

## ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ДОУ

*Романова Людмила Сергеевна*

старший воспитатель

МБДОУ «Детский сад №12 «Золотой ключик»

г. Новочебоксарск, Чувашская Республика

### **ОПЫТ ВНЕДРЕНИЯ ПРОГРАММЫ «ХОЧУ ВЫРАСТИ СЧАСТЛИВЫМ!» В ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ ГОРОДА НОВОЧЕБОКСАРСКА**

*Аннотация:* в статье рассматривается вопрос поиска эффективных методов и форм работы по формированию осознанного отношения к собственному здоровью у старших дошкольников. Представлен имеющийся позитивный опыт реализации данного направления деятельности, подтвержденный проведенными мониторинговыми исследованиями.

*Ключевые слова:* ценностное отношение к здоровью, валеологическое образование, мотивационный аспект, эмоциональный опыт, конструктивная стратегия поведения.

Невозможно подвергнуть сомнению утверждение о том, что здоровье подрастающего поколения определяет уровень развития общества. Оценивая здоровье детей сегодня, мы получаем прогноз благосостояния страны на будущее. Многие философы, ученые отводили и отводят в ряду ценностей жизни первое место здоровью. В. Вересаев, известный русский врач и писатель, так оценивал здоровье: «...с ним ничего не страшно, никакие испытания, его потерять – значит потерять все ...».

Много лет вопросы сохранения и укрепления здоровья обсуждаются на государственном уровне. Принимаются регламентирующие документы, вкладываются материальные средства, реализуются акции, проекты, программы. Но статистика не допускает апелляций: по данным министерства здравоохранения

всего 13% детей 6–7 летнего возраста могут считаться здоровыми. Наряду с соматическими заболеваниями, в последние годы, прослеживается тенденция к увеличению роста психосоматических расстройств, проявлений психофизического инфантилизма, поведенческих трудностей.

Поиск эффективных способов изменения неблагоприятной ситуации ведут все специалисты, занимающиеся вопросами здоровья детей. Сегодня уже ни у кого не вызывает сомнения положение о том, что формирование здоровья – не только, и не столько задача медицинских работников, сколько психолого-педагогическая проблема. Стало очевидно, что без формирования у людей потребности в сохранении и укреплении своего здоровья, как приоритетной жизненной ценности, задачу не решить. И все чаще в различных публикациях и выступлениях, посвященных этой теме, звучат призывы к смещению акцентов с работы реабилитационной, коррекционной на превентивную профилактическую деятельность. В качестве основополагающих, выдвигаются задачи создания системы валеологического образования, направленной на формирование культуры здоровья, как приоритетной жизненной ценности.

Актуальная же ситуация свидетельствует: здоровье, как значимая ценность не входит в сферу личных интересов ребенка. За его Здоровье несут ответственность взрослые. И, несмотря на все образовательные усилия педагогов и родителей, (Программы из серии «Основы безопасной жизнедеятельности», «Забочусь о своем здоровье» реализуются повсеместно) мы не можем констатировать качественные позитивные изменения. И, поскольку одной из существенных причин сложившейся ситуации является отсутствие у детей ценностного отношения к собственному здоровью, то в основу развивающей, профилактической работы следует положить именно мотивационный аспект.

Нет необходимости кого-либо убеждать в том, что здоровый образ жизни – это не просто сумма усвоенных знаний, а стиль жизни, адекватное поведение в различных ситуациях, умение применить на практике в реальной жизни полученные знания и навыки.

Очень важно, чтобы привычка к здоровому образу жизни возникала у детей не в силу формального подчинения требованиям взрослых, а в силу глубоких внутренних мотивов. Известно, что источником формирования убеждения является яркое эмоциональное переживание (чем младше ребенок, получивший такой эмоциональный опыт, тем более устойчивыми становятся его убеждения, основанные на этом опыте).

Именно эти принципы положены в основу программы «Хочу вырасти счастливым» (программы по выработке навыков здорового образа жизни и по профилактике употребления психоактивных веществ для детей 6–7 лет – коллектив авторов (Андреева Т.Н., Прохорова В.Б., Козлова Э.В., Краснова Н.М., Вельев А.Б), рекомендована Министерством образования и молодежной политики Чувашской Республики, Чебоксары 2005 г.). Игровая форма проведения занятий, участие сказочных персонажей, использование специального созданного и подобранного музыкального сопровождения, динамичная смена игровых упражнений – все это, обеспечивает высокую активность ребят и личную заинтересованность в результатах работы на занятии. Включенность в работу по программе родителей воспитанников, обеспечивает условия актуализации данной темы в ракурсе детско-родительского взаимодействия.

Содержание программы разнообразно. Дошкольники осваивают знания о том, как нужно заботиться о своем здоровье, разбираются в причинах болезней, пользе витаминов и здоровой пищи, влиянии природы на жизнь и здоровье человека. Материалы программы, в доступной форме знакомят ребят с тем как устроено наше тело, как работают внутренние органы. И, казалось бы, содержание образования, не отличается от большинства образовательных программ по формированию навыков ЗОЖ. Но методы работы, предполагающие, партнерское взаимодействие детей, сказочного персонажа – лисенка «Огонька» и взрослого, создают конструктивную атмосферу каждого занятия: мы вместе ищем выход из трудного положения, вместе обсуждаем проблему, ведем диалог, вместе познаем, делаем открытия, сочувствуем, переживаем, радуемся, удивляемся. Это и позволяет нам формировать тот эмоциональный опыт, который станет основой

позитивных убеждений. Реализация программы позволяет косвенно решать и значимую в этом возрасте задачу по формированию позитивной внутренней позиции школьника: радость от участия в создании первого в своей жизни учебника окрыляет каждого, а режим фронтальной работы и наличие домашних заданий обеспечивает условия для развития навыков учебной деятельности. Таким образом, вся работа по реализации программы направлена на создание условий для формирования личной конструктивной стратегии поведения и налаживании позитивных социальных отношений.

