

Зеленина С. А.

Дошкольное образовательное учреждение детский сад № 113,
Екатеринбург, Россия

**СИСТЕМА РАБОТЫ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ
ТЕХНОЛОГИЙ И СРЕДСТВ, ОБЕСПЕЧИВАЮЩИХ ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ
СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Аннотация. Представлена система работы по реализации здоровьесберегающих технологий и средств в обеспечение здоровья детей старшего дошкольного возраста. Выделены направления работы по здоровьесбережению, обозначены технологии и средства, показаны принципы работы.

Ключевые слова: направления работы, здоровьесберегающие технологии, средства, принципы.

Zelenina S. A.

Preschool educational institution kindergarten No 113,
Yekaterinburg, Russia

**THE SYSTEM OF HEALTH-PRESERVING TECHNOLOGIES
AND MEANS OF ENSURING THE HEALTH
OF PRESCHOOL CHILDREN**

Abstract. Find the system of implementation technologies and means to the health of children of preschool age. Selected areas of health technologies and tools that are showing work principles.

Keywords: work wellness technologies, tools, principles.

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании направлены на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования – задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.

Одной из главных задач дошкольного учреждения – создание условий, гарантирующих формирование и укрепление здоровья воспитанников. Ведь здоровье человека – проблема достаточно актуальная для всех времен и народов, а в настоящее время она становится первостепенной. Актуальность темы здорового образа жизни подтверждают и статистические показатели.

Здоровьесберегающие технологии – условия обучения ребенка (отсутствие стресса, адекватность требований и методик обучения и воспитания); рациональная организация образовательного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями); соответствие учебной и физической нагрузки, возрастным возможностям ребенка; необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

Цель здоровьесберегающих технологий – обеспечение высокого уровня здоровья воспитанников детского сада и воспитание культуры, как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровому образу жизни человека, компетентности в области формирования основ здорового образа жизни, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, оказание элементарной медицинской, психологической самопомощи.

В связи с этим нами были выбраны следующие технологии с целью формирования и укрепления здоровья воспитанников:

- *медико-профилактические технологии*, обеспечивающие сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала детского сада в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием

медицинских средств (организация мониторинга здоровья воспитанников, разработка и внесение корректив в оздоровительный план мероприятий, внесение корректив в комплексные планы физкультурно – оздоровительной работы для каждой возрастной группы; организация и контроль питания детей, физического развития дошкольников, закаливания; организация профилактических мероприятий в детском саду; организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов; организация здоровьесберегающей среды);

- *физкультурно-оздоровительные технологии*, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка: развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников, закаливание, дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, образовательная деятельность в бассейне, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье и реализация этих технологий, как правило, осуществляется специалистами по физическому воспитанию и воспитателями в условиях специально организованных форм оздоровительной работы;

- *технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка*, обеспечивающие психическое и социальное здоровье дошкольника. Одной из основных задач ДОУ – обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье, обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника. Реализацией данной технологии занимается педагог - психолог посредством специально организованной образовательной деятельности. В рамках данной деятельности можно сказать, что специалисты ДОУ осуществляют психолого-педагогическое сопровождение развития ребёнка в педагогическом процессе, разрабатывают карты индивидуального развития ребенка.

- *технологии здоровьесбережения и здоровьесобогащения* направлены на развитие культуры здоровья воспитанников детского сада, в том числе культуры здоровья, развитие потребности к здоровому образу жизни.

Основной показатель, отличающий все здоровьесберегающие образовательные технологии – регулярная мониторинг состояния детей и отслеживание основных параметров развития организма в динамике (начало – конец учебного года), что позволяет сделать выводы о состоянии здоровья.

Планирование системы работы по сохранению и укреплению здоровья требует решения целого комплекса задач:

- поиска современных, эффективных научных подходов к моделированию педагогической и оздоровительной деятельности;
- выстраивания результативной стратегии здоровьесберегающей деятельности в дошкольном образовательном учреждении и в группе;
- определения педагогических условий, обеспечивающих максимальную эффективность изучаемой деятельности.

В основу разработки здоровьесберегающей среды группы заложено:

- формирование здоровья детей на основе комплексного и системного использования доступных для конкретной группы воспитанников средств физического воспитания, оптимизация двигательной деятельности на свежем воздухе;
- использование в образовательной деятельности духовно-нравственного и культурного потенциала города, ближайшего окружения, воспитание детей на традициях русской культуры;
- конструктивное партнерство семьи, педагогического коллектива и самих детей в укреплении здоровья, развитии творческого потенциала;

- обеспечение активной позиции детей в процессе получения знаний о здоровом образе жизни.

