

8. Тристенъ К. С. Профилактика аномалий зубочелюстной системы у детей: метод. рекомендации для студентов педагогических вузов / К. С. Тристенъ. — Барановичи: РИО БарГУ, 2011. 106с.

9. Тристенъ К. С. Профилактика заболеваний органов и систем организма: монография / Барановичи: РИО БарГУ, 2014. 301 с.

10. Тристенъ К. С. Формирование здорового образа жизни: стоматологические аспекты: монография / К. С. Тристенъ. — Барановичи: Издатель Е. Г. Хохол, 2018. 234 с.

УДК 796.2:373.2

**ОЦЕНКА РОДИТЕЛЯМИ РОЛИ ПОДВИЖНЫХ ИГР
В РАЗВИТИИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА
ESTIMATION BY PARENTS ROLE OF MOBILE GAMES
IN THE DEVELOPMENT OF CHILDREN OF PRESCHOOL AGE**

*Тристенъ Клавдия Семёновна, кандидат медицинских наук, доцент,
Барановичский государственный университет, г. Барановичи, Беларусь*

Tristen Claudia Semenovna, Candidate of Medical Sciences,

Associate Professor,

Baranovich State University, Baranovich, Belarus

*Филимонова Наталья Ивановна, старший преподаватель,
Барановичский государственный университет, г. Барановичи, Беларусь*

Filimonova Natalya Ivanovna, Senior Lecturer,

Baranovich State University, Baranovich, Belarus

fil.nick@mail.ru

Аннотация. В статье рассматриваются теоретические аспекты формирования здорового образа жизни детей дошкольного возраста средствами физической культуры. Приведены результаты исследований, позволяющие оценить влияние подвижных игр и развлечений на состояние здоровья дошкольников. Результаты исследования позволили определить картину информированности родителей о педагогических приёмах воспитания их детей физически и нравственно здоровыми личностями.

Annotation: The article discusses the theoretical aspects of the formation of a healthy lifestyle of students by means of physical culture. The results of the study, which allow to assess the impact of outdoor games and entertainment on the health of preschoolers, are given. The results of the study allowed to determine the picture of parents' awareness of the pedagogical techniques of raising their children physically and morally healthy individuals.

Ключевые слова: здоровье, подвижные игры, развлечения, дошкольники, родители, двигательная активность.

Keywords: health, outdoor games, entertainment, preschoolers, parents, physical activity.

Введение. Сохранение и укрепление здоровья ребёнка — задача весьма актуальная и очевидная. Наряду с физическим, различают социальное, духовно-нравственное, личностное, интеллектуальное, эмоциональное здоровье [1]. Приоритетным направлением государственной политики Республики Беларусь является охрана здоровья населения, так как обществу нужны физически и психологически здоровые граждане, в связи с чем ставится задача формирования с детского возраста гражданской культуры личности, воспитания не только законопослушного гражданина, но и гармоничной личности, способной умножать материальные и духовные ценности своего народа [9].

В настоящее время особую актуальность приобретает квалифицированная, качественная организация воспитательной работы с детьми дошкольного и школьного возраста, так как именно в дошкольном и младшем школьном возрасте формируется личность ребёнка, расширяется диапазон его знаний о разных сторонах действительности. К тому же такие виды воспитательных мероприятий, как праздники, развлечения, дидактические игры превращают обучение в увлекательный процесс [4].

В. А. Сухомлинский пишет: «Забота о здоровье — это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, веры в свои силы» [3, с.13].

Процесс развития позитивных качеств личности детей тесно связан с разными видами их деятельности — игра, труд, бытовая деятельность, ознакомление с окружающим миром. Родители и воспитатели учреждений дошкольного образования отмечают, что больше всего активизирует творческий характер и физическую активность детей те мероприятия, которые оказывают сильное эмоциональное воздействие на ребёнка [6].

По утверждению экспертов Всемирной организации здравоохранения можно ставить знак равенства между понятиями гармоничной личности и здоровой личности, определяя их как сложный многоуровневый феномен, включающий физиологический, психологический, социальный и педагогический компоненты [7].

