

## **ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**

**Попова Ольга Вячеславовна**

инструктор по физической культуре

МАДОУ «ЦРР – детский сад № 272»

г. Пермь, Пермский край

### **СОЗДАНИЕ УСЛОВИЙ ДЛЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ И ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ОСЛАБЛЕННЫХ ДЕТЕЙ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

***Аннотация:** в статье рассматриваются вопросы физического развития ослабленных детей. Обосновывается необходимость разработки образовательных стандартов, включающих в себя физическое воспитание детей, приведена статистика медицинской диагностики физического состояния детей в дошкольном учреждении. Подробно рассматриваются условия здоровьесбережения и физического развития ослабленных детей. Автор формулирует вывод о необходимости создания условий для решения проблемы физического развития ослабленных детей в дошкольном учреждении.*

***Ключевые слова:** здоровье ребенка, здоровьесбережение и физическое развитие ослабленных детей, индивидуально-дифференцированный подход.*

Сохранение здоровья детей дошкольного возраста одна из актуальных проблем современного образования, о ее значимости заявлено в Федеральном Государственном Образовательном стандарте дошкольного образования, Конвенции о правах ребенка и других законодательных документах. По определению Всемирной организации здравоохранения здоровье – состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков.

Идеи сбережения здоровья в современных условиях отражены в исследованиях Безруких М.М., Куинджи Н.Н., Шариповой Д.Д., Виленского М.Я., Дубровиной И.В., Токаевой Т.Э. и других.

На основании проведенных исследований ими были выделены факторы риска в сохранении здоровья ребенка, установлена их значимость в различных условиях, разработана теоретическая основа формирования здорового образа жизни, сформированы принципиальные положения «педагогике здоровья», ставшей основой создания проектов «образовательных учреждений, содействующих здоровью», внедрения здоровьесберегающих и здоровьесформирующих технологий. [3]

Современная наука определяет здоровье ребёнка как сохранение устойчивой жизнеспособности и жизнедеятельности организма в конкретных условиях социальной и экологической среды. Признавая здоровье основополагающим условием, определяющим возможность полноценного физического и психического развития ребёнка, важно осознавать, что оно в тоже время является результатом процесса нормального развития, здорового образа жизни [1].

Учёный, педиатр и педагог Ю.Ф. Змановский в авторской программе «Здоровый дошкольник» дал комплексное определение здорового ребёнка дошкольного возраста – как жизнерадостного, активного, любознательного, устойчивого к неблагоприятным внешнесредовым факторам, выносливого и сильного, с высоким уровнем физического и умственного развития [2].

Исследования российских ученых свидетельствуют о тенденции к увеличению числа детей дошкольного возраста, имеющих отклонения в состоянии здоровья.

Вся передовая педагогика занимается сейчас проблемой обеспечения физического воспитания ослабленных детей, и в настоящее время все образовательные программы нацелены на здоровье.

К обозначенной проблеме обратилась и я, как инструктор по физической культуре, который призван оптимально решить основную задачу физического воспитания – охрану и укрепление здоровья детей.

Медицинская диагностика в ДООУ показала, что: 52% от общего числа воспитанников ДООУ, имеют патологии и нарушения здоровья; только 14% детей имеют 1 группу здоровья. Педагогическая диагностика показала, что: 22% имеют слабость мышц спины, брюшного пресса; 54% имеют низкое и среднее развитие вестибулярного аппарата и функции равновесия; 32% имеют низкую и среднюю степень подвижности позвоночника вперёд.

Таким образом, имея большой процент детей с ослабленным здоровьем, передо мной, как перед инструктором по физической культуре стала проблема сохранения и укрепления здоровья таких детей.

Анализ программ по проблеме здоровьесбережения детей дошкольного возраста показал, что: 1. Использование специальных форм оздоровительной работы в ДООУ, с применением развивающей программы и технологии, приводят не только к сохранению, но и к развитию здоровья воспитанников. Для этого сами формы оздоровления должны способствовать развитию детей. 2. В комплексе здоровьесберегающих мероприятий в ДООУ физическое воспитание занимает одно из ведущих мест. 3. Преимущество использования физических упражнений перед другими оздоровительными методиками проявляется в их доступности, универсальности, простоте и высокой эффективности. 4. Вопрос здоровьесбережения ребёнка ДООУ во многом связан качеством физкультурно-оздоровительной работы. 5. Одним из резервов качества здоровьесбережения являются индивидуально-дифференцированная работа с ослабленными детьми. 6. Одной из основных задач детского дошкольного учреждения является создание условий для здоровьесбережения и физического развития детей.

