

Инновационные теории и практика в современном российском образовательном пространстве

Бондаренко Оксана Ивановна,
инструктор по физическому воспитанию,
МБДОУ «Детский сад №142» г. Чебоксары,
Чувашская Республика, Россия

СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ В ПРОЦЕССЕ ВОСПИТАНИЯ И ОБУЧЕНИЯ

«Здоровье каждому человеку дает физкультура, закаливание, здоровый образ жизни!» - эти слова принадлежат великому отечественному хирургу, ученому, академику Н. М. Амосову.

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы о том, какие формы здоровьесберегающей деятельности используются в работе, о важности физического воспитания детей в дошкольном учреждении и его влияния на их здоровье.

Ключевые слова: оздоровление, гигиена, здоровьесбережение, физические упражнения, гимнастика, закаливание.

Ухудшение здоровья подрастающего поколения приобретает все большую актуальность. В настоящее время в России общий уровень отклонения в состоянии здоровья детей возрастает на 6,7 %. Возникла необходимость решения этой проблемы: заинтересовать детей в ОЗЖ, привлечь к выработке правильных привычек дошкольников, а также пропагандировать здоровый образ жизни.

Важным условием в воспитании здорового ребёнка является культура здоровья семьи. Сегодня детский сад и семья рассматриваются, как единое целое в становлении личности ребёнка. Работа с родителями должна строиться так, чтобы у них возник интерес к процессу здоровьесбережения детей. Полезная информация размещается родительских уголках, папках-передвижках, а также проводятся индивидуальные беседы, консультации, открытые занятия. В свою

Инновационные теории и практика в современном российском образовательном пространстве

очередь, родители должны подавать хороший пример детям, придерживаясь здорового образа жизни.

Одна из главных и ведущих задач каждого дошкольного учреждения – это правильное физическое воспитание детей. Полученное хорошее здоровье в дошкольном возрасте является фундаментом общего развития человека. А именно ключевым периодом жизни, является детство, так как в дошкольном возрасте формируется костно-мышечная, нервная системы, дыхательный аппарат, закладываются основы физического развития и хорошего здоровья. Жизнь ребёнка во многом зависит от взрослых, которые заботятся об охране и укреплении его здоровья, полноценном физическом развитии. Основной задачей физического воспитания является формирование двигательных навыков, умений и физических качеств. Именно физическое воспитание в дошкольном учреждении, призвано формировать у ребёнка правильное отношение к себе и к своему здоровью. Сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения - одна из приоритетных задач нашего дошкольного учреждения. От состояния здоровья детей во многом зависит благополучие общества. Достичь необходимого уровня интеллектуально – познавательного развития может только здоровый ребёнок.

Важно в этот период организовать жизнь дошкольников так, чтобы каждый день приносил им что-то новое, чтобы воспоминания об играх, прогулках, праздниках и развлечениях ещё долго радовали детей.

Как же укрепить здоровье детей, сделать их жизнь в этот период содержательной, познавательной и интересной?

Решить эти вопросы помогает разнообразная организация спортивных игр. Практика показывает, что дети дошкольного возраста с большим удовольствием занимаются физкультурой и началами различных видов спорта.

Огромный интерес у ребят вызывают спортивные игры – футбол, хоккей баскетбол, волейбол и т.д. Спортивные игры способствуют совершенствованию

Инновационные теории и практика в современном российском образовательном пространстве

деятельности основных физиологических систем детского организма –нервной, сердечно - сосудистой, дыхательной, улучшению физического развития детей.

Известно, чем активнее вовлечение ребенка в мир спорта, тем лучше его физическое и умственное развитие, крепче здоровье.

Создание у детей положительной мотивации к занятиям физкультурой и спортом, к спортивным событиям нашей страны через разнообразные формы и методы физкультурно – оздоровительной работы.

ознакомление детей с различными видами спорта, пополнение словаря детей спортивными терминами

- создание мотивации к занятиям физической культурой, формирование интереса к определенному виду спорта

- снижение уровня заболеваемости в ДООУ, совершенствование спортивных умений и навыков

- укрепление детско-родительских отношений посредством совместной деятельности

- повышение педагогического мастерства педагогов ДООУ

Регулярное пребывание дошкольников на свежем воздухе

укрепляет и закаливает детский организм, оказывает положительное влияние на их всестороннее развитие.

Двигательная активность детей на прогулках состоит в основном из подвижных игр, спортивных упражнений. Спортивные игры и упражнения способствуют совершенствованию основных физиологических систем организма, улучшению физического развития, физических способностей детей, воспитанию дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи.

Учить детей движениям не только нужно, но и необходимо с целью укрепления здоровья ребенка и совершенствования организма средствами физической культуры. Особое внимание следует уделить физкультурно-

Инновационные теории и практика в современном российском образовательном пространстве

оздоровительной работе с детьми, что является одной из главных задач дошкольного образа

Из всего вышесказанного, можно сделать вывод, что физическое воспитание детей дошкольного возраста – это залог здоровья наших детей в будущем.

Список литературы

1. Вавилова, Е. Н. Учите бегать, прыгать, метать / Е. Н. Вавилова. – М.: Просвещение, 1983. – 144 с.
2. Рунова, М.А. Радость в движении / М.А. Рунова – М.: Просвещение, 2004. – 203 с.
3. Кенеман, А. В., Хухлаева, Д. В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. Учеб, пособие для студентов пед. ин-тов по спец. «Дошкольная педагогика и психология». Изд. 2-е, испр. и доп. - М.: Просвещение, 1978. - 272 с.
4. Новикова, И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. - М.: Мозаика-Синтез, 2009. - 96 с.
5. Осокина, Т. И. Игры и развлечения детей на воздухе / Т. И. Осокина, Е. А. Тимофеева, Л. С. Фурмина. – 2-е изд., дораб. – М.: Просвещение, 1983. – 224 с.