Данные официальных отчётов Министерства здравоохранения свидетельствуют, что у детей Республики Беларусь остаётся высоким уровень заболеваний, несмотря на усилия специалистов, курирующих здоровье детей. Следует признать, что быстрое, интенсивное развитие заболеваний у детей зависит от особенностей строения и функций тканей органов и систем организма ребёнка. Критически подходя к проблеме, можно предположить о недостаточном использовании методов профилактики заболеваний, просчётах при реализации программ их профилактики у детей, или из-за нежелания их выполнять в необходимом объёме. Также возможна причина в недостаточной информированности населения о методах и средствах профилактики заболеваний органов и систем организма, что свидетельствует о недостаточном уровне санитарного просвещения [5].

Результаты исследования. Воспитание здоровой, образованной личности — это создание деятельной личности. К. Д. Ушинский утверждал: «Всего полезнее было бы для здоровья человека, если бы физический и умственный труд соединились в его деятельности» [3 с. 35] Недостаточная двигательная активность более разрушительна для нашего здоровья, чем это люди осознают [1].

Продолжительность жизни у лиц разных стран и рас сформировались в соответствии с определенным уровнем знаний о способах сохранения и укрепления здоровья. Безусловно, играет роль стереотип поведения, поэтому знания эти часто являются умозрительными и в повседневной жизни большинством населения не используются. Связано это с местными традициями, предрассудками бытового уровня, вредными привычками.

В дошкольном возрасте и в школьные годы выполняются требования к двигательной активности детей и подростков в соответствии с программами их обучения в учреждении образования [2]. При выборе средств физического воспитания следует исходить из их оздоровительной ценности, как обязательного критерия, планировать и регулировать функциональные нагрузки в соответствии с закономерностями укрепления здоровья. При этом необходимо обеспечивать регулярность и единство врачебно-педагогического контроля.

Праздники, развлечения с обязательными фрагментами двигательной активности и, тем более, подвижные игры являются обязательным компонентом физического развития детей [2; 8].

Цель нашего исследования — изучение оценки родителями роли развлечений, подвижных игр в здоровье дошкольников.

Проведено анкетирование 48 родителей, дети которых посещают государственное учреждение дошкольного образования «Ясли-сад № 25 г. Барановичи».

Установлено, что абсолютное большинство респондентов (95,6%) удовлетворены постановкой работы по обеспечению физической активности воспитанников учреждения. Остальные ответили «Не знаю». Интересно, что даётся родителями высокая оценка использования в спектаклях, развлечениях приёмов воспитания в детях кроме физической активности важных нравственных качеств. Приведены примеры воспитания в детях великодушия, внимания к явлениям природы, к образу существования лесных животных (развлечение «Мы подружимся»). Участие детей в инсценировке сказки для дошкольников «Мама умеет помочь» по мнению 23,5 % родителей способствовало формированию у них сострадания, стремления к добру, желания понять поступки других и великодушно простить их слабости. Детям и их родителям нравится развлечение для групп «Малыши» под условным названием «Будем здоровыми, ловкими, сильными», у участников которого закреплялись ранее разученные виды ходьбы, бега, прыжков в процессе имитации движений животных, приобретались навыки преодоления препятствий, развития ловкости и равновесия, создания положительного эмоционального настроения у детей. Половина анкетированных родителей (47,9 %) указали на роль приобретаемые

детьми качества ловкости, силы, координации движений. Родители указали на развитие чувства ответственности (22,92 %), умение анализировать (18,78 %), принимать решение (16,67 %), взаимовыручку (1,58 %), честность (12,5 %), приобретаемые детьми не только участвующие в спектакле, но и в качестве зрителей. Исполнение детьми ролей — повод для содержательного диалога детей между собой и со взрослыми. Участники развлечения, спектакля, подвижной игры преодолевают неуверенность, стеснительность, тревожность. У многих начинает проявляться артистичность, выразительность речи, великодушие, благородство, воспитываются положительные взаимоотношения детей, стимулируется умственная деятельность, развиваются чувства патриотизма.

