

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Тухватова Гульшат Айратовна

воспитатель

МБДОУ «Тураевский детский сад «Карлыгач»

с. Тураево, Республика Татарстан

ПОНЯТИЕ «ЗДОРОВЬЕ» И «ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ДОУ»

Аннотация: в статье поднимаются вопросы здоровьесберегающей деятельности ДОУ, рассматривается физическое воспитание как эффективное средство сохранения и укрепления здоровья детей и улучшения их физического развития.

Здоровье – понятие комплексное. Оно зависит от социально–экономического положения детей, экологической обстановки в местах их проживания, качества питания, медицинского обслуживания, профилактической работы с детьми медиков и педагогов, системы оздоровительных учреждений. Известно, что Всемирная организация здравоохранения определяет здоровье «как состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только как отсутствие болезней и физических дефектов». Данная формулировка справедливо критикуется за идеализацию цели, субъективное понимание благополучия, статичность в рассмотрении здоровья и абсолютизацию полного благополучия, которое ведет к уменьшению напряжения организма и его систем, а значит, и к снижению сопротивляемости и предпосылке нездоровья. Некоторые исследователи видят в здоровье реализацию специфических способностей человека к проявлению резервов организма, к устойчивости, к сопротивлению, самосохранению и саморазвитию. Очевидно, что формирование таких способностей у подрастающего поколения становится на сегодняшний день одной из самых приоритетных задач в практической деятельности российских педагогов. Научить бе-

речь свое здоровье, вести здоровый образ жизни – задача родителей и образовательных учреждений. Это может выражаться через непосредственное обучение детей элементарным приемам здорового образа жизни (профилактическим методикам – оздоровительная, пальчиковая, дыхательная гимнастика, самомассаж и др.); привитие детям элементарных навыков гигиены (мытьё рук, использование носового платка при чихании и кашле и т.д.); через здоровьеразвивающие технологии процесса обучения и развития с использованием физкультминуток и подвижных перемен; проветривания и влажной уборки помещений; ароматерапии, витаминотерапии; функциональной музыки; чередование занятий с высокой и низкой активностью; через специально организованную двигательную активность ребенка (занятия оздоровительной физкультурой, подвижные игры); в процессе реабилитационных мероприятий (фитотерапия, ингаляция, лечебная физкультура); массовых оздоровительных мероприятий (тематические праздники здоровья, выход на природу); а также в работе с семьей, с педагогическим коллективом.

Здоровьесберегающая деятельность ДОО включает целую систему. Данная система может быть представлена в виде следующих разделов:

1. Комплексная медико–психологическая и педагогическая оценка уровня физического развития и здоровья детей, которая включает в себя диагностические мероприятия по оцениванию и отслеживанию состояния здоровья воспитанников детского сада различными специалистами.

2. Лечебно–оздоровительная работа охватывает направления оздоровления и закаливания через комплекс мероприятий.

3. Физкультурно–развивающая работа с детьми раскрывает комплекс физкультурных мероприятий, различные типы специально организованных видов деятельности.

4. Психолого–педагогическая деятельность выделяет систему организации психологической поддержки детям методами и приёмами создания благоприятного эмоционально–психологического климата.

5. Здоровьесберегающие компоненты в организации образовательного процесса.

6. Ресурсное обеспечение здоровьесберегающей деятельности в детском саду.

Физкультурно–развивающая работа

Только при систематическом и научно обоснованном подходе физическое воспитание становится эффективным средством сохранения и укрепления здоровья детей, улучшения их физического развития.

Физкультурно–оздоровительная работа с детьми осуществляется через различные типы специально организованных видов деятельности, где применяются личностно–развивающие технологии, интегрированные формы организации двигательной деятельности. Физкультурные занятия как важнейшая форма физкультурно–оздоровительной работы предполагают учет функционального состояния здоровья каждого ребенка и уровня его подготовленности. Строятся на содержании, предусмотренном программами, реализуемыми учреждением.

Цель физкультурной работы – формирование двигательной сферы и создание психолого–педагогических условий развития здоровья детей на основе их творческой активности.

Охрана жизни и здоровья детей является одним из важнейших направлений работы дошкольного учреждения. В систему оздоровления как непереносимое условие входит внимательное отношение к здоровью детей, всех сотрудников. Для наиболее эффективной организации здоровьесберегающих мероприятий в должностную инструкцию и воспитателей, и специалистов детского сада должны быть внесены должностные обязанности оздоровительной направленности. Одним из главных требований к использованию средств является системное и комплексное применение в виде занятий с использованием профилактических методик; с применением функциональной музыки; аудиосопровождение занятий, с чередованием занятий с высокой и низкой двигательной активностью; в виде реабилитационных мероприятий; через массовые оздоровительные меро-

приятия, спортивно–оздоровительные праздники, тематические праздники здоровья; выход на природу, экскурсии, через здоровьеразвивающие технологии процесса обучения и развития в работе с семьей с целью пропаганды здорового образа жизни в системе организационно–теоретических и практических занятий в родительских лекториях, в работе с педагогическим коллективом как обучение педагогического коллектива в условиях инновационного образовательного учреждения.

Список литературы

1. Электронный ресурс: Использование здоровьесберегающих технологий в коррекционно-педагогическом процессе Режим доступа:
<http://lib.tr200.net/v.php?id=174018&sp=1>.