

DOI: 10.12731/2218-7405-2015-9-50

УДК 1174

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ: ПРАКТИКО-ОРИЕНТИРОВАННЫЕ АСПЕКТЫ

Пелихова А.В.

В статье рассматривается значение здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании, цели и ожидаемые результаты их реализации.

Целью является описание и разработка базы здоровьесберегающего образования. Проводится теоретический анализ литературы, материалов и документов; анализ основных понятий и терминов исследования, изучение и обобщение опыта педагогов-практиков и педагогов-новаторов. Раскрывается направленность современного образования на сохранение здоровья детей, формирование ценности здорового образа жизни. Разрабатывается нормативно-правовая и научно-теоретическая база реализации здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании. Освещена теория вопроса, понятия, задачи и принципы использования здоровьесберегающих технологий в деятельности педагогов дошкольных образовательных организаций.

Результаты проведенных исследований, выводы и рекомендации по организации занятий полезны для специалистов в области образования в различных образовательных организациях.

Ключевые слова: *здоровье; здоровьесбережение; здоровьесберегающие технологии.*

HEALTHSAVING IN PRESCHOOL EDUCATION: PRACTICE-ORIENTED ASPECTS

Pelihova A.V.

The article discusses the importance of health-technology in preschool education, objectives and expected results of their implementation.

The aim is to describe the development of a database and health-education. A theoretical analysis of the literature, materials and documents; analysis of the basic concepts and terms

of research, study and generalization of experience of teachers, practitioners and educators and innovators. Reveals the direction of modern education in the preservation of the health of children, the formation of values of a healthy lifestyle. Developed legal, scientific and theoretical basis of the implementation of health-technology in preschool education. Illuminated by the theory of matter, the concept, objectives and principles for the use of health-technologies in teachers of preschool educational institutions.

The results of the research, conclusions and recommendations on the organization of classes useful for specialists in the field of education in the various educational institutions.

Keywords: *health; health preservation; technologies will.*

Введение

Воспитание здоровой личности, формирование у детей основ здорового образа жизни и культуры здоровья входит в число приоритетных задач современного образования, определяет актуальность их теоретической и практической разработки, необходимость проведения соответствующих научных исследований и выработку практических рекомендаций. Дошкольный возраст – это важный период формирования личности и закладывания основ физического здоровья. Перед современным дошкольным образованием ставятся очень важные задачи максимального раскрытия в ребенке его самостоятельности, активного деятельного начала, способности к саморазвитию и сохранению высокого уровня физического и психологического здоровья. Целая серия нормативных документов подкрепляет главные задачи современного образования. По данным Всемирной организации здравоохранения и российской Межведомственной комиссии по охране здоровья населения, наибольший рейтинг среди факторов, обеспечивающих здоровье современного человека, составляет направленность личности на здоровый образ жизни, принятие здоровья как ценности, повышение уровня культуры здоровья подрастающего поколения, развитие здоровьесберегающих умений, опыта здоровьесбережения [1]. Таким образом, необходимость разработки и использования здоровьесберегающих технологий определяется социальным заказом общества. Важность работы по сохранению здоровья детей отражена во многих документах международного и отечественного уровня. Статья 6 Конвенции о правах ребенка указывает, что каждый ребенок имеет право на жизнь и здоровое развитие. Концепция дошкольного воспитания также привлекает внимание к проблемам охраны здоровья ребенка: «Дошкольное воспитание сверху донизу должно быть пронизано заботой о физическом здоровье ребенка и его психологическом благополучии». Указ президента РФ «О национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы» содержит раздел

«Меры по развитию политики формирования здорового образа жизни детей и подростков». Данный документ предполагает распространение здоровьесберегающих технологий обучения на все образовательные учреждения, обеспечение доступности занятий физической культурой, туризмом и спортом для всех категорий детей, внедрение инновационных оздоровительных и физкультурно-спортивных технологий в работу образовательных учреждений и организаций.

ФГОС дошкольного образования подчеркивает, что одним из приоритетных направлений в образовании является сохранение и укрепление здоровья детей. В этом процессе принципиальную значимость для развивающейся личности приобретает готовность к сознательному построению своей жизненной стратегии, к творческой деятельности по преобразованию себя, своего здоровья, окружающего мира. Проблема состоит в том, что актуальность и необходимость здоровьесберегающей деятельности в условиях введения ФГОС ДО недостаточно обеспечена нормативно, административно, не определены и не достаточно научно обоснованы необходимые организационные условия и формы в ДОО.

Обзор литературы

В современной науке и практике существует множество определений понятия здоровье. Остановимся на некоторых из них. По определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), «здоровье – это состояние физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов». И.И. Брехман определяет здоровье как «способность человека сохранять соответствующую возрасту устойчивость в условиях резких изменений количественных и качественных параметров триединого потока сенсорной, вербальной и структурной информации».

В.П. Петленко трактует понятие здоровья как состояние равновесия, баланса между адаптационными возможностями человека и постоянно меняющимися условиями среды [3].

В настоящее время проблемой формирования здорового образа жизни занимаются ученые из различных областей знаний: медицины и физиологии (В.Н. Дубровский, Ю.П. Лисицын, Б.Н. Чумаков), психологии (О.С. Осадчук), экологии (А.Ф. Аменд, З.И. Тюмасева) и педагогики (В.Г. Алямовская, Г.К. Зайцев, Ю.Ф. Змановский, М. Лазарев, О.В. Морозова, Т.В. Поштарева, Л.Г. Татарникова, О.Ю. Толстова, О.С. Шнейдер и др.).

Основная часть

Проанализировав литературные источники мы пришли к выводу, что здоровьесбережение в целом, можно определить как создание таких условий образования, при которых имеющийся ресурс здоровья не растрачивается.

