

4. *Лихницкая И.И.* Что надо знать о возрастных и физиологических резервах организма. Л., 1987.
5. *Минх А.А.* Очерки по гигиене физических упражнений и спорта. М., 1976.
6. *Резер Т.М.* Абитуриент 2001 – физическое и психическое здоровье // Социология медицины. 2001.
7. *Серова Н.Б.* Повышение резерва здоровья учащихся младших классов средствами физической культуры: Дисс. ... канд. пед. наук. Екатеринбург, 2000.
8. *Сизоненко К.Н., Лейфа И.В.* Концепция физкультурно-оздоровительной работы в Амурском государственном университете. Тез. меж-регион. науч. конф. Екатеринбург, 2000.
9. *Симерейская Э.Г.* Доминантность полушарий // Нейропсихологические исследования. М., 1978. Вып.10.
10. *Сиротюк А.Л.* Коррекция обучения и развития школьников. М., 2001.
11. *Фомин Н.А.* Психофизиология здоровья. Челябинск, 1998.
12. *Царегородцев Г.И.* В век прогресса без болезней// Коммунист. 1987. № 14.

С.А.Медведева

ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-РАЗВИВАЮЩИЕ ВОЗМОЖНОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СОВРЕМЕННОЙ СИСТЕМЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Формирование здоровья детей, полноценное развитие их организма – одна из основных проблем современного общества. Медики, педагоги и родители повсеместно констатируют отставание, нарушение, несоответствие нормам в развитии детей, неполноценность их здоровья.

Анализ состояния здоровья детей дошкольного возраста показывает, что за последнее десятилетие количество абсолютно здоровых детей снизилось с 23 до 15% и увеличилось количество детей, имеющих хронические заболевания, с 16 до 17,3%. В среднем по России на каждого дошкольника приходится не менее двух заболеваний в год. Приблизительно 20-27% детей относится к категории часто и длительно болеющих [2]. Почти 90% детей дошкольного возраста имеют стандартные отклонения в строении опорно-двигательного аппарата – нарушение осанки, плоскостопие, неравносильный мышечный тонус, слабость мышц брюшного пресса, неоптимальность соотношения статических и динамических движений [7]. У 20-30% детей дошкольного возраста наблюдаются невротические проявления. По данным прогнозов, 85% этих детей – потенциальные больные сердечно-сосудистыми заболеваниями [5]. Более 70% пятилеток имеют различные функциональные отклонения в развитии речи [6]. Около 50% детей нуждаются в психокоррекции и характеризуются серьезным психологическим неблагополучием. В подавляющем большинстве дети, начиная с дошкольного возраста, страдают дефицитом движений и сниженным иммунитетом [3]. Также в настоящее время увеличилось количество тревожных детей, отличающихся повышенным беспокойством, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью [4].

Приведенные результаты ухудшения состояния здоровья дошкольников наглядно указывают на социально-педагогический уровень проблем, которые возникают перед работниками дошкольных учреждений, призванных воспитать здорового ребенка с оптимальным физическим и психическим развитием. В связи с этим появляется необходимость пересмотра содержания образовательного процесса дошкольной системы и поиска путей совершенствования оздоровительно-развивающих технологий.

Современная система дошкольного образования, учитывая санитарно-гигиенические нормы условий пребывания ребенка в детском саду, лишь косвенно проводит нормирование двигательных качеств и навыков. При этом общая задача развития ребенка искусственно разделена на две составляющие. Деятельность инструкторов физической культуры и воспитателей обычно направлена на физическое развитие, под которым понимают формирование опорно-двигательного аппарата, основных двигательных качеств, навыков и умений. Вторая составляющая – нервно-психическая – обычно отделена от первой и отдана медицинским работникам, логопедам, психологам, хотя двигательная активность во многом определяет развитие организма, нервной системы и психики, наряду с генетическим фактором.

Результаты исследований последних лет, касающиеся причин ухудшения здоровья нации, позволили по-новому оценить оздоровительно-развивающие возможности физической культуры. Однако разобщенность действий педагогов, психологов, врачей не дает возможности обеспечить полифункциональное воздействие здоровьесформирующих мероприятий, направленных на физическое, психическое и интеллектуальное развитие ребенка. Более того, при впечатляющем количестве законов и постановлений в России нет адекватной, теоретически обоснованной оздоровительно-развивающей государственной программы для дошкольных учреждений, а существующие «Рекомендации по экспертизе образовательных программ для дошкольных образовательных учреждений РФ» только способствуют выходу большого количества авторских программ, которые сами по себе не решают эту проблему в целом.

