

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»
БАЛАШОВСКИЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)**

Кафедра дошкольного и начального образования

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

**СОВРЕМЕННАЯ ПРАКТИКА ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ ПО
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЮ ДОШКОЛЬНИКОВ**

студентки 5 курса 54 группы
направления подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование,
профиля «Психология и педагогика дошкольная»,
Психолого-педагогического факультета
Румянцевой Ольги Рудольфовны

Научный руководитель
зав кафедрой ДиНО,
кандидат педагогических наук,
доцент _____

(подпись)

Е.А. Казанкова

Зав. кафедрой ДиНО,
кандидат педагогических наук,
доцент _____

(подпись)

Е.А. Казанкова

Балашов 2020

Введение. Актуальность проблемы по здоровьесбережению дошкольников не теряет своей остроты ни в прошлом, ни в настоящем времени.

Современное развитие России связано с модернизацией в сфере образования и предусматривает разработку принципиально новых условий для свободного развития всех резервов физического и духовного становления личности, стимулируя ценностное отношение к своему здоровью, формирование здоровьесберегающего поведения, создание здоровьесберегающей среды, в основе которой лежит здоровый образ жизни. Следовательно, задача укрепления и сохранения здоровья детей в период дошкольного возраста является необходимым условием их разностороннего развития и обеспечения нормальной жизнедеятельности растущего организма.

Дошкольный возраст – важнейший период в развитии ребенка, поэтому актуальным становится формирование здоровьесберегающего поведения дошкольников, включающее установку на здоровый образ жизни, развитие физических, социальных и личностных потенциалов ребенка, формирование умений и поведенческих особенностей здоровьесбережения с учетом индивидуальных возможностей каждого.

Важность проблемы укрепления и сохранения здоровья дошкольников обусловлена еще и тем, что этот период постепенной подготовки ребенка к систематическому обучению в школе. От состояния здоровья, достигнутого уровня физического и психического развития, во многом зависит успешность обучения, работоспособность и адаптация ребенка к школьным нагрузкам.

Правительство Российской Федерации, Министерство образования и науки РФ придают большое значение вопросу охраны и укрепления здоровья детей. Здоровьесбережение является актуальным, так как решать вопросы всестороннего развития дошкольника можно только тогда, когда воспитанники не болеют, они здоровы.

Пересмотр традиционных воззрений на природу детского развития - характерная черта нашего времени, в силу существенных обстоятельств за последнее десятилетие акценты в общественном сознании коренным образом сместились. Из объекта воздействий ребенок перешел в разряд субъектов, активно участвующих в своем развитии, обладающих неповторимой индивидуальностью, являющимися носителями личностного начала.

Актуальность работы определяется рядом существующих противоречий между:

- потребностью общества, заинтересованного в воспитании здоровой личности, с одной стороны, и резким ухудшением состояния здоровья подрастающего поколения, с другой;

- потребностью в технологиях формирования представлений о здоровом образе жизни и умений, навыков здорового образа жизни, применения здоровьесберегающих технологий в организации работы по здоровьесбережению детей в современных условиях ДОО.

На основании выделенных противоречий и проблемы была сформулирована тема исследования «Современная практика организации работы по здоровьесбережению дошкольников».

Цель исследования: выявить специфику организации работы по здоровьесбережению детей в ДОО, разработать и внедрить в практическую деятельность педагогов конспекты мероприятий с использованием здоровьесберегающих технологий для дошкольников.

Задачи исследования:

- Изучить современные проблемы сохранения здоровья детей дошкольного возраста;

- Рассмотреть систему здоровьесбережения в ДОО;

- Выявить специфику использования здоровьесберегающих и здоровьесозидающих технологий в условиях ДОО;

- Разработать систему мероприятий направленных на здоровьесбережение детей дошкольного возраста.

Предмет исследования: Особенности здоровьесбережения детей в условиях современного ДОУ.

Объект исследования: Образовательный процесс ДОУ.

В основу исследования положена следующая **гипотеза исследования:** работа по сохранению и укреплению здоровья детей в ДОУ будет эффективной, если носит системный, целенаправленный и организованный характер.

Практическая значимость работы: разработанные конспекты мероприятий с использованием здоровьесберегающих технологий успешно внедрены в работу педагогов ДОУ, в котором проходила производственная практика студента.

Методы исследовательской деятельности:

- анализ научной и методической литературы по проблеме исследования;

- внедрение в работу ДОУ здоровьесберегающих и здоровьесозидающих технологий.

