

СОЗДАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СИСТЕМЫ В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ КАК УСЛОВИЕ ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ



Куксова Нина Александровна,
*старший преподаватель
кафедры педагогики,
психологии и частных методик
государственного учреждения
дополнительного образования
взрослых «Витебский областной
институт развития образования»*

СИСТЕМА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ – УСЛОВИЕ ВЫСОКОГО УРОВНЯ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

В данной статье излагаются современные подходы, раскрыты основные требования к созданию прочной здоровьесберегающей системы жизнедеятельности детей дошкольного возраста. Определены цели, выделены задачи, принципы построения комплексной образовательной системы. Представлены структурированные блоки системы здоровьесбережения.

От состояния здоровья, его фундамента, заложенного в детстве, во многом зависит, какой будет жизнедеятельность человека в будущем. Поэтому защита, сохранение и развитие здоровья ребенка – одно из главных стратегических направлений современного дошкольного образования. В процессе поиска путей повышения качества дошкольного образования без ущерба для здоровья детей не могут оставаться без внимания вопросы физического воспитания, формирования физической культуры и становления здорового образа жизни, которые рассматриваются как целостная здоровьесберегающая система образовательного процесса.

Здоровьесберегающая среда в дошкольном учреждении рассматривается как единая, целостная система взаимодействия всех участников образовательного процесса, способствующая здоровьесформированию и здоровьесобеспечению. В целом здоровьесберегающая деятельность представляет собой комплексную образовательную систему, направленную на формирование и развитие культуры здоровья.

Таким образом, образовательный процесс требует наличия комплексной системы оздо-

ровления, индивидуализации воспитания, обучения и развития на базе здоровьесберегающей деятельности.

С учетом значимости формирования культуры здоровья воспитанников, педагогическому коллективу учреждения дошкольного образования следует концептуально подходить к созданию прочной здоровьесберегающей системы жизнедеятельности, учитывая основные современные подходы:

- лично ориентированное образование с установкой на субъект-субъектное взаимодействие, с опорой на зону ближайшего и актуального развития;
- комплексно-интегрированный подход к решению оздоровительных, образовательных, развивающих, воспитательных задач;
- построение гибкого распорядка дня на основе запросов и возможностей каждого ребенка с акцентом на воспитательном компоненте;
- индивидуализация режимных процессов с учетом определения зоны здоровья;
- введение оздоровительного компонента в содержание образования;

- валеологизация образовательного процесса (переход к природосообразности построения здоровьесберегающего процесса);

- обеспечение непрерывности в формировании ЗОЖ;

- направленность медико-психолого-педагогической поддержки развития ребенка на критерий «здоровьесберегаемость».

Выделенные подходы дают возможность дошкольному учреждению сконцентрировать основное внимание на следующих группах требований к построению здоровьесберегающей системы.

1. Эколого-гигиенические требования к обеспечению здоровьесберегающего процесса включают:

- выполнение санитарных норм и гигиенических правил в образовательном процессе и распорядке дня;

- наличие в распорядке дня жизнедеятельности ребенка разных видов режимов: воздушного, теплого, температурного, водного, двигательного, светового, цветового; режимов прогулок, сна, питания, закаливания, отдыха и т.д.;

- создание безопасной среды жизнедеятельности (экологической, технической и др.).

2. Эстетические требования к обеспечению здоровьесберегающего процесса дают возможность:

- привести в соответствие с государственными стандартами мебель, игрушки, наглядно-дидактическое оборудование: внешний вид (форма, цвет, величина);

- рационально спланировать, целесообразно разместить, расположить предметы в образовательной среде;

- оформить интерьер групповых и других помещений в учреждении с учетом цветовой гаммы, ее сочетания; скомпоновать игровые комплекты в пространственной среде;

- использовать музыкальное сопровождение жизнедеятельности ребенка;

- сопровождать обучение, воспитание и развитие разными жанрами искусства.

3. В центре психолого-педагогических требований к обеспечению здоровьесберегающего процесса находятся:

- гуманизация форм и стиля общения между педагогом и ребенком (уважение детской личности, взаимопонимание, сотрудничество с ребенком, учет его интересов и желаний, доброжелательность);

- психологическая безопасность и эмоциональное благополучие (психологический комфорт);

- проведение психогигиенических и терапевтических мероприятий по профилактике утомления и снятия нервного напряжения;

- разнообразие форм, структуры, содержания, методик, технологий организации и проведения занятий; чередование видов деятельности, способов организации, их динамика, выполнение двигательного режима, организация занятий по подгруппам; игровая, диалоговая форма обучения;

- обеспечение баланса между занятиями, регламентированной деятельностью и свободным временем ребенка.

