(cc) BY

Шахманова Жанна Темрасовна
учитель
Кузнецова Людмила Михайловна
учитель, музыкальный руководитель
Горбунова Ольга Александровна
учитель

МБОУ «Тишковская СОШ» им. П.П. Мурыгина
с. Тишково, Астраханская область

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПЕРИОД ПОДГОТОВКИ ДЕТЕЙ К ШКОЛЕ

Аннотация*: в статье речь идёт о здоровьесберегающих технологиях в период подготовки детей к школе.*

Ключевые слова*: здоровьесберегающие технологии, подготовка к школе.*

Начало школьного обучения – закономерный этап на жизненном пути ребёнка: каждый дошкольник, достигая определенного возраста, идёт в школу. Успешность обучения его в школе напрямую зависит от состояния здоровья. Частые заболевания выбивают детей из ритма школьной жизни. В.А. Сухомлинский писал «…примерно у 85% всех неуспевающих учеников главная причина отставания в учебе – плохое состояние здоровья, какое-нибудь недомогание или заболевание, чаще всего незаметное и поддающееся излечению только совместными усилиями матери, отца и учителя».

Проблема сохранения и укрепления здоровья детей в последнее время является одной из важных. Здоровье – не только отсутствие болезней, но и физическая, социальная и психологическая гармония человека, а также доброжелательное отношение к людям, природе. Поэтому уделять внимание решению этой проблемы еще до поступления детей в школу, то есть в подготовительный период к школе. Вопрос, который всегда стоял перед педагогами таков – «Чему научить и зачем?». Здоровьесберегающие технологии добавляют им ещё один – «Как

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

учить?». Главная цель здоровьесберегающих технологий – правильное, последовательное и гармоничное обучение детей, без ущерба для их здоровья.

На протяжении нескольких лет в июне каждого года в нашей школе проходят подготовительные занятия для будущих первоклассников, в организации и проведении которых объединяют свои усилия учитель, психолог, воспитатель. Не секрет, что именно в этот период, у детей закладывается понятие здорового образа жизни и формируется представление о нём. И если воспитатели и учителя гармонично и сбалансировано организовали работу с детьми, то это станет крепким фундаментом в сознании детей на всю жизнь, и впоследствии сослужит их здоровью хорошую службу. Занятия включают развитие мелкой моторики руки, развитие фонематического слуха и речи, зрительного восприятия, памяти, внимания, воображения, логического мышления, способности к обобщению, умения выполнять задание до конца, ориентироваться на систему правил в работе, работать в парах и группах, слушать и слышать собеседника.

В своей работе с дошкольниками педагоги стараются сохранить и укрепить здоровье детей. Важную роль в этом играют динамические паузы, которые проходят на свежем воздухе и обеспечивают дошкольникам необходимую двигательную активность. Ведь движение – главное условие нормального роста и развитие детей. Можно попрыгать, поприседать, потопать, похлопать. Моторика глаз – неотъемлемый компонент всех видов познавательной деятельности. В процессе подготовки детей к школе используем глазодвигательные упражнения, которые позволяют расширить пространство зрительного восприятия. Особенно полезны они для детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивным.

В дошкольном возрасте необходимо развивать и поддерживать у детей потребность в движении. Благоприятно влияют на здоровье детей физкультурные минутки, которые проводятся на каждом занятии. Они помогают решить одно из условий организации здоровьесберегающего обучения – избежать статического утомления различных мышц. Наши учителя, занимаясь подготовкой детей к школе, стремятся к тому, чтобы физкультурные минутки имели развивающий характер.

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

Положительное влияние на здоровье и развитие детей оказывает игровая деятельность. Игра – это не просто развлечение, но и сознательная деятельность, направленная на достижение поставленной цели. Игра позволяет наладить благоприятный эмоциональный контакт учителя с воспитанниками. Это помогает детям чувствовать себя менее скованно. Применение игровых технологий на занятиях в комплексе с другими приемами и методами укрепляет мотивацию на изучение предмета, помогает вызвать положительные эмоции, увидеть индивидуальность ребёнка.

Занятия с будущими учениками способствуют снижению уровня «школьной тревожности»- устойчивого состояния тревоги и страха отношения всего, что связано со школьной, так как все будущие первоклассники, занимающиеся в группе, будут учиться в одном классе. Поэтому первого сентября им не придется волноваться по поводу предстоящего знакомства с одноклассниками и педагогами. И первый учитель, и воспитатель им уже знакомы, ведь именно они проводили летом подготовительные занятия. Педагоги стараются создать хороший психологический климат в группе. Для того чтобы поберечь нервную систему детей, советуют родителям никогда не высказывать в присутствии ребенка – дошкольника своих опасений относительно начало его обучения в школе, не пугать школой. Тревога и опасения родителя обязательно передадутся ребенку и послужат причиной формирования «школьной тревожности». Наоборот, надо детям вселять уверенность в том, что у них обязательно все получится. Родителям следует помнить, что крепкая нервная система ребенка – залог успешного обучения в школе. Если есть необходимость, советуем родителям своевременно проконсультировать дошкольника у логопеда. Вовремя начатые занятия помогут исправить дефекты речи, которые затрудняют формирование навыка правильного письма, и могут привести к неуверенности.

Процесс организации здоровьесберегающего обучения должен носить комплексный характер. Родителям и педагогам стоит объединить свои усилия в пропаганде здорового образа жизни. Здоровье детей зависит и от условий жизни в семье. Родители должны научить своих детей воспринимать жизнь и здоровье

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

как величайшую ценность. Большое значение для укрепления здоровья имеет правильный режим дня. Для этого необходимо запомнить и выполнять следующие правила: полноценный сон, исключение шумных игр и излишне эмоциональных развлечений перед сном; ежедневные прогулки на свежем воздухе;

Одной из главных рекомендаций родителям может быть следующая: больше любви и доброты в общении с ребенком, больше веры в его силы, больше терпения и выдержки, и тогда все получится. Подготовка ребенка к школе – это сложный процесс. Чем раньше ребенок научится не только читать и считать, но и размышлять, сравнивать, логически мыслить, будет уметь ориентироваться в окружающем мире, научится дружить и быть физически активным, тем проще ему будет учиться в школе! Педагогические воздействия будут целенаправленными и оправданными, а помощь со стороны взрослых эффективной только в том случае, если они ориентированы на индивидуальные особенности развития ребенка. Только в этом случае педагог и родители маленького ученика совместными усилиями помогут ему преодолеть школьные трудности, освоится в школьной жизни, стать настоящим школьником.

Список литературы

1. Егорова О.В. Содружество семьи и школы- залог успеха в воспитании здорового образа жизни / О.В. Егорова. – Ж.: Начальная школа №1.

2. Колемакина Л.В. Игры для проведения динамических пауз / Л.В. Колемакина. – Ж.: Начальная школа №11.

3. Нижегородцева Н.В. Психологическая готовность ребенка к школе / Н.В. Нижегородцева, В.Д. Шадрина.

4. Никитина Н.Б. Здоровьесберегающие технологии в работе учителей начальной школы / Н.Б. Никитина.

5. Швайко Г.С. Игры и игровые упражнения для развития речи / Г.С. Швайко. – М., 1983.

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