(cc) BY

Широкова Наталья Александровна
воспитатель
МОУ «Октябрьская СОШ им. Ю. Чумака»
пгт. Октябрьский, Белгородская область

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДОШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС ЧЕРЕЗ СИСТЕМУ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ

Аннотация*: в статье речь идёт о том, что дошкольный возраст – самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением методам улучшения и сохранения здоровья приведут к высоким результатам. Дошкольное образовательное учреждение может оказать помощь семье в формировании у воспитанников представлений о здоровом образе жизни и навыков культуры здоровья, ведь здесь работают специалисты по научно обоснованным программам.*

Ключевые слова*: дошкольный возраст, здоровьесберегающие технологии, здоровый образ жизни.*

Дошкольный период жизни человека – наиболее важный и неповторимый на пути психологического, физического и интеллектуального развития человека. Именно в этот период ребенок формирует свой характер, познает самого себя и свое место в этом мире.

В последнее время большое количество медицинских работников, психологов и педагогов отмечают, что здоровье дошкольников в общей массе ухудшается. Малый процент от общего количества детей, приходящих в школу из детских дошкольных учреждений, имеет абсолютное здоровье. В связи с этим в дошкольном образовании применение системы здоровьесберегающих технологий находится в абсолютном приоритете, так как данные технологии нацелены на решение одной из главных задач дошкольного образования – сохранение и укрепление здоровья детей.

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

В настоящее время появляются новые методики, технологии, создаются и апробируются инновационные программы, но всё же неизменным и первоочередным остаётся сохранение здоровья наших детей!

Более того, оздоровление детей является одной из первоочередных задач, стоящих перед обществом, так как в современных условиях развития общества наблюдается тенденция значительного ухудшения здоровья наших детей. В связи с этим на государственном уровне поднимается вопрос о проведении в образовательных учреждениях работы по формированию у детей осознанного отношения к здоровью и здоровому образу жизни. На смену увлекательным коллективным (дворовым) играм пришли виртуальные забавы. Важным становится эстетическое и умственное становление ребёнка. Бесспорно, не отрицается их значимость, но необходимо согласиться с тем, что у дошкольника остаётся недостаточно времени для подвижных игр, живого общения со сверстниками и просто прогулок на свежем воздухе, катания на велосипеде.

Основные причины ухудшения общего здоровья ребёнка – неполноценная физическая активность в период его интенсивного роста, неправильное питание, отсутствие знаний о здоровье и здоровом образе жизни у детей и их родителей, отсутствие системы формирования культуры здоровья.

В настоящее время в России, в связи с выходом нового закона Российской Федерации «Об образовании» и ФГОС дошкольного образования, идёт становление новой системы образования, ориентированной на вхождение в мировое образовательное пространство. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (далее – ФГОС) представляет собой совокупность обязательных требований к дошкольному образованию. Одно из требований ФГОС в деятельности ДОУ – проведение физкультурно-оздоровительной работы, в том числе и путем использования здоровьесберегающих технологий. Это технологии сохранения и стимулирования здоровья, технологии обучения здоровому образу жизни и коррекционные технологии.

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

Современные здоровьесберегающие технологии отражают две линии оздоровительно-развивающей работы: приобщение детей к физической культуре и использование развивающих форм оздоровительной работы.

Использование здоровьесберегающих технологий в практике педагогов дошкольного образования имеет двустороннюю направленность:

– формирование у дошкольников основ валеологической культуры, то есть нужно научить детей осознанному и адекватному отношению к своему здоровью; научить детей оберегать, поддерживать и сохранять его; сформировать у ребёнка систему знаний о здоровом и безопасном образе жизни;

– категорическое исключение из организации образовательного процесса в дошкольном учреждении негативного влияния на здоровье воспитанников.

Существует масса здоровьесберегающих методов, позволяющих решить целый комплекс задач и проблем, стоящих сегодня перед педагогами дошкольного воспитания и образования:

– методы закаливания детей (хождение босиком, упражнения для профилактики плоскостопия и игры босыми ногами, метод солевого закаливания стоп);

– дыхательная гимнастика;

– зрительная гимнастика;

– методы развития мелкой моторики (пальчиковая гимнастика, пальчиковый тренинг, массажные игры);

– упражнения на релаксацию;

– кинезиология – развитии головного мозга через движение.

Естественно, ни одна здоровьесберегающая технология, даже самая идеальная физкультурно-оздоровительная программа не сможет подвести к полноценным результатам, если она не реализуется в содружестве с семьёй, без вовлечения родителей в образовательную деятельность дошкольного учреждения.

Все формы работы педагога с родителями должны позволить сделать их активными участниками образовательного процесса, а также сформировать у них ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоро-

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

вья своих детей, привить стойкую привычку и мотивацию к ведению совместного здорового образа жизни всей молодой семьи.

Список литературы

1. Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход / Т.В. Ахутина // Школа здоровья. – 2000.

2. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии / В.И. Ковалько. – М.: ВАКО, 2007. EDN QVIVXZ

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