

**Гудина Виктория Юрьевна**

старший воспитатель

**Огуцова Ирина Александровна**

заведующая

МБДОУ Д/С №46 «Колокольчик»

г. Белгород, Белгородская область

## **ПРОБЛЕМЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ В ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ НАУКЕ**

***Аннотация:** в статье представлена ретроспектива понятия здоровьесбережения в педагогической науке. Авторами описаны структуры здоровьесбережения дошкольников.*

***Ключевые слова:** здоровье, здоровьесбережение, дошкольный возраст ДОУ, семья.*

Известный российский врач-педиатр, действительный член РАМН и РАН А.А. Баранов еще в 2015 году писал: «По данным официальной статистики, численность детского населения в Российской Федерации неуклонно сокращается, а распространённость патологии и заболеваемости среди детей ежегодно увеличивается на 4–5%. Не более 10% детей дошкольного возраста можно считать абсолютно здоровыми. Почти у 60% детей выявлены хронические болезни. Научными исследованиями доказано, что больше всего функциональных нарушений выявляется в период дошкольного, а затем и школьного детства, поэтому так важно, чтобы образовательный процесс был организован как здоровьесберегающий, а компетентная организация физического воспитания в семье и ДОУ способствовала сохранению, укреплению и развитию здоровья обучающихся.

Понятие «здоровьесбережение» производное от понятия «здоровье». В современных научных текстах используется толкование последнего термина, предложенное Всемирной Организацией Здоровья, и объясняется как «состоя-

ние полного физического, душевного (психического) и социального благополучия». Ранее здоровье определялось как отсутствие болезни или физических недостатков. Значит, здоровьесбережение предполагает сохранять, сберегать указанное благополучие.

Термин «здоровьесбережение» появился не так давно, но сама идея имеет глубокие корни со времен Древней Греции и Древнего Рима. Позже в «Материнской школе» Я.А. Коменский, а затем и Ж.Ж. Руссо, рекомендовали матерям и школьным учителям заботиться о здоровье детей и устраивать их жизнь на принципе природосообразности. В отечественной педагогике П.П. Блонский, П.Ф. Лесгафт, Е.А. Аркин, С.Т. Шацкий, подчёркивали важность создания специальных условий для свободного физического и умственного развития детей, которые называли «педагогизацией среды». Л.С. Выготский, рассматривая проблемы развития личности, убеждал педагогов-практиков в том, что главное в обучении – создать комфортные условия для своевременного развития внутренних сил и возможностей ребёнка и главным из этих условий является здоровьесбережение.

В современной науке здоровьесбережение рассматривается с разных точек зрения: со стороны сохранения и рационального использования возможностей организма, общей культуры, формирования различных компетенций и т. д., но все они так или иначе рассматривают понятие «здоровьесбережение» вместе с понятием «здоровье».

По данным исследований Л.В. Абдульмановой, В.А. Васильева, В.А. Деркунской, А.В. Козловой, Щербак дошкольники способны проявлять устойчивый интерес к своему здоровью, стремление к здоровому образу жизни.

Л.В. Абдульманова, Э.Н. Антонелене, Л.В. Загак, Г.М. Соловьев считают, что вопросы здоровьесбережения детей должны решаться в аспекте культурного освоения мира и обосновывают это интегративной сущностью понятия «здоровье», содержащим совокупность многих аспектов (личных усилий человека, средств культуры, медицины, образования, воспитания и самовоспитания, развития и саморазвития).

Н.А. Андреева, Ю.Е. Антонов, М.Н. Кузнецова определяют здоровье как природный фонд человека, который должен сохраняться и укрепляться в результате воздействия образовательных мер.

С физиологической точки зрения, основу которой составляет учение И.М. Сеченова и И.П. Павлова о единстве организма и среды, целостности организма и регулирующей роли центральной нервной системы в его жизнедеятельности, рассматривали здоровье дошкольника исследователи медицинского направления А.А. Дегтярев, М.А. Дегтярёва, Я.В. Ковалевский, А.И. Ковалевская, М.Л. Лазарев,

Вопросы психологического здоровья рассматривались В.Г. Барабаш, Н.Г. Гаранян. В.Г. Барабаш считает, что психологическое здоровье – это способность человека противостоять неблагоприятным психологическим воздействиям. Н.Г. Гаранян рассматривает психологическое здоровье как сбалансированность рефлексивных, эмоциональных, интеллектуальных, коммуникативных, поведенческих аспектов. Благодаря психологическому здоровью устанавливается равновесие между личностью и средой. Это позволяет человеку адекватно реагировать на воздействие окружающей среды и противостоять её негативным влияниям без отрицательных последствий для здоровья.