Структура работы: работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников и приложений.

Основное содержание работы. В первой главе работы «Теоретические основы здоровьесбережения дошкольников» дан структурированный анализ понятия «здоровье», «здоровьесбережение», «здоровьесберегательные технологии», «система здоровьесбережения». В отечественных исследованиях, посвященных изучению педагогике здоровья, здоровьесбережения и здоровьесохранения (Смирнов Н.К., Егоров Б.Б., Татарникова Л.Г., Иванова С.С., Маханева М.Д. и др.) изучались особенности организации работы по здоровьесбережению. Важность работы по сохранению и укреплению здоровья детей закреплена в нормативно-правовых документах (Всемирная организация здравоохранения, Конвенция о правах ребенка (ст.6), Федеральный государственный образовательный

стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО) от 17 октября 2013 года, Федеральный Закон «Об образовании в РФ» и др.)

Теоретический анализ научно-методической и практико-ориентированной литературы позволил определить ряд проблем, связанных со здоровьем детей дошкольного возраста:

- социально-экономические изменения в стране;
- рост социальных болезней, таких как: туберкулез, алкоголизм, наркомания ведет к инвалидизации взрослого населения и появлению нездорового потомства;
- ухудшение экологической обстановки, высокий уровень заболеваемости родителей (особенно матерей)
- психолого-педагогические и медицинские проблемы. Также значительно ухудшилось за последние годы психическое здоровье детей в нашей стране.

Из всего вышеизложенного можно сделать вывод, что заниматься здоровьем нужно с рождения, и задача ДОО сохранять, укреплять и улучшать здоровье детей. Поэтому здоровьесберегающая система в современных условиях дошкольного образовательного учреждения - одно из условий обеспечения качества дошкольного образования (Макаренкова Г.Г.), система мер по охране и укреплению здоровья детей. В данной главе представлена не только система здоровьесбережения, применяемая в ДОО, но и принципы ее построения. Система здоровьесбережения в ДОО состоит из здоровьесберегающей и здоровьесозидающей деятельности. К здоровьесберегающей деятельности относятся следующие мероприятия: организация питания, создание санитарно-гигиенических условий, создание безопасного образовательного пространства, создание предметно-пространственной среды, обеспечение психологической безопасности и эмоционального благополучия всех участников педагогического процесса. К здоровьесозидающей деятельности относят: закаливание, физкультурно-оздоровительную работу, лечебно-профилактическую работу, организацию

режимных моментов, внедрение оздоровительных технологий в образовательный процесс, познавательные занятия валеологического и экологического направления.

Чтобы эффективно работала здоровьесберегающая система в ДОО, в образовательный процесс внедряют здоровьесберегающие технологии.

Здоровьесберегающая технология – это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития. В ДОО применяются следующие виды здоровьесберегающих технологий:

1. Медико-профилактические
2. Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка
3. Физкультурно-оздоровительные
4. Здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду
5. Технологии валеологического просвещения родителей
6. Здоровьесбережение и здоровьеобогащение педагогов дошкольного образования.

Каждому виду технологии дана подробная характеристика с описанием задач и конкретных мероприятий, на которые они направлены.

Медико-профилактические технологии направлены на сохранение здоровья детей в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств.

Технологии социально - психологического благополучия ребёнка – технологии, обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребёнка-дошкольника.

Физкультурно-оздоровительные технологии в дошкольном образовании – технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка: развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников,

осуществляющиеся специалистами по физическому воспитанию и воспитателями ДОУ.

Здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду – это прежде всего технологии воспитания валеологической культуры и культуры здоровья дошкольников.

Технологии валеологического просвещения родителей – информационно-просветительская деятельность по формированию у родителей здорового образа жизни как ценности, знакомство родителей с различными формами работы по физическому воспитанию, информирование о состоянии здоровья и физическом развитии ребенка; привлечение родителей к участию в различных совместных физкультурно-массовых мероприятиях.

Технологии здоровьесбережения и здоровьесобогащения педагогов. Работа по сохранению здоровья педагогов ведется по разным направлениям, это и участие педагогов в различных физкультурно-массовых мероприятиях, семинарах, практикумах, обсуждение и консультирование на педагогических советах, посещение конференций, семинаров по проблемам здоровьесбережения и профессиональной компетенции педагогов.