- правильное чередование разных видов деятельности по их содержанию и длительности (рациональное использование времени детей);

- нормирование умственной и физической нагрузки (на занятиях, в разных видах детской деятельности, в течение дня, недели);

- наличие высокого уровня комфортной, стимульно-развивающей образовательной среды (вариативность, многофункциональность, динамичность сменяемости предметно-игровой среды; достаточное место для физкультурного, двигательного-игрового оборудования);

- технологическое сопровождение развития детей (обучение детей по здоровьесберегающим технологиям нового поколения);

- взаимодействие педагогов и специалистов (скоординированность планов);

- система эффективного планирования;

- обеспечение индивидуального, дифференцированного подхода к работе с семьями воспитанников;

- использование активных форм и интерактивных методов в обучении родителей и повышение их психолого-педагогической культуры;

- наличие системы преемственности между учреждением дошкольного образования и начальной школой в подготовке ребенка к школе;

- широкое использование разных форм активного отдыха в годовом, месячном, недельном, дневном циклах образовательной работы;

- индивидуализация и оптимизация двигательного режима с учетом гендерного подхода;

- создание прочной системы приобщения детей к ЗОЖ и формирования культуры здоровья.

Проектируя в дошкольном учреждении здоровьесберегающую систему, педагогу предстоит обратиться к главной цели, в которой в рамках позитивного сотрудничества с семьей необходимо создать медико-психолого-педагогические условия для развития здоровья детей на основе их творческой активности, способствующей культивированию осмысленного отношения к ценностям здоровья при использовании развивающего потенциала образовательной-оздоровительной среды.

Охрана жизни и укрепление здоровья детей, целостное и гармоничное развитие личности на основе комплексного подхода к решению задач физического, умственного, нравственного, трудового, эстетического воспитания и развития в соответствии с возрастными, индивидуальными психофизиологическими особенностями, возможностями и потребностями при интеграции образовательных областей и разнообразных видов деятельности выступает как главная задача.

Для качественной реализации образовательного процесса важным является выделение следующей группы задач, способствующих здоровьесбережению:

- формирование мотивационной сферы гигиенического поведения, безопасной жизни ребенка; повышение качества физического воспитания;
- обеспечение физического и психического саморазвития;
- формирование у воспитанника позиции признания ценности здоровья;
- формирование привычки к здоровому образу жизни и становление культуры здоровья;
- повышение и стабилизация умственной и физической работоспособности детей дошкольного возраста.

Как показывают научные исследования, в основе здоровьесберегающей системы лежат принципы, которые должны находиться в центре внимания каждого педагога:

- принцип научности – подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методами;
- принцип активности и сознательности – участие всего коллектива учреждения в поиске новых эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению взрослых и детей;
- принцип комплексности и интегративности – решение оздоровительных задач в системе

всего образовательного процесса и всех видов деятельности;

- принцип адресованности и преемственности – поддержание связей между возрастными категориями, учет развития и состояния здоровья;
- принцип результативности и гарантированности – реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительного развития ребенка.

При построении образовательного процесса необходимо опираться на следующие структурированные блоки системы здоровьесбережения.

Блок 1 представлен как здоровьесберегающая образовательная среда с наличием:

- современной материально-технической базы оздоровительных эколого-гигиенических условий;
- безопасного психологического климата;
- личностно ориентированной образовательной модели;
- предметно-развивающего пространства;
- современных средств обучения;
- физкультурных центров;
- спортивных площадок;
- гибкого распорядка дня;
- индивидуализации и дифференциации режимных процессов.

Блок 2 включает рациональную организацию и содержание образовательного процесса:

- комплексная система планирования;
- модели учебных занятий;
- разнообразие форм, структуры, содержания, видов деятельности, способов организации и проведения здоровьесберегающей учебной деятельности;
- нормирование умственной и физической нагрузки, индивидуализация и дифференциация программного материала, способов и средств обучения;
- вариативность, многофункциональность, динамичность сменяемости предметно-игровой среды, своевременная смена видов деятельности;
- использование методов, методик, технологий, адекватных возрастным и индивидуальным возможностям, способностям и потребностям и т.п.

