

Статья

Здоровьесберегающие технологии для детей 4-5 лет

Аннотация. Автор статьи остановил своё внимание в этой публикации на здоровьесберегающих технологиях для детей 4-5 лет. В статье представлено бесценное значение ведение человеком здорового образа жизни, понимание, о чём должно быть выработано у ребёнка ещё в раннем возрасте на основе введения здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс ДОО. Автор раскрывает возможность того, как при помощи здоровьесберегающих технологий можно выработать у детей 4-5 лет основы здорового образа жизни.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, дошкольный возраст, здоровьесберегающие технологии.

В настоящий момент содружество наук валеологии и педагогики выработало опыт воспитания нужных знаний, умений и навыков здорового образа жизни у детей дошкольного возраста в учебном заведении (В.Г. Алямовская, К.Л. Казаковцева, М.Л. Лазарев, Л.Г. Татарникова и др.). Однако, несмотря на повышенный интерес к данной теме и на разработанные здоровьесберегающих технологий для дошкольников, на сегодняшний день по-прежнему отмечается общее противоречие между потребностью общества в здоровой и физически активной личности и недостаточностью разработанностью методических и практических аспектов по применению эффективных здоровьесберегающих технологий для детей дошкольного возраста. Вышеназванное противоречие обуславливает рассмотрение проблемы нашей статьи: какие можно использовать эффективные здоровьесберегающие технологии для детей 4-5 лет. Тем более, что данный вопрос важен и актуален.

«Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» ясно указывает на то, что физическое воспитание, формирование культуры здоровья и основ здорового образа жизни представляют на сегодняшний день одно из значимых направлений развития и воспитания подрастающего поколения. Уже даже публикация данного документа на государственном уровне указывает на актуальность рассматриваемого нами вопроса, тем более на формирование крепкого здоровья ребёнка существенное значение оказывают здоровьесберегающие технологии.

В сфере укрепления физического здоровья дошкольников наше государство, и в первую очередь – система образования уделяют первостепенное значение этому здоровьесберегающему компоненту.

Таким образом, актуальность данного вопроса обусловлена, прежде всего, тем, что необходимо, чтобы дошкольник в этот период смог получить такие знания, которые

позволяли бы ему сформировать бережное отношение к своему здоровью, чтобы общество смогло получить гармонически развитую, здоровую личность.

Цель данной статьи: уяснение сущности здоровьесберегающих технологий для детей 4-5 лет через осознание нужности, обязательности и важности проведения здоровьесберегающих технологий для современных детей данной возрастной категории систематично и целенаправленно.

В соответствии с Законом «Об образовании в РФ», подчеркнём эту важную и значимую мысль ещё раз, здоровье детей, особенно дошкольного возраста, относится к приоритетным и первостепенным направлениям государственной политики в сфере образования [1]. Поэтому перед каждым воспитателем ДОО возникают насущные вопросы о том, каким образом, наиболее результативно следует провести организацию воспитательно-образовательный процесса, чтобы он не наносил вред здоровью дошкольников? И вот тут-то на помощь педагогу призваны прийти здоровьесберегающие технологии.

Структура основной образовательной программы дошкольного образования первый раз в ГОС ДО образовательная область «Здоровье» представлена как самостоятельная ветвь, которая наделена существенной целью, направленной на образование исходных понятий о здоровье [3]. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования направил внимание учебных организаций на первоочередную задачу, призванную охранять жизнь и укреплять здоровья дошкольников, как в психическом, так и в физическом плане. [3].

Хотя в настоящее время не существует единой общепринятой трактовки термина «здоровье-сберегающих технологий», и у каждого автора определены по-своему, но одно можно сказать твёрдо и убеждённо, с чем трудно не согласиться: Н.К. Смирнов, как основоположник определения «здоровьесберегающие образовательные технологии» заявлял, что их можно рассматривать как технологическую базу здоровьесберегающей педагогики, как комплекс форм и методов организации обучения детей без ущерба для их здоровья, как качественную характеристику любой педагогической технологии по критерию ее воздействия на здоровье ребенка и воспитателя [5, с. 43]

Можно выделить следующие виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании, как: медико-профилактические; физкультурно-оздоровительные; технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка; здоровьесбережения и здоровьесобогащения педагогов дошкольного образования; валеологического просвещения родителей; здоровьесберегающие образовательные технологии в ДОО [4, с. 132].

Для эффективной работы в запланированном направлении следует создать необходимые условия: оборудовать физкультурный и музыкальный залы, спортплощадку, что придаст ускорение реализации физкультурно-оздоровительных технологий, на которой полезно оборудовать «Дорожку здоровья», которая имеет разную фактуру (песок, трава, галька, крупные и мелкие камешки, деревянные бруски, спилы, сено) для стимулирования активных точек стоп [6, с.127]. Но главное акцент следует направить на реализацию современных здоровьесберегающих технологий.

Реализации медико-профилактической технологии могут помочь такие методы и способы, как:

а) игровые. В частности, при помощи организации игры «Поможем Мойдодыру» можно уточнить представления дошкольников о предметах личной гигиены. Игра «Азбука здоровья» поможет систематизировать представления детей о здоровье и здоровом образе жизни. Бытовая игра «Вымоем куклу» закрепит знания о предметах личной гигиены для мытья и умывания, последовательность действий, будет способствовать формированию привычки к опрятности.

б) образовательные. Прививать дошкольникам чувство личной ответственности за свое здоровье; формировать культуру здорового образа жизни; воспитывать негативное отношение к вредным привычкам стоит на занятии НОД, например: «Час здоровья. Простые правила».

в) наглядные. Провести закрепление понятия о вредных продуктах и углубление знаний о том вреде, которые организму человека наносят вредные продукты можно путём проведения слайд-репортажа «Жертвы гамбургеров».

Резюмируя всё вышесказанное, мы пришли к выводу, что основой на данном этапе служат еженедельные познавательные, физкультурные и интегрированные занятия, партнерская совместная деятельность педагога и ребенка в течение дня. Целью оздоровительной работы в ДОО является создание устойчивой мотивации дошкольника в сохранении своего собственного здоровья и здоровья окружающих.

Список использованной литературы

1. Федеральный закон Об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012 N 273-ФЗ (последняя редакция 2019) [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.consultant.ru>
2. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года. – URL: <https://legalacts.ru/doc/rasporjazhenie-pravitelstva-rf-ot-29052015-n-996-r>
3. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования [Электронный ресурс]. – URL: <http://nsportal.ru/detskiy-sad/upravlenie-dou/2014/12/09/prikaz-ot-17-oktyabrya-2013-g-n-1155-ob-utverzhenii>
4. Воспитание ценностей здорового образа жизни у детей 3-7 лет: планирование, занятия, игры / авт. - сост. М. Р. Югова. – Волгоград: Учитель, 2015. – 410 с.
5. Смирнов, А.Н. Здоровый образ жизни и безопасность человека – 2014. – № 9. – С. 43 – 44.
6. Лободина, Н.В. Здоровьесберегающая деятельность. Планирование, рекомендации, мероприятия / Н.В. Лободина. - М.: Учитель, 2019. - 205 с.