К физкультурно-оздоровительным мероприятиям относятся:

- Традиционные (НОД, подвижные и спортивные игры, самостоятельная двигательная деятельность, физминутки и динамические паузы, различные виды гимнастик, физкультурно-массовые мероприятия)
- Нетрадиционные (ритмопластика, игровой стретчинг, степаэробика, фитболаэробика и др.)
- Оздоровительные (прогулки, занятия в бассейне, закаливающие процедуры).

Итак, образовательное пространство дошкольного учреждения создает оптимальные условия для формирования здоровьесберегающего поведения, мотивируя детей к здоровому образу жизни, пониманию важности активных действий для сохранения и укрепления здоровья. А все мероприятия, виды

деятельности, вся работа по воспитанию и развитию детей в дошкольной образовательной организации должна строиться в соответствии с принципами здоровьесбережения и здоровьескрепления подрастающего поколения.

Вторая глава работы «Практические аспекты использования здоровьесберегающих технологий» представлена анализом мониторинга здоровья детей, который проводится в ДОУ, также в практической части мы предлагаем комплекс конспектов различных мероприятий с использованием здоровьесберегающих технологий, используемых в разной деятельности детей, в разных режимных моментах. Мониторинг здоровья — это система сбора, обработки, хранения и распространения информации о состоянии психического и физического здоровья дошкольников с целью создания банка информации для того, чтобы наметить перспективу, определить деятельность разных специалистов для сохранения и улучшения показателей здоровья воспитанников в разных аспектах образовательного процесса. Мониторинг здоровья дошкольников проводит целая служба здоровья. Служба здоровья образовательного учреждения – организационная форма взаимодействия специалистов образовательного учреждения по обеспечению условий для сохранения и укрепления здоровья всех участников образовательного процесса, развития культуры здоровья и на ее основе формирования здорового образа жизни.

Система мониторинга здоровья дошкольника включает в себя три основных аспекта: медицинский, психологический, педагогический.

Каждый из аспектов содержит составляющие, касающиеся вопросов здоровья. Полученные данные от исследований заносятся в специальные диагностические таблицы и листы здоровья, которые отражают уровень физического и психического здоровья детей. Данные мониторинга используются педагогами, специалистами, медицинским персоналом для планирования работы с детьми, так как владея полной информацией о состоянии здоровья каждого ребенка, они могут осуществлять

дифференцированный подход к воспитанникам, своевременно выявлять проблемы в развитии отдельных детей, целенаправленно осуществлять коррекционную помощь нуждающимся детям. В ходе работы были разработаны конспекты различных мероприятий с использованием здоровьесберегающих технологий.

Непосредственно-образовательная деятельность (НОД) – основная форма учебной работы по физическому воспитанию в детском саду. В работе представлен конспект НОД с использованием нестандартного оборудования «Цветы», музыкального сопровождения.

Подвижная игра является неотъемлемой частью жизнедеятельности ребенка, средством всестороннего его развития. Главная ценность подвижных игр заключается в том, что она оказывает комплексное оздоровительное воздействие на организм. В работе представлена авторская подвижная игра «Космос» с использованием нестандартного оборудования «Воротики».

Одной из форм физкультурно-оздоровительной работы является использование различных видов гимнастик.

Утренняя зарядка способствует физическому развитию, укрепляет опорно-двигательный аппарат, значительно улучшает иммунитет, благоприятно влияет на обмен веществ, улучшается работа сердечно - сосудистой и нервной системы. В работе представлена авторская разработка утренней зарядки «Встало солнышко с утра...»

Бодрящая гимнастика – это гимнастика после дневного сна, которая предназначена для устранения последствий сна: вялость, сонливость. Она тонизирует организм, повышая основные процессы жизнедеятельности, мобилизует внимание детей, их собранность и дисциплину, побуждает детей к ведению здорового образа жизни. В работе разработан конспект бодрящей гимнастики «Просыпайся детвора, нам вставать уже пора!» (6 этапов)

Пальчиковая гимнастика – это развитие тонких движений пальцев. Она способствует развитию координации движения пальцев, то есть мелкой

моторики рук, стимулирует работу головного мозга, концентрацию внимания. Представлена авторская разработка пальчиковой гимнастики «Пальчики гуляют».

Дыхательная гимнастика. Дыхательная гимнастика помогает развивать речевой аппарат, дыхательную мускулатуру, повышает иммунитет и помогает предотвратить простудные заболевания. В работе представлен конспект дыхательной гимнастики «Ромашки»

Закаливание – это система оздоровительно-профилактических мероприятий, направленных на сопротивляемость организма ребенка неблагоприятному воздействию окружающей среды. В работе представлена методика «хождение босиком».