В качестве средств, позволяющих решить данные задачи были внедрены в образовательный процесс группы следующие формы и методы:

- непосредственное обучение детей элементарным приемам здорового образа жизни (оздоровительная, пальцевая, корригирующая, дыхательная гимнастика, самомассаж) и простейшим навыкам оказания первой медицинской помощи при порезах, ссадинах, ожогах, укусах; а также привитие детям элементарных культурно-гигиенических навыков;
- оздоровительные мероприятия (фитотерапия, кислородный коктейль, витаминотерапия, лечебная физкультура, массаж, психогимнастика, тренировки);
- специально организованная двигательная активность ребенка (физкультминутки, занятия оздоровительной физкультурой, подвижные игры, спортивно-оздоровительные праздники, тематические праздники здоровья, выход на природу, экскурсии).

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 деятельностью в общей системе взаимодействия всех специалистов ДОУ, направленной на сохранение и укрепление здоровья детей.

В деятельности по сохранению и укреплению здоровья мы опирались на следующие компоненты:

- психическое здоровье;
- социальное здоровье;
- физическое здоровье.

Для проведения успешной работы по здоровьесбережению воспитанников были использованы и реализованы следующие направления работы:

1. формирование у детей элементарным приемам здорового образа жизни: оздоровительная гимнастика, игры – релаксации, разные виды массажа, привитие детям гигиенических навыков, простейшие навыки оказания первой помощи, физкультминутки во время занятий, упражнения для глаз.

2. Работа с семьей включает в себя пропаганду здорового образа жизни, консультации, индивидуальные беседы, выступления на родительских собраниях, распространение буклетов, выставки, проведение совместных мероприятий.

3. Создание условий и предметно - развивающей среды в группе (пополнение центра физической активности и центра здоровья, изготовление материала для профилактики плоскостопия и нарушения осанки, подбор картотек).

С целью реализации здоровьесберегающей технологии в групповом помещении и на игровой площадке группы были созданы условия для укрепления здоровья детей, гармоничного физического развития.

В каждый вид деятельности включены упражнения, игры, которые направлены на укрепление и здоровьесбережение детей. Дозировка и темп зависит от возраста детей, настроения.

Основными целями проведения здоровьесберегающих упражнений являются:

1. Осуществление профилактики простудных заболеваний.

Для предупреждения простудных заболеваний рекомендуется регулярно применять точечный массаж, массаж биологически активных зон, ушей, дыхательную звуковую гимнастику, которая проводится с помощью специально разработанных игровых упражнений.

2. Проведение закаливающих процедур.

Ежедневно проводится гимнастика после дневного сна, которая включает в себя босохождение в сочетании с контрастными воздушными ваннами, с корригирующими упражнениями, массаж для профилактики плоскостопия и нарушения осанки.

Условия формирования положительной мотивации к здоровому образу жизни:

- создание вокруг ребенка среды, наполненной терминами, символами, атрибутами, традициями культуры здорового образа жизни;
- создание положительного эмоционального фона на занятиях оздоровительно – педагогической направленности;
- формирование активной позиции ребенка в освоении знаний, умений и навыков валеологического характера;
- учет индивидуальных психофизиологических и типологических особенностей детей при организации занятий оздоровительной направленности;

Принципы реализации здоровьесберегающих технологий:

- “Не навреди!”
- Принцип сознательности и активности.
- Принцип непрерывности здоровьесберегающего процесса.
- Принцип всестороннего и гармонического развития личности.
- Принцип доступности и индивидуальности.
- Принцип систематичности и последовательности.
- Принцип системного чередования нагрузок и отдыха.
- Принцип постепенного наращивания оздоровительных воздействий, адекватности.

Основной причиной успешной работы в данном направлении может являться только наличие системности.

Применение в работе здоровьесберегающих технологий позволило повысить результативность образовательного процесса, сформировать у родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья детей. Если, опираясь на статистический мониторинг здоровья детей, будут внесены необходимые поправки в интенсивность технологических воздействий, обеспечен индивидуальный подход к каждому ребенку; будут сформированы положительные мотивации у педагогов и родителей.

Зиятова С. М., Кузнецова Е. В.

Димитровградский инженерно-технологический институт, филиал НИЯУ МИФИ,
Димитровград, Россия

К ВОПРОСУ О ФОРМИРОВАНИИ ПОЛОЖИТЕЛЬНОЙ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ ТЕХНИЧЕСКИХ ВУЗОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

Аннотация. В статье рассматриваются теоретические подходы к изучению мотивации обучения студентов в вузе, а также особенности ее формирования в процессе подготовки специалистов. Обозначается проблематика положительного мотивирования студентов в процессе университетского образования. Выделяется направление решения актуальной задачи, связанной с положительной мотивацией студентов и осмысления ими профессиональной направленности в процессе обучения. Целью данного исследования является выявление эффективных путей формирования положительной мотивации студентов технических вузов к занятиям физической культурой. Актуальность работы – рациональное объединение физкультурно-спортивной мотивации с широкими профессиональными мотивами обеспечит согласованность внешних и внутренних факторов, которые и будут оказывать содействие формированию у студентов технических вузов потребности физического совершенствования.