняли упражнения, мы стараемся немного разнообразить их, используя вместе с традиционными предметами (обручами, мячами, лентами и т. д.) атрибуты из природного материала: листик, веточки, цветы. При выполнении упражнений учим детей правильному дыханию, особенно это важно учитывать на занятиях на открытом воздухе и в бассейне.

Пальчиковая гимнастика, служит основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движения рук, развивает внимание, память, мышление. Она уникальна, ее проводим как часть занятия, используя при этом художественное слово.

Важнейшим условием по воспитанию у детей экологической культуры и здорового образа жизни является работа с родителями. Вместе с родителями мы организовываем экскурсии, походы, совместные спортивные мероприятия.

Родители активно участвуют в жизни детского сада: помогают в изготовлении атрибутов для проведения физкультурных праздников, досугов, походов.

Занимаясь на свежем воздухе, при различной температуре воздуха, в соответствующей одежде, ребенок повышает защитные силы организма. В процессе занятий в бассейне, игр на свежем воздухе дети познают явления природы, у них значительно повышается словарный запас, развивается товарищеская взаимопомощь, дисциплина, согласованность действий в коллективе, смелость, выдержка, решительность.

Результат нашей работы позволяет расширить представление о возможности формирования экологических знаний в процессе занятий физическими упражнениями, интегрировать различные виды детской деятельности, оптимизировать процесс образования в дошкольном учреждении, улучшить состояние здоровья детей.

Анализируя работу с детьми по здоровьесбережению и экологическому воспитанию, можно сделать вывод, что, используя разнообразие видов деятельности, интегрированный подход в развитии и обучении ребенка, можно сформировать не только экологически грамотного, но и всесторонне развитого, здорового человека.

Наша задача, как педагогов, повысить уровень знания родителей и детей в области сохранения и укрепления здоровья, здорового образа жизни, их систематическое, экологическое просвещение, способствовать повышению уровня физического здоровья в целом.

Список литературы

1. Николаева С. Юный эколог.
2. Рыжова Н.А. Наш дом – природа.
3. Безопасность / Н.Н. Авдеева, О.Л. Князева, Р.Б. Стеркина.
4. Физическая культура в детском саду / Л.И. Пензулаева.
5. Школа здорового человека / Г.И. Кулик, Н.Н. Сергиенко.
6. Коркина С. Использование здоровьесберегающих технологий в развитии экологической культуры ребенка [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.maam.ru/detskijsad/-ispolzovanie-zdorovesberegayuschih-tehnologii-v-razviti-yeekologicheskoi-kultury-rebenka.html> (дата обращения: 29.05.2020).