Логоритмика – это составляющая трех компонентов – музыки, слов и движения. Представлен конспект логоритмики «Веселые цыплята»

Ритмопластика. Ритмопластика положительно влияет на физическое и психическое здоровье детей. Она укрепляет организм ребенка, улучшает кровообращение и работу органов дыхания, укрепляет мышцы брюшного пресса, мышечный корсет, мышцы верхнего плечевого пояса, формирует правильную осанку, развивает и совершенствует двигательные навыки. В работе представлен авторский конспект из ритмопластики «Барбарики»

Песочная терапия – это метод креативной терапии, который проверен и научно обоснован в области психологии. Анализ песочного творчества способствует раскрытию внутреннего потенциала ребенка, выявляет у него различные психологические травмы и находит пути избавления от них. Игры с песком имеют большое значение для поддержания психического здоровья, развития познавательных процессов, влияют на становление всех сторон личности ребенка, формируют гуманное отношение к людям и всему живому. Представлен авторский конспект НОД с интерактивной песочницей для старшей группы «Прятки с животными».

Одной из форм валеологического просвещения родителей является привлечение их к совместным спортивным физкультурно-массовым

мероприятиям (спортивным досугам, праздникам, развлечениям, соревнованиям). Такие мероприятия популяризируют организацию активного отдыха, занятий физической культуры и спорта, пропагандируют здоровый образ жизни детей и родителей. Представлен авторский конспект физкультурного развлечения с участием родителей «Веселые лягушата»

Все разработанные материалы с успехом прошли апробацию и показали хороший результат в практической деятельности.

Заключение. Дошкольный возраст является тем периодом, когда закладывается фундамент здоровья, основы дальнейшего полноценного физического развития организма, основы личностного становления ребенка, его активности в проявлении жизненной позиции, происходит бурное развитие всех познавательных процессов, формируется мотивационно-потребностная и коммуникативная сферы, самосознание, перестраиваются все психические процессы ребенка и его отношение к окружающему миру. Эти составляющие развития ребенка при правильной организации процесса воспитания и обучения способствуют формированию здорового образа жизни дошкольников.

Правильная организация воспитательно-образовательной и оздоровительной работы предусматривает строгое соблюдение возрастного режима занятий, построение занятий с учетом динамики работоспособности детей, рациональное использование наглядных пособий, обязательное выполнение гигиенических и санитарных требований, предъявляемых к помещениям образовательных учреждений.

Вырастить крепких, здоровых детей - приоритетная задача. И решается она совместными усилиями педагогов, медицинских работников и семьи. Следовательно, создается микроклимат, в основе которого лежит уважение к личности человека, забота о каждом, доверительное отношение между взрослыми и детьми, родителями и педагогами, то есть обеспечивается взаимосвязь физической, психической и социальной составляющих здоровья.

Результатами внедрения здоровьесберегающих технологий в ДОУ являются: сформированные навыки здорового образа жизни воспитанников, педагогов и родителей ДОУ; взаимодействие специалистов ДОУ в организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками; проявление толерантности всех участников внедрения здоровьесберегающих технологий; формирование нормативно-правовой базы по вопросам оздоровления дошкольников и внедрение научно-методических подходов к организации работы по сохранению здоровья детей, а также улучшение и сохранение соматических показателей здоровья дошкольников.

Также нужно отметить, что применение в работе здоровьесберегающих педагогических технологий сохраняет умственную и физическую работоспособность, создает положительный эмоциональный тонус ребёнка; повышает результативность образовательного процесса, что способствует формированию у педагогов и родителей ценностных ориентиров, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей.

Здоровьесберегающие технологии можно рассматривать как одну из самых перспективных систем современности и как совокупность методов и приемов организации обучения дошкольников, без ущерба для их здоровья. Эффективность позитивного воздействия на здоровье детей различных оздоровительных мероприятий, составляющих здоровьесберегающую технологию, определяется не столько качеством каждого из этих приемов и методов, сколько их грамотной встроенностью в общую систему, направленную на благо здоровья детей и педагогов и отвечающую единству целей и задач.

Укрепление здоровья ребенка — это не периодические мероприятия, а идеология воспитания, поведенческая база, которая остается с человеком на всю жизнь. Вся система здоровьесбережения становится эффективной в случае целостного систематического и организованного характера проведения.