В апробации программы «Хочу вырасти счастливым» (2008–2009 уч. год) приняли участие 16 образовательных учреждений города Новочебоксарска. Ведущими программы стали педагоги-психологи ДООУ. Программа реализовывалась в подготовительных к школе группах дошкольного возраста. Программа имеет собственный диагностический инструментарий, направленный на выявление уровня сформированности представлений о полезных привычках.

Для оценки эффективности программы были проведены городские мониторинговые исследования в виде констатирующей и контрольной диагностики уровня развития представлений воспитанников о здоровом образе жизни. В исследовании участвовали 658 респондентов.

Таблица 1

Обобщенные результаты мониторинговых исследований  
уровня сформированности представлений о здоровом образе жизни  
воспитанников выпускных групп дошкольного возраста

Количество ошибок	Уровень	Констатирующая диагностика	Контрольная диагностика	Динамика
без ошибок	Оптимальный	16%	58%	Увеличение в 3,6 раза
1–2 ошибки	Средний	59%	39%	Уменьшение в 1,5 раза
3–5 ошибок	Низкий	23%	3%	Уменьшение в 7,6 раза
6–10 ошибок	Очень низкий	2%	0%	

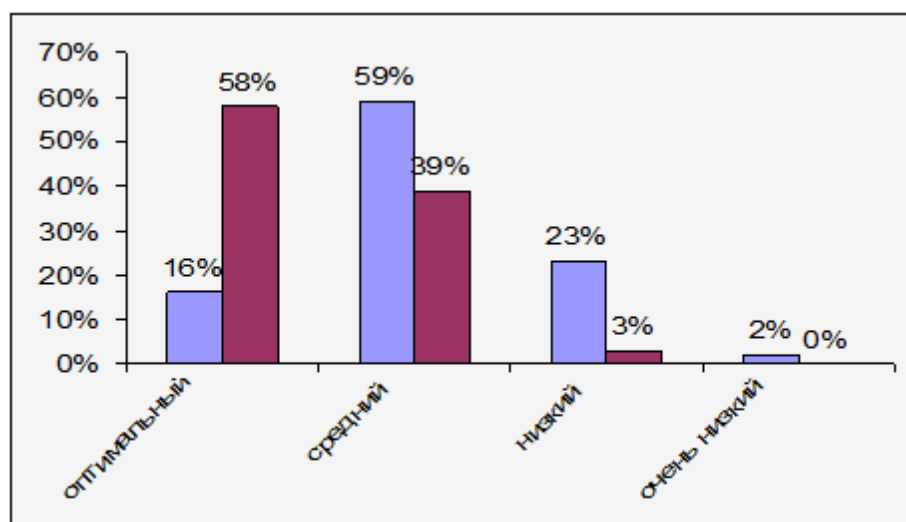


Рис. 1

Сравнительные результаты свидетельствуют о значительной позитивной динамике в развитии у дошкольников представлений о ЗОЖ.

Немаловажна и положительная оценка специалистов, реализующих программу в образовательных учреждениях. Прежде всего, было отмечено развивающий характер содержания программы и возможности ее реализации в разных режимах, в зависимости от условий детского сада; полная разработанность стимульного и дидактического материала; оптимальный подбор методов и приемов организации детской деятельности.

В настоящее время программа «Хочу вырасти счастливым!» продолжает реализовываться в дошкольных образовательных учреждениях города Новочебоксарска. Накопленный опыт реализации программы, расширил направления поиска эффективных форм и методов работы. Актуальным итогом данного поиска явилась разработка и ежегодное проведение городского интеллектуально-спортивного марафона «Я расту здоровым и счастливым!» среди воспитанников подготовительных к школе групп. Целью этого масштабного мероприятия является развитие здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений, основанной на конструктивной интеграции интеллектуального, физического, творческого потенциала воспитанников. В первом интеллектуально-спортивном марафоне (2011–2012 учебный год) приняло участие 22 команды, в 2012–2013 учеб-

ном году – 29 команд, в 2013–2014 учебном году – 30 команд, в 2014–2015 учебном году – 32 команды. Рост числа участников интеллектуально-спортивного марафона и учреждений, реализующих программу «Хочу вырасти счастливым!», говорит об эффективности выбранных форм организации работы, основанных на взаимосвязи образовательной, развивающей, профилактической и оздоровительной деятельности, с активной позицией самих воспитанников. Специалисты образовательных учреждений отмечают высокий познавательный интерес, эмоционально-личностную мотивацию детей к занятиям программы, к участию в интеллектуально-спортивном марафоне.

### *Список литературы*

1. Хочу вырасти счастливым. // Учебно-методическое пособие к программе по выработке навыков здорового образа жизни и по профилактике употребления психоактивных веществ (для работы с детьми 6–7 лет). Чебоксары, ЧРИО, 2005 г.
2. Родионов В., М. Ступницкая. Программа «Здоровье и социальные навыки» /библиотека газеты «Школьный психолог».