Для здоровьесбережения и физического развития ослабленных детей необходимы следующие важные условия.

Первое условие – выбор программы. Решить многие проблемы физического воспитания детей дошкольного возраста Пермского края предполагает Региональная программа физического и валеологического развития детей дошкольного возраста «Азбука здоровья» Т.Э. Токаевой.

Второе условие – выбор технологии. Программы «Азбука здоровья» построена на принципе субъект-субъектных отношений, субъект-субъектного взаимодействия. Педагог, который ориентируется в физкультурном и валеологическом воспитании детей, владеет технологией. Ребенок, как субъект физкультурно-оздоровительной деятельности, совместно с педагогом конструирует содержание (проведение) физкультурно-оздоровительной деятельности. [4] На основании диагностики происходит распределение детей по образовательным маршрутам, где учитываются данные по здоровью и физическому развитию, что учитывается при проведении занятий и организации развивающей среды. При распределении детей по трем оздоровительным маршрутам я учитываю: группу здоровья ребенка; особенности его физического состояния на сегодняшний день.

На этой основе строится физкультурно-оздоровительная работа на занятиях. Учитывая уровень выбранного оздоровительного маршрута, я дифференцированно подхожу к дозированию физических нагрузок: темп, скорость, количество и сложность упражнений и т. д. может увеличиваться или уменьшаться.

Оздоровительные маршруты: I – здоровые дети; II – относительно здоровые дети (2-3 патологии); III – не совсем здоровые дети (4 патологии).

После разработки оздоровительных маршрутов идет разработка образовательных маршрутов. Образовательные маршруты: I – высокий уровень освоения программы; II – средний уровень освоения программы; III – низкий уровень освоения программы; IV – индивидуальный маршрут.

Индивидуально-дифференцированный подход на занятиях с учетом образовательного маршрута заключается в особой организации детей; в подборе приемов обучения; в подборе упражнений для подгруппы детей с учетом уровня физической подготовленности.

Третьим важным условием является выбор методов и приемов взаимодействия с детьми. Программа «Азбука здоровья» предлагает физическое развитие детей в форме поэтапного игрового взаимодействия: «активный тренер детей»; «партнеры»; «опекаемый детьми спортсмен».

Положительно влияют на развитие детей интегрированные занятия, где происходит интеграция области «Физическое развитие» с образовательными областями: «Познавательное развитие», «Художественно-эстетическое» и др.

Четвертым важным условием является преемственность с семьей, происходит поддержка родителей в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья, вовлечении семей непосредственно в образовательную деятельность.

В педагогической технологии взаимодействия с семьей я выделяю 3 этапа:

- 1) создание общей установки на совместное решение задач воспитания;
- 2) выработка общей стратегии сотрудничества;
- 3) реализация единого, согласованного индивидуального подхода к ребенку с целью максимального развития его личностного потенциала.

Таким образом, создание необходимых условий позволит решить проблемы здоровьесбережения и физического развития ослабленных детей в ДОУ и получить главный результат физкультурно-оздоровительной работы – улучшение состояния здоровья и физического развития детей.

### ***Список литературы***

1. Здоровый дошкольник: Социально – оздоровительная технология XXI века.
2. Авторы-составители Антонов Ю.Е., Кузнецова М.Н., Саулина Т.Ф. – Москва: «Аркти», 2000. – 88 с.
3. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления. – Москва: «Линка-пресс», 2000. – 293 с.
4. Токаева Т.Э. «Пути здоровьесформирования и здоровьесбережения детей дошкольного возраста». «Пути повышения работоспособности и преодоления утомления у детей дошкольного возраста средствами физкультурно-оздоровительной деятельности»: Методическое пособие. Ч.1. (Авт.-сост Т.Э. Токаева, Т.В. Данилкина, Г.Д. Дернова, О.В. Кошарная. – Пермь: КЦФКиЗ, 2010. – 120 с.
5. Токаева Т.Э. Региональная программа физического и валеологического развития детей дошкольного возраста «Азбука здоровья». – Пермь, 1997. – 67с.