«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. Здоровьесберегающая деятельность должна осуществляться как двусторонний взаимосвязанный процесс: не только как результат деятельности педагога по созданию определенных условий для укрепления здоровья, но и в форме самоорганизации и самореализации ребенка [4].

Активная деятельность помогает ребенку чувствовать себя субъектом своего здоровья, формировать ответственность за своё здоровье как частный случай ответственности за свою жизнь. Соответственно, педагоги должны быть подготовлены к такой работе. Такая подготовка включает участие в тренингах, обсуждение и анализ с коллегами типичных ситуаций, проектную работу, посвящённую построению здоровьесберегающего образовательного пространства и другие формы последипломной учебной работы, позволяющие педагогу не только использовать здоровьесберегающие технологии.

На основе теоретического анализа научно-педагогических исследований можно сделать вывод, что индивидуальная здоровьесберегающая деятельность есть совокупность ценностно-потребностных, практически приобретенных и усвоенных знаний, умений, навыков, способов творческой деятельности, направленной на сохранение и приумножение здоровья, проявляющейся в способности формирования индивидуальной стратегии здоровьесбережения.

В качестве основных системных компонентов данной деятельности выделены:

- *когнитивный компонент* (система знаний о здоровье и его составляющих, здоровом образе и стиле жизни, мерах оздоровления и стимулирования резервов здоровья как сложных духовно-личностных и психофизиологических свойствах);
- *ценностно-мотивационный компонент* (ценностные ориентации на здоровье; потребность и готовность активного деятельностного участия в формировании здорового образа и стиля жизни);
- *эмоционально-волевой компонент* (ответственное и позитивное отношение к своему здоровью; чувство радости от ведения здорового образа жизни, настойчивость в достижении цели по сохранению, укреплению и формированию своего здоровья);
- *деятельностно-практический компонент* (творческая деятельность в сохранении и преумножении своего здоровья, самостоятельность в выполнении норм здорового образа жизни и способность к переносу индивидуального опыта здоровьесбережения в повседневную жизнь) [3].

Анализ теоретических исследований и практического опыта позволяет определить некоторые условия повышения эффективности деятельности по реализации здоровьезберегающих технологий:

- наличие представлений о здоровье и активности в способах его сохранения и укрепления;
- наличие положительной социальной позиции по отношению к своему здоровью и здоровью окружающих;
- владение основами гигиенической культуры, навыками самообслуживания;
- умение регулировать свою двигательную активность;
- способность ориентироваться в новой обстановке;
- умение попросить о помощи и оказать ее;
- умение учитывать желания других людей;
- возможность включиться в совместную деятельность со сверстниками и взрослыми;
- умение заявить о своих потребностях в приемлемой форме.

Заключение

Реализация комплекса различных здоровьезберегающих технологий обеспечивает эффективное здоровьезберегающее образование, сохраняющее здоровье каждого ребенка. Область применения результатов: результаты проведенных исследований, выводы и рекомендации по организации занятий полезны для специалистов в области дошкольного образования в различных образовательных организациях.

Список литературы

1. Виленский М.Я. Методологический анализ общего и особенного в понятиях «здоровый образ жизни» и «здоровый стиль жизни» // Теория и практика физической культуры: науч.-практ. журн. 2004. № 11. С. 2-7.
2. Деркунская В.А. Диагностика культуры здоровья дошкольников. – М.: Педагогическое общество России, 2005. 96 с.
3. Кудаланова, Л.П. Структура и особенности становления компетентности в области укрепления здоровья детей дошкольного возраста // Фундаментальные исследования. 2013. № 1. С. 16-20.
4. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей : учебное пособие / Под

общ. ред. Н.В. Сократова. – М.: ТЦ Сфера, 2005. 224 с.

5. Татарникова Л.Г. Педагогическая валеология: Генезис. Тенденция развития. – СПб.: Изд-во «Петроградский и К°», 1995. 352 с.
6. Madzhuga A.G. Pedagogical concept zdoorovesozidayushey function of education Abstract of dissertation for the degree of Doctor of Pedagogical Sciences. – Vladimir: SGMP, 2011.

References

1. Vilensky M.Ya. *The Theory and practice of physical culture*, no. 11, (2004): 2-7.
2. Derkunsкая V.A. *Diagnostika kul'tury zdorov'ya doshkol'nikov* [Diagnostics of culture of health of preschool children]. – Moscow: Pedagogical society of Russia, 2005. 96 p.
3. Kudalanova L.P. *Basic researches*, no. 1, (2013): 16-20.
4. *Sovremennye tekhnologii sokhraneniya i ukrepleniya zdorov'ya detey* [Modern technologies of preservation and promotion of health of children. The manual]. Under the general editorship of N.V. Sokratov. – Moscow: Shopping Center Sfera, 2005. 224 p.
5. Tatarnikova L.G. *Pedagogicheskaya valeologiya: Genезis* [Pedagogicheskaya valueology: Genesis]. Development tendency. – St. Petersburg: Publishing house «Petrograd and Co», 1995. 352 p.
6. Madzhuga A.G. *Pedagogical concept zdoorovesozidayushey function of education* Abstract of dissertation for the degree of Doctor of Pedagogical Sciences. – Vladimir: SGMP, 2011. 72 p.

ДАННЫЕ ОБ АВТОРЕ

Пелихова Анна Валерьевна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры развития дошкольного образования

Челябинский институт переподготовки работников образования
ул. Красноармейская, 88, г. Челябинск, Россия
annet.714@rambler.ru

DATA ABOUT THE AUTHOR

Pelihova Anna Valerevna, Ph.D., assistant professor of early childhood education
Chelyabinsk Institute of Retraining of Education
st. Krasnoarmeyskaya, 88, Chelyabinsk, Russia
annet.714@rambler.ru