Государство ставит перед образовательными организациями образования задачу здоровьесбережения детей, что отображено в федеральных, ведомственных и локальных документах.

Одной из задач, выделенных в Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования, является формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, их эмоционального благополучия.

В Стандарте выделены образовательные области, одной из которых является «Физическое развитие». Содержание образовательной области обеспечивает формирование у детей ценностей здорового образа жизни, начальных представлений о здоровом образе жизни, воспитание культурно-гигиенических

навыков, овладение элементарными здоровьесберегающими правилами в питании, двигательном режиме, закаливании, полезных привычках и т. д. Также Стандарт требует от дошкольного образовательного учреждения создания образовательной среды, гарантирующей охрану и укрепление физического и психического здоровья детей и поддержки родителей в охране и укреплении здоровья детей.

В педагогической литературе отмечено, что важную роль в организации здоровьесбережения дошкольников играет поддержание заложенных на ранних этапах развития задатков и сбережение здоровья дошкольном детстве. Ю.Е. Антонов, М.Н. Кузнецова отмечают, что здоровый образ жизни формируется в раннем возрасте и поддерживается в течение всей жизни, а культура здоровья является показателем общей культуры человека.

В.Г. Яфаева считает, что комплекс мероприятий, осуществляемых в дошкольном образовательном учреждении, направленных на обеспечение безопасности жизнедеятельности, сохранение здоровья детей, рациональное функционирование детского организма называется здоровьесбережением. Организации здоровьесбережения и здоровьесформирования в условиях детского сада посвящены работы Е.И. Николаевой, В.И. Федорук, Е.Н. Захариной.

Рассмотрим структуру здоровьесбережения дошкольников, предложенную В.А. Деркунской.

Таблица 1

№	Компонент	На что направлен	Показатели сформированности	Механизмы
1	Аксиологический	Формирование интересов, потребностей, установок на сохранение здоровья	Осознание ценности здоровья, убеждение в необходимости вести здоровый образ жизни	Формирование мировоззрения, познание законов психического развития и адаптации человека

2	Гигиенический	Формирование компетенций, обеспечивающих ценностное отношение к здоровью (о гигиене, питании, режиме дня, влиянии экологии и т. д.)	Знания (в том числе, своих способностей и возможностей) о вопросах оздоровления и укрепления организма, практические умения здоровьесбережения	Формирование знаний о сохранении и укреплении здоровья, потребности заботиться о здоровье, вести здоровый образ жизни, предусматривать и предотвращать отрицательные последствия для собственного здоровья
3	Здоровьесберегающий	Формирование системы гигиенических навыков и умений	Соблюдение режима дня, питания, труда и отдыха, отсутствие вредных привычек, функциональных нарушений	Гигиеническое, психогигиеническое обучение, использование оздоровительных факторов окружающей среды и специфических способов оздоровления
4	Эмоционально-волевой	Приобретение социального опыта, развитие дисциплинированности, ответственности, чувства собственного достоинства	Наличие психологических механизмов регуляции поведения (эмоциональных и волевых)	Формирование положительного эмоционального отношения к ведению здорового образа жизни, воли, способности к саморегуляции
5	Экологический	Раскрытие значения действия факторов окружающей среды на здоровье человека	Осознание зависимости физического и психологического здоровья от экологических условий	Формирование форм и правил поведения в природной среде, микро- и макросоциуме
6	Физкультурно-оздоровительный	Повышение двигательной активности, профилактика гиподинамии	Приобщение к физкультуре и спорту	Физкультурно-оздоровительные мероприятия, закаливание

Реализация мероприятий здоровьесбережения должна осуществляться на основе биологических (наследственность) и социальных закономерностей (осо-

бенности микро- и макросоциальной среды, личностные особенности) развития дошкольников.

Н.А. Безруких, С.С. Прищепа показателем результата здоровьесберегающей деятельности дошкольников считает формирование культуры здоровья – ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих, стремление сохранить и приумножить возможности своего организма в гармонии с самим собой, людьми и окружающим миром.

Таким образом, в педагогической науке здоровьесбережение рассматривается как система мер по укреплению личного (индивидуального) и общественного здоровья, оздоровление среды обитания, формирование поведенческих привычек здорового образа жизни. Для решения вопроса о здоровьесбережении детей дошкольного возраста необходимо объединение усилий всех людей, несущих ответственность за ребенка, особенно ближайшего окружения – семьи. Семья обладает собственным, уникальным инструментарием в вопросах здоровьесбережения, так как ориентирована на индивидуальность и уникальность ребенка дошкольного возраста и способна учитывать не только физиологические особенности возраста, но и индивидуальные особенности личности дошкольника.