В сложившейся ситуации, необходимо выделить в Федеральной программе образования особый раздел «Образование и здоровье», в котором деятельность педагогов должна быть направлена на формирование понятий ценности здоровья и здорового образа жизни, а также использование средств и методов физического воспитания для охраны здоровья и гармонизации личности. В связи с этим, большое внимание должно уделяться физическому развитию детей. Так, для дошкольников целесообразно проводить от 4 до 12 часов организованных занятий физическим воспитанием в неделю, и столько же времени желательно заниматься физическими упражнениями самостоятельно [1]. Оздоровительный эффект занятий физическими упражнениями достигается при соблюдении определенных правил и условий, к числу которых относятся:

- регулярность занятий физическими упражнениями;
- постепенность наращивания интенсивности и длительности нагрузок,

- разумное дозирование с учетом индивидуальной чувствительности организма к суточной и сезонной ритмике, социальных факторов, возрастных особенностей, пола, состояния здоровья, а также физической подготовленности ребенка;
- четкая взаимосвязь занятий физическими упражнениями с режимом дня;
- подбор разнообразных средств физической культуры, дающих комплексный результат воздействия на организм занимающихся;
- выполнение физических упражнений в сочетании с другими оздоровительными воздействиями;
- использование подвижных игр с учетом возраста, состояния здоровья и степенью физической подготовленности.

Индивидуально-дифференцированный подход, в основе которого лежат концептуальные положения дошкольной педагогики и психологии, является основным условием совершенствования двигательного режима детей и способствования воспитанию здорового и разносторонне развитого ребенка. Однако вышеперечисленные закономерности двигательной активности дошкольников в реальной жизни мало осуществимы, тем более что дошкольное образование за последние годы претерпело значительные изменения, о чем ярко свидетельствует статистика. В Российской Федерации согласно Госкомстату в 1991 г. насчитывалось 87 тыс. дошкольных учреждений, которые посещали около 9 млн детей, или 65% от их общей численности. Спустя годы статистические данные несколько изменились (табл. 1).

Количество дошкольных учреждений в Российской Федерации и численность детей, посещающих их

Регион	2001 г.		2002 г.		2003 г.	
	ДОУ	Детей, тыс. чел.	ДОУ	Детей, тыс. чел.	ДОУ	Детей, тыс. чел.
Российская Федерация	51329	4263	49981	4246,3	48878	4267,3
Уральский федеральный округ	4837	432,4	4763	429,6	4668	431,6
Курганская область	482	29,2	443	28,2	414	28,2
Свердловская область	1651	147,6	1660	145,3	1605	143,8
Тюменская область	1144	124,6	1138	127,3	1138	128,5
Ханты-Мансийский автономный округ	428	59,1	434	61,2	433	60,7
Ямало-Ненецкий автономный округ	209	27,1	207	27	207	27,4
Челябинская область	1560	131	1522	128,9	1511	131,1

За период с 1991 по 2003 г. количество детских дошкольных учреждений и детей их посещающих, уменьшилось почти на 48%. При этом в боль-

шинстве детских садов отсутствуют необходимые условия для организации физкультурно-оздоровительных и профилактических занятий, а программное и методическое обеспечение не соответствует современным требованиям. Так, программа физического воспитания для детей дошкольных учреждений, утвержденная Российской Академией Образования (РАО), предусматривает только три физкультурных занятия в неделю. По данным эргонометрического расчета установлено, что занятия физическими упражнениями, проводимые в урочной форме могут компенсировать необходимые минимальные требования к недельному двигательному режиму всего на 14-18%.

Все это обуславливает необходимость разработки системного подхода для создания развивающей двигательной программы, направленной на активизацию психического, физического и интеллектуального развития дошкольников. Эта программа должна объединять усилия различных специалистов, работающих в сфере дошкольного образования, и быть создана с учетом возрастных, половых особенностей физического и психического развития детей, а также сенситивных периодов развития двигательных качеств.

Исследования в области физической культуры, психологии и педагогики показали, что правильно организованное физическое воспитание в дошкольном учреждении является определяющим фактором в здоровьесформировании дошкольника, оказывая общее профилактическое воздействие на организм ребенка, повышая уровень его резистентности, что способствует увеличению сопротивляемости организма неблагоприятным воздействиям окружающей среды, отказу от вредных привычек и повышению уровня развития у детей логического мышления, памяти, инициативы, воображения, самостоятельности. Дети становятся более внимательными и наблюдательными, более дисциплинированными. У них укрепляется воля, вырабатывается характер.

Библиографический список

1. *Амосов Н.М.* Раздумья о здоровье. Свердловск, 1987.
2. *Бабина Р.Т. и др.* Оценка физического развития детей Свердловской области от 0 до 16 лет. Екатеринбург, 2001.
3. *Башаева Т.В. и др.* Энциклопедия воспитания и развития дошкольника. Ярославль, 2001.
4. *Костина Л.М.* Игровая терапия с тревожными детьми. СПб., 2003.
5. *Ноткина Н.А. и др.* Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста. СПб., 1999.
6. *Рунова М.А.* Двигательная активность ребенка в детском саду. М., 2002.
7. *Шилкова И.К. и др.* Здоровьесформирующее физическое развитие: Развивающие двигательные программы для детей 5-6 лет. М., 2001.