Заключение. Анкетирование родителей детей дошкольного возраста выявило позитивное их отношение к постановке работы в учреждении дошкольного образования по формированию физического и психологического здоровья детей. Особенно отмечалась роль подвижных игр, развлечений и спектаклей в воспитании у детей качеств достойных своего времени личностей. Всемирная организация здравоохранения предложила специальный индекс — качество жизни людей. Этот индекс в различных модификациях применяется в медико-социальных исследованиях. Путём анкетирования родителей можно определить влияние педагогических технологий на психологические, физические и социальные составляющие качества жизни детей, семьи, определяющие благополучие в этой ячейке общества. Решение проблемы мотивации детей к улучшению качества их жизни возможно при широком использовании педагогами просветительского, обучающего компонента и использование подвижных игр, спектаклей и развлечений для дошкольников — верный путь к достижению цели. «Плакатного» и вербального обучения дошкольников недостаточно, необходимо не только убеждение, но и обучение практически и даже с участием родителей, которые готовят своих детей к инсценировке, репетируя дома текст роли, подготавливая костюм, обсуждая в семейной обстановке поведение героев.

Результаты исследования отражают картину информированности родителей о педагогических приёмах воспитания их детей физически и нравственно здоровыми личностями.

Литература

1. Глазырина Л. Д. Физическая культура и здоровье : программа и темат. планирование занятий по физвоспитанию уч-ся нач. школы / Л. Д. Глазырина, Т. А. Лопатик. - Мн. : БГПУ, 2004. - 74 с.

2. Костюшина Е. В. Роль игровой деятельности в нравственном развитии ребенка: Вопросы теории и практики дошкольного образования: Сборник научно-методич. статей /редакторы-составители Л. В. Горина, Ю. Ю. Колесниченко. Вып. 5. / Е. В. Костюшина. — Саратов: ИЦ «Наука», 2009. - С.90-95.

3. Микитюк И. В. Психолого-педагогическая поддержка здоровья личности дошкольника в образовательном пространстве: Личность в межкультурном пространстве: Матер. IV Межд. конф. посвященной 50-летию

Российского университета дружбы народов. Москва, РУДН, 19—20 ноября 2009 г. Ч. II / И. В. Микитюк. — Москва: РУДН, 2009. - С. 384-387.

4. Тристенъ К. С. Изучение осведомленности родителей о сохранении здоровья детей как условие педагогического взаимодействия: Матер. междунауч.-практ. конф. «Педагогическое взаимодействие в системе отдыха и оздоровления» 12—14 мая / К. С. Тристенъ. г. Минск, «Зубренок 2008 г.» С. 425-427.

5. Тристенъ К. С. Формирование здорового образа жизни: методические рекомендации для студентов педагогических специальностей / К. С. Тристенъ ; М-во образования Республики Беларусь, Барановичский государственный университет. — Барановичи: БарГУ, 2015. 47 с.

6. Тристенъ К. С. Праздники и развлечения для детей дошкольного и младшего школьного возраста: практ. пособие для студентов пед. специальностей и персонала учреждений дошкольного образования и школ / К. С. Тристенъ; М-во образования Респ. Беларусь, Баранович. гос. ун-т. — Барановичи: БарГУ, 2018. 88с.

7. Филимонова Н. И. Компоненты мотивационно-ценностного отношения студентов к здоровьесбережению: Здоровьесберегающие психолого-педагогические технологии и медико-биологические системы оздоровления: материалы I Междунар. науч.-практ. конф., 28 апр. 2014 г., г. Барановичи, Респ. Беларусь / редкол.: А. В. Никишова (гл. ред.), И. А. Ножко (отв. ред.) [и др.]. / Н. И. Филимонова, Н. Н. Филимонов. — Барановичи: РИО БарГУ, 2014. 174с.

УДК 796.015

**ПРИМЕНЕНИЕ АУТОГЕННОЙ ТРЕНИРОВКИ НА УРОКАХ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ С ЦЕЛЬЮ СНИЖЕНИЯ УРОВНЯ
ТРЕВОЖНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ
APPLICATION OF AUTOGENOUS TRAINING IN THE LESSONS
ON PHYSICAL CULTURE TO DECREASE THE LEVEL OF ANXIETY
OF STUDENTS**

*Трифонова Дарья Геннадьевна, студент
Пермяков Олег Михайлович, старший преподаватель
Российский государственный профессионально-
педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия
Trifonova Daria Gennadievna, student
Oleg Permyakov, Senior Lecturer
Russian state professional
Pedagogical University, Yekaterinburg, Russia
oleg_magic@mail.ru*

Аннотация. В данной статье рассмотрена и описана характеристика подросткового возраста, виды тревожности. Проведено исследование и представлены результаты о применении аутогенной тренировки как средства снижения уровня тревожности у обучающихся подросткового возраста.