Блок 3 содержит организацию индивидуально-ориентированного двигательного режима:

- наличие этапов педагогического процесса и соответствующих двигательных мини-площадок по интересам, тропинок мобильности, гимнастических, спортивных центров,

уголков тяжелой атлетики, акробатики, физкультурной лаборатории и др.;

- включение подвижных игр, различных видов занятий физическими упражнениями, игровых комплексов, спортивных игр и упражнений по интересам;

- решение двигательных задач, задания на двигательное творчество, индивидуальная коррекционно-развивающая работа, самостоятельная двигательная деятельность по спортивным интересам, двигательным способностям и др.

Блок 4 охватывает деятельность по проектированию физкультурно-оздоровительной работы в направлении повышения результативных возможностей организма, его адаптивности к неблагоприятным внешним воздействиям:

- оптимальная индивидуальная двигательная активность, оздоровительные режимы, комплекс мероприятий на предупреждение и снятие усталости и перегрузок, разные формы и виды организованной самостоятельной двигательной деятельности, оздоровительные технологии на физкультурных занятиях и в других видах деятельности. А также планирование лечебно-профилактической, коррекционно-развивающей работы, динамических пауз, физкультурминут, оздоровительной физкультуры с использованием тренажеров, плавания в бассейне, оздоровительных гимнастик и т.п.

Блок 5 направлен на организацию системы деятельности по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни, который представляет собой поэтапное становление культуры здоровья:

- когнитивный, ценностно-отношенческий, деятельный, мотивационно-потребностный этапы способствуют систематическому и последовательному получению востребованной здоровьесформирующей информации, выработке навыков работы с ней, активному включению в процесс освоения норм и правил здорового поведения;

- этапы обеспечивают стремление к участию в разнообразных ежедневных делах по укреплению здоровья и фиксацию достижений в словесной, практической и продуктивной деятельности.

В формировании навыков здорового образа жизни особое место занимают оздоровительные технологии, которые распределены по группам. Среди них выделена технология сохранения и стимулирования здоровья. К ней относятся динамические паузы, оздоровительный час (элементы оздоровительных гимнастик, аромофитотерапия и другие виды терапии; оздоровительный сон на музыкальном фоне, психогимнастика, музыкаль-

ная пауза), подвижные и спортивные игры, пальчиковая, дыхательная, звуковая гимнастика, гимнастика для глаз и формирования правильной осанки, свода стопы ног. В структуру технологии обучения здоровому образу жизни включены методы игрового самомассажа для рук, глаз, стопы и других участков тела, игротренинги, игротерапия, метод релаксации. Особое место занимает в распорядке дня комплекс процедур по охране и укреплению зрения: зрительные паузы, самомассаж глаз, зрительная гимнастика, тренировочные упражнения для глаз. Наличие зрительных цветовых ориентиров-тренажеров (схем) в групповом пространстве для упражнений и снятия утомления. С целью укрепления осанки используются разнообразные тренажеры-аппликации: «Елочка на стене», «Ладочки прыгают и скачут по стене», «Стопы-топотушки весело шагают», силуэты которых прикрепляются на свободную стенку с учетом роста детей. Третью группу оздоровительных технологий составляют коррекционные технологии: фонетическая ритмика, логоритмика, цветотерапия, психогимнастика, сказкотерапия, арттерапия, коррекционная гимнастика для осанки и свода стопы, упражнения и игры с массажерами и в сухом бассейне (рефлексотерапия, профилактика плоскостопия).

Блок 6 ориентирует на моделирование целостной системы методической учебы педагогических кадров, ключевыми приоритетами которой являются:

- повышение научно-методической информированности в области здоровьесбережения, расширение здоровьесберегающих компетенций в рамках интерактивного обучения и самообразования;

- развитие в педагогическом коллективе инновационной практики;

- создание, адаптирование, внедрение гуманно-ориентированных образцов педагогического опыта;

- освоение и внедрение методик, технологий по здоровьесбережению, реализации индивидуального маршрута развития ребенка и становление субъектности.

Заключение. Планируя пошаговую операциональную деятельность, педагоги дошкольного учреждения смогут обеспечить комплексность в решении задач по сохранению и укреплению здоровья, формированию у воспитанников культуры здорового поведения и успешно реализовать спроектированную здоровьесберегающую систему.