(cc) BY

Галкина Людмила Владимировна

заведующая

МБДОУ «Д/С КВ №10 «Земский»

г. Белгород, Белгородская область

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДОУ ДЛЯ ЧАСТО БОЛЕЮЩИХ ДЕТЕЙ

Аннотация*: статья посвящена теме физкультурно-оздоровительных технологий в ДОУ для часто болеющих детей.*

Ключевые слова*: физкультурно-оздоровительные технологии, дошкольный возраст.*

В современном обществе существует проблема первоочередной важности – укрепление и поддержание здоровья будущего поколения. В дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, правильного физического и психического развития. Следовательно, формирование здоровья детей, полноценное их развитие одна из основных проблем в современном обществе.

Физическое воспитание в дошкольных учреждениях – это единство цели, задач, средств, форм и методов работы, направленных на укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие детей [3, 25]. В процессе физического воспитания осуществляются оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи. Среди оздоровительных задач особое место занимает охрана жизни и укрепление здоровья детей, и всестороннее физическое развитие, совершенствование функций организма, повышение активности и общей работоспособности. Каждый любящий родитель хочет видеть своего ребенка счастливым. При этом подразумевается, что счастливый ребенок – это человек физически здоровый и крепкий, умственно и эстетически развитый, обладающий разнообразными практическими умениями, которые помогут утвердиться в жизни, достичь успеха, быть любимым окружающими.

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

Работая в детском саду долгие годы, нами было отмечено, что при поступлении в дошкольное учреждение дети начинают часто болеть. «Часто болеющие дети» – это группа детей, которые достоверно чаще, чем среднестатистический ребенок, переносят острые респираторные заболевания, не связанные со стойкими врожденными, наследственными или приобретенными патологическими состояниями [2, с. 45].

Нами были проанализированы медицинские карты детей, и мы заметили следующую закономерность – у часто болеющих детей, по сравнению с редко болеющими, чаще встречаются отклонения показателей функционального состояния организма, анемия, хуже состояние сердечно-сосудистой системы. Частые заболевания являются фактором риска по развитию хронической пульмонологической и гастроэнтерологической патологии [1, с. 35].

Отсутствие своевременных оздоровительных мероприятий у данной группы детей приводит к тому, что уже в старшем дошкольном возрасте у 50–60% из них могу сформироваться хронические заболевания. В связи с этим работа с часто болеющими детьми должна быть обязательно комплексной и включать не только медицинские, но и психолого- педагогические методы воздействия [1, с. 44].

Большое значение для часто болеющих детей имеют оздоровительно- образовательные мероприятия в условиях дошкольного учреждения. В нашем детском саду существует система работы в данном направлении, достигнуты определенные успехи по разработке эффективных мер профилактики и лечения часто болеющих детей. В целях профилактики и оздоровления дошкольников мы включаем следующие средства физического воспитания:

− физические упражнения с предметами, с использованием спортивного инвентаря, нестандартного оборудования;

− физические упражнения силового и расслабляющего характера;

− дыхательные упражнения, закаливающие процедуры.

Так же нами была разработана методика оздоровления, в нее были включены следующие формы работы:

− занятия лечебной гимнастикой, которые проводились 3 раза в неделю;

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

− утренняя гигиеническая гимнастика, ежедневно;

− физкультминутки, в течение 3–5 мин;

− пальчиковая гимнастика, ежедневно;

− физические упражнения и игры на прогулке, 2 раза в день по 40–45 минут.

Мы считаем, что наиболее эффективна организация подвижных игр на свежем воздухе (при активной двигательной деятельности детей на свежем воздухе усиливается работа сердца и легких, следовательно, увеличивается поступление кислорода в кровь, что благотворно влияет на общее состояние здоровья). Проводим занятия с детьми о важности соблюдения режима дня, о здоровье и средствах его укрепления, о функционировании организма и правилах заботы о нем. Итогом этих занятий является приобретение знаний и навыков культуры и здорового образа жизни, правил безопасного поведения и действий в непредвиденных жизненных ситуациях.

Методика применения оздоровительных технологий базировалась на основных принципах воспитательной, образовательной и физкультурно- оздоровительной деятельности. Для оценки эффективности разработанной методики на организм ребенка использовались следующие методы исследования: педагогические наблюдения; педагогический мониторинг; тестирование и оценка уровня физической подготовленности; исследование уровня заболеваемости детьми. Диагностическое тестирование помогло нам выявить уровень развития двигательных качеств у часто болеющих детей, уровень владения двигательными навыками, динамику развития движений ребенка. Нами был проведен отбор физических упражнений для занятий, выявили преимущества и недостатки применяемых средств, методов обучения и форм организации занятий, составили наиболее обоснованный план групповых и индивидуальных занятий. Для лучшего достижения результатов своей работы, мы установили тесное сотрудничество с родителями воспитанников. Включение родителей в совместный образовательный процесс позволило значительно повысить его эффективность. Анкетирование родителей детей, которые посещают детский сад, показало, что родители мало знают о том, как укрепить здоровье ребенка с помощью физических упражнений, закали-

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

вания, подвижных игр. Они зачастую оберегают своих малышей от физических усилий (не бегай, не прыгай, не лазай, а то упадешь, посиди и так далее).

Регулярно проводим родительские собрания, консультации специалистов, совместные занятия, спортивные досуги, праздники и развлечения. Отношение родителей к физическому воспитанию, к увлечению детей подвижными играми и упражнениями влияет на формирование детских интересов и предпочтений, на развитие у них культуры и желания вести здоровый образ жизни [3, с. 18].

Используемая нами методика оздоровительных технологий позволила нам добиться положительных результатов, дети стали реже болеть, улучшился показатель посещения детьми ДОУ. Видна эффективность работы с использованием физических упражнений и закаливающих мероприятий в режиме дошкольного учреждения с целью укрепления здоровья детей, повышения их двигательной активности и физического развития. В настоящее время медицина не в состоянии справиться с проблемами ухудшения здоровья, поэтому должное внимание необходимо направить на формирование осознанного отношения к здоровью и здоровому образу жизни с дошкольного возраста. Следовательно, формирование здоровья детей, полноценное их развитие – одна из основных проблем в современном обществе.

Список литературы

1. Блудова Л.А. Природа в детях. Дети в природе. Детский сад без болеющих детей / Л.А. Блудова. – М.: Агентство образовательного сотрудничества, 2017. – 128 с.

2. Самсыгина Г.А. Часто болеющие дети / Г.А. Самсыгина. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970445839.html (дата обращения: 27.10.2021).

3. Чернышенко Ю.К. Взрослым о физическом воспитании детей дошкольного возраста / Ю.К. Чернышенко. – Краснодар, 1997. – 87 с.

4. Шамшева О.В. Грипп и ОРВИ у детей / О.В. Шамшева. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2017. – 112 с.

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