

ОРГАНИЗАЦИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ С ПОМОЩЬЮ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ

Аннотация: в статье рассматриваются вопросы поддержания мотивации и здоровья воспитанников ДОУ для достижения благоприятного климата в непосредственно образовательной деятельности с помощью здоровьесберегающих технологий.

Здоровье – бесценное состояние и каждого человека и всего общества. При встречах и расставаниях с близкими и дорогими нам людьми мы всегда желаем им доброго здоровья, так как это залог полноценной и здоровой жизни. Здоровье помогает нам реализовывать наши планы, решать основные жизненные задачи, вести активную творческую жизнь. Здоровье – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

Здоровье подрастающего поколения – это проблема не только социальная, но и нравственная. Это хорошо понимают воспитатели нашего детского сада.

Дошкольный возраст является решающим этапом в формировании фундамента физического и психического здоровья ребенка. В этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма. Наметившаяся в последние годы устойчивая тенденция ухудшения здоровья дошкольников, увеличение количества детей с нарушениями психического и речевого развития, диктует необходимость поиска механизмов, позволяющая изменить эту ситуацию. *Основная задача детского сада* – подготовить ребенка к самостоятельной жизни, дав ему для этого необходимые умения, навыки, воспитав определенные привычки.

Педагогические наблюдения последних лет указывают на функциональную перегрузку воспитанников, в связи с интенсификацией образовательной деятельности, что неблагоприятно отражается на здоровье ребенка.

Для поддержания мотивации и здоровья воспитанников, для достижения благоприятного климата в непосредственно образовательной деятельности, необходимо использовать здоровьесберегающие технологии, включающие системно организованную совокупность программ, приемов, методов организации образовательной деятельности, не наносящего ущерба здоровью воспитанников. Планируя работу в непосредственно образовательной деятельности, мы учитываем физиологические и возрастные особенности воспитанников и предусматриваем такие виды работ, которые снимают бы напряжение и усталость.

Так же знание психолого-педагогических особенностей каждого возраста позволяет нам учитывать в своей работе познавательные умения разных возрастных групп воспитанников.

Оценка индивидуальных особенностей воспитанников позволяет выявлять познавательные затруднения и своевременно предпринимать необходимые действия по их устранению. Важным источником познавательных затруднений воспитанников в ситуации контроля являются типологические признаки личности.

Одним из наиболее используемых нами подходов к описанию индивидуальных особенностей является использование таких типов личности воспитанников, как *интроверты-экстраверты, сенсорные-интуитивные, думающие-чувствующие, организованные-спонтанные*.

Поскольку воспитанники-интроверты испытывают затруднения при выполнении устных заданий, в отличие от экстравертов, то для создания ситуации успеха мы предлагаем интровертам индивидуальные задания, которые позволяют им сосредоточиться при выполнении самостоятельной работы.

При групповой работе в непосредственно образовательной деятельности необходимо учитывать, что «организованные» воспитанники нуждаются в предварительном времени на подготовку, поскольку организация собственных познавательных действий является решающим фактором успеха, а «спонтанные» воспитанники действуют по обстоятельствам и могут перестроить свою стратегию и тактику. «Думающие» воспитанники ищут правильный ответ путем логических рассуждений, а «чувствующие» во многом зависят от эмоционального состояния.

Любое занятие имеет результат только тогда, когда каждый воспитанник испытывает психологический комфорт и занимается с большим удовольствием. Снятие напряжения и усталости, помимо знания физиологических и возрастных особенностей воспитанников, служат единой цели – индивидуализации обучения и комфортным условиям этого процесса. Включение в занятия зарядки-релаксации, игры и песни стимулирует творческое воображение воспитанников, а ожидание необычного, нового вызывает особую заинтересованность, так как затрагивает эмоциональную сферу.

Релаксация – это расслабление после напряженной умственной деятельности. Цель ее – снять напряжение, дать детям небольшой отдых, вызвать положительные эмоции, хорошее настроение, что ведет к улучшению усвоения материала. Для релаксации мы используем различные физические и танцевальные движения, игры, музыку.

Зарядка с использованием танцевальных движений, песен и музыки основана на том, что мышечное движение снимает умственное напряжение, а слово и музыка, выступая в един-

стве, воздействуют на чувства и сознание ребят. *Игра* является одной из важнейших форм релаксации. Для этой цели мы включаем игры, способствующие отдыху, вызывающие положительные эмоции, легкость, удовольствие. *Песня* также является хорошим видом релаксации. Эта форма не только предоставляет воспитанникам возможность отдохнуть, но и служит для формирования фонетических, лексических, грамматических навыков. Пение активизирует функции голосового и дыхательного аппаратов, повышает интерес к предмету, развивает музыкальный слух и память, снижает утомляемость за счет эмоционального настроения.

Так же при проведении занятий обязательными являются такие медико-восстановительные методики, приемы, способы как: мимические разминки, гимнастика для глаз (способствующая снятию статического напряжения мышц глаз), пальчиковая гимнастика (тренирует мелкую моторику, стимулирует речь, мышление, внимание), дыхательная гимнастика (способствует развитию и укреплению грудной клетки), точечный массаж, игры и упражнения для профилактики и коррекции плоскостопия и осанки.

Создание атмосферы учебной комфортности на занятиях – это только одно необходимое условие обеспечения эффективности образовательного процесса. Формирование на занятиях понятия ценности здоровья, позиций здорового образа жизни воспитанников через мотивационную основу здравоохранительного поведения – еще один аспект комфортности ребенка в обучении.

Формирование у дошкольников ценностной установки на здоровый образ жизни невозможно без вовлечения родителей. При существующих проблемах современного общества, при малой активности родителей, в нашем детском саду все же накоплен большой опыт взаимодействия с семьей по организации и содержанию данной работы. Он включает не только традиционные формы взаимодействия (профилактические беседы, лекции, стенды и уголки Здоровья и т.д.), но и нестандартные – активные деловые детско-родительские игры, турниры, соревнования, праздничные шоу.

Дети и родители стали более позитивно относиться к физическому воспитанию, отдавая ему приоритетное место, лучше ориентироваться в вопросах здорового образа жизни.

В целом, воспитательная система нашего дошкольного учреждения – этот не ряд мероприятий досугового плана. Эта система базируется на традициях, деятельном подходе, преемственности поколений, ориентирована на духовно-нравственные, патриотические, общечеловеческие ценности, способствует развитию общекультурных компетенций. Поэтому главная задача системы воспитания и образования дошкольников определена как формирование у детей духовности и культуры, инициативности, самостоятельности, толерантности, гражданской ответственности, правового самосознания, способности к успешной социализации в обществе.

Список литературы

1. Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход // Школа здоровья. 2000. Т. 7. №2. С. 21 - 28.
2. Кучма В.Р. Теория и практика гигиены детей и подростков на рубеже тысячелетий. - М., 2001.
3. Назаренко, Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений. – М., 2002.