(cc) BY

Кривцова Анна Сергеевна
воспитатель
МБДОУ «Д/С №23 «Островок детства»
г. Белгород, Белгородская область

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИКТ ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ

Аннотация*: в статье рассматриваются информационно-коммуникативные технологии (ИКТ), которые, как считают многие, оказывают вредное влияние для здоровья дошкольников. Автор, в свою очередь, считает ИКТ одним из средств формирования привычки к ЗОЖ при правильном применении.*

Ключевые слова*: здоровье, СанПиНы, мультимедиа, ИКТ, старшие дошкольники, информационно-коммуникативные технологии, ЗОЖ.*

Здоровье человека, ребёнка – это одна из тех ценностей, на которых следует воспитывать современных детей. Стоит подчеркивать важность сохранения и укрепления здоровья именно с дошкольного возраста, поскольку именно в этот период закладываются основы личности, основы дальнейшего поведения человека и отношение его к жизни. Кроме того, дошкольник еще не отягощен негативизмом, свойственным подростковому возрасту, взрослые в этот период имеют влияние на его формирующуюся систему взглядов.

Важность сохранения и укрепления здоровья детей всегда и во все времена была главнейшей задачей общества и дошкольного образования. С приходом в мир новых технологий специалисты всех областей выясняют их влияние на здоровье человека. Так и информационно-коммуникативные технологии (ИКТ) столкнулись с негативным отношением, поскольку выяснилось их влияние на растущий детский организм. Чрезмерное сидение в одной позе, напряжение зрения, выполнение однотипных действий, маниакальная увлеченность – все это не приносит пользы физическому и психическому здоровью. Средневековый врач-фармаколог изрёк в своё время «Всё – яд, всё – лекарство; то и другое определяет

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

доза». Следуя этому постулату санитарно-эпидемиологическими правилами (СанПиН) были определены условия, при которых занятия перед компьютерными мониторами, интерактивными досками, экранами мультимедиа будут безопасны для дошкольников. Время просмотра, расстояние до стола с ребенком, расстояние до глаз ребёнка, высота от пола, двигательные паузы, гимнастики для глаз, освещенность и проветриваемость помещений – выполнение всех предписаний СанПиНов будет способствовать снижению отрицательного влияния ИКТ на здоровье детей-дошкольников.

Вместе с этим надо учитывать интерес ребенка к информационным технологиям и использовать этот потенциал для формирования осознанного отношения к своему здоровью в плане его укрепления, сохранения и сбережения.

В образовательной деятельности мы используем мультимедийные демонстрации, презентации (PowerPoint). В их создании мы используем триггеры и макросы чтобы сделать образовательный продукт максимально интерактивным, чтобы дать детям возможность выбора. Также используются ссылки на детский развивающий контент «Для чего нужна зарядка?», «Как вырасти как папа?», «Что такое пищеварение?» и т. д. Для серии презентации по формированию ценности ЗОЖ для старших дошкольников мы создали интерактивного героя Здоровячка, от его имени проходят реальные акции и мероприятия в детском учреждении «День Здоровья», «Неделя здорового питания», благотворительные акции «Добро не спит – добро бежит», «Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья!» и т. д. На страничке в социальной сети ВКонтакте детского сада запущен детско-взрослый почтовый ящик «Спроси у Здоровячка». Ребенок видит свой видео-вопрос, и виде-ответ, понимает, что его обращение имеет ценность и еще больше интересуется своим здоровьем и факторами на него влияющими. Таким образом ценности виртуального и реального миров соединяются и служат формированию ЗОЖ у детей дошкольного возраста. Кроме презентаций образовательно-развивающего характера мы создали презентации-викторины, интерактивные тесты со Здоровячком, которые проверяют знания детей по теме здоровьесбережения,

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

здоровьеукрепления. Эти презентации мы предлагаем родителям для прохождения с детьми, чтобы и они, вместе с нами, поддерживали эту важную тему.

Физминутки, динамические паузы, гимнастика после сна, утренняя заряда, пальчиковая, дыхательная, зрительная гимнастики, на большом медиа-экране позволяют решать такие задачи, как снятие усталости и напряжения; улучшить эмоциональный фон; совершенствовать общую моторику; выработать четкие координированные действия во взаимосвязи с речью; тренировать скоростные навыки выполнения мыслительных операций. Все оздоровительные мероприятия следует проводить в игровой форме, это позволяет создать положительный эмоциональный фон, вызвать повышенный интерес ко всем оздоровительным процедурам. Отдельно гимнастика для глаз по методике Э.С. Аветисова снимают зрительное напряжение, повышают зрительную работоспособность, улучшают кровообращение, циркуляцию крови, содействуют предупреждению нарушений зрения и развития глазных заболеваний, более быстрому и эффективному усвоению учебного материала.

Таким образом, если ИКТ грамотно использовать в образовательной деятельности, то это может послужить инструментом и помощником в деле сохранения и приумножения здоровья детей [4].

Список литературы

1. Воробьёва М. Воспитание здорового образа жизни у дошкольников / М. Воробьёва // Дошкольное воспитание. – 2020. – №7. – С. 5–9.

2. Здоровый дошкольник: социально-оздоровительная технология XXI века / сост. Ю.Е. Антонов, М.Н. Кузнецова. – М.: Гардарики, 2021. – 164 с.

3. Коваль А.Н. Использование ИКТ-технологий в детском саду / А.Н. Коваль, А.Н. Малыгина // Молодой ученый. – 2021. – №7. – С. 648–650.

4. Маханева М.Д. Воспитание здорового ребёнка: пособие для практических работников детских дошкольных учреждений / М.Д. Маханева. – М.: АРКТИ, 2020.

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