(cc) BY

Коренева Наталья Ивановна
инструктор по физической культуре
МБОУ «Начальная школа – Д/С №8»
г. Белгород, Белгородская область
Панина Светлана Юрьевна
инструктор по физической культуре
МБДОУ Д/С КВ №46 «Колокольчик»
г. Белгород, Белгородская область
Рыбникова Елена Анатольевна
воспитатель
МБДОУ Д/С КВ №46 «Колокольчик»
г. Белгород, Белгородская область

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В РАБОТЕ ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ И ВОСПИТАТЕЛЯ

Аннотация: *в статье рассматриваются здоровьесберегающие технологии в работе инструктора по физическому воспитанию и воспитателя. Авторы указывают на проблему со здоровьем детей дошкольного возраста. Также в статье сообщается о необходимости использования новых технологий в работе дошкольных работников, во взаимодействии всех специалистов детского сада.*

Ключевые слова*: здоровьесберегающие технологии, здоровье, цель, ДОУ, охрана жизни, взаимодействие.*

Существует более 300 определений понятия «здоровье». Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.

Дошкольное воспитание играет значительную роль в создании условий для дальнейшего развития человека, а гармоническое развитие невозможно без фи-

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

зического воспитания. Поэтому основной целью работы ДОУ является формирование у детей основ здорового образа жизни, а ведущими задачами являются:

– охрана жизни и укрепление здоровья детей раннего и дошкольного возраста;

– формирование у детей двигательных умений и навыков;

– развитие физических качеств;

– получение элементарных знаний о своём организме, способах укрепления собственного здоровья;

– формирование интереса к систематическим занятиям физическими упражнениями.

Одним из средств решения обозначенных задач становятся здоровьесберегающие педагогические технологии, без которых немыслим педагогический процесс современного детского сада. В детском саду созданы все необходимые условия для осуществления здоровьесберегающего процесса.

Проблема раннего формирования культуры здоровья является актуальной, своевременной и достаточно сложной. Известно, что дошкольный возраст является решающим в формировании базиса физического и психического здоровья. Так как до 7 лет ребенок проходит огромный путь развития, не повторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в дошкольный период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, отношение к себе и окружающим. Важно на этом этапе сформировать детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом. В процессе работы мы пришли к выводу, что детям мало только выполнять общеразвивающие упражнения, осваивать основные виды движений и играть в подвижные игры, им важно накапливать впечатления, личный опыт, а также импровизировать, проявлять творческие способности.

Физкультурно-оздоровительная деятельность направлена на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Задачи этой деятельности:

− развитие физических качеств;

− контроль двигательной активности и становление физической культуры дошкольников;

− формирование правильной осанки, профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата;

− воспитание привычки повседневной физической активности;

− оздоровление средствами закаливания. Физкультурно-оздоровительная деятельность осуществляется инструктором по физической культуре на занятиях по физическому воспитанию, а также педагогами – в виде различных гимнастик, физкультминуток, динамических пауз и пр.

Для повышения познавательной активности и усиления заинтересованности детей мы используем демонстрационный материал – карточки (рисунки, изображения животных, предметов.) Вначале дети просто проявляли интерес к карточкам, затем им захотелось выполнить упражнение, как на рисунке, в дальнейшем – придумать варианты упражнения самим.

Облегчает нашу работу картотека подвижных игр. На одной стороне той или иной карточки схематично изображается игра, а на другой излагается ее смысл. Такие карточки помогают быстро запомнить содержание игры и при необходимости самостоятельно ее провести.

Занятия по физической культуре на воздухе проводятся на спортивной площадке. Это усиливает оздоровительный эффект физических упражнений, повышает двигательную активность. Постоянно меняющиеся метеорологические условия (температура, влажность, ветер) в сочетании с физическими упражнениями оказывают комплексное закаливающее влияние на организм детей (усиливает работу сердца и легких, обеспечивает повышенную доставку кислорода к органам и тканям).

Ежедневно проводятся с детьми различные виды массажа, динамические и оздоровительные паузы, пальчиковые игры.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Систематически проводимые оздоровительные и корригирующие упражнения способствуют укреплению организма, предупреждают отклонения в физическом развитии, развивают умение заботиться о своем здоровье. Они интересны детям и дают высокий педагогический эффект.

В детском саду сложилась система взаимодействия с семьями воспитанников. Проводятся консультации и беседы с родителями по поводу профилактики болезней, соблюдением личной гигиены, пользе дополнительных прогулок и занятий в различных спортивных секциях, освещаю эти вопросы так же и на родительских собраниях.

Комплексное применение здоровьесберегающих технологий повышает результативность и эффективность физкультурно-образовательного процесса, укрепляет здоровье детей и формирует стойкую мотивацию к здоровому образу жизни. Таким образом, внедрение здоровьесберегающих технологий в оздоровительный процесс является одним из аспектов укрепления здоровья воспитанников.

Список литературы

1. Вавилова Е.Н. Укрепляйте здоровье детей: пособие для воспитателя детского сада / Е.Н.Вавилова. – М.: Просвещение,1986. – 127 с.

2. Воднева Е.В. Аксиология здоровья у старших дошкольников и младших школьников / Е.В. Воднева. – Смоленск: Изд-во СГПУ, 2002. – 30 с.

3. Далинина Т.Современные проблемы взаимодействия дошкольного учреждения с семьей / Т.Далинина//Дошкольное воспитание. – 2004. – №1.

4. Доскин В.А. Растем здоровыми: Пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физкультуры/В.А. Доскин, Л.Г. Голубева. – М.: Просвещение, 2003. – 110 с.

5. Здоровьесберегающие технологии в работе инструктора по физическому воспитанию [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2012/02/07/zdorovesberegayushchie-tekhnologii-v-rabote-instruktora-po (дата обращения: 06.11.2020).

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)