

Реализация педагогических идей С.Т. Шацкого в современной образовательной парадигме

Осинцева Наталья Владимировна,

воспитатель,

МБДОУ ДС № 67 «Умка»,

г. Нижневартовск

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация. Здоровье сберегающий педагогический процесс в ДОУ - в широком смысле слова – процесс, направленный на обеспечение физического, психического и социального благополучия ребенка.

Ключевые слова: здоровьесберегающие технологии, здоровый образ жизни, общеоздоровительные работы, здоровье.

Формирование здоровья детей, полноценное развитие их организма - одна из основных проблем в современном обществе. Роль дошкольного учреждения на сегодняшний день состоит в организации педагогического процесса, сберегающего здоровье ребенка дошкольного возраста и воспитывающего ценностное отношение к здоровью. Создание условий для сохранения и укрепления здоровья детей является приоритетным и обязательным в деятельности образовательных учреждений. Цель здоровьесберегающих технологий: создание устойчивой мотивации и потребности к сохранению своего здоровья окружающих людей. Задачи: сохранение и укрепление здоровья детей; формирование привычки к ЗОЖ; профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата, зрения, простудных заболеваний; формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности; привитие культурно-гигиенических навыков. Осдоровление организма посредством приобретения навыка правильного дыхания. Осознание и осмысление собственного «я», преодоление барьеров в общении, формирование коммуникативных навыков. Развитие внимания, сосредоточенности, воображения, фантазии, умения управлять своими поступками, чувствами. Мероприятия по здоровому образу жизни, проводимые в дошкольном учреждении: закаливание, утренняя гимнастика, физкультминутки, динамическая гимнастика, точечный массаж, дыхательная гимнастика. Гимнастика для глаз, релаксационные упражнения, профилактическая гимнастика (массаж и самомассаж). Профилактика плоскостопия. Корректирующие физические упражнения, гимнастика после сна. Здоровьесберегающие педагогические технологии применяются в различных видах деятельности и представлены как:

- технологии сохранения и стимулирования здоровья;
- технологии обучения ЗОЖ;
- коррекционные технологии.

Здоровьесберегающие образовательные технологии – это в первую очередь технологии воспитания валеологической культуры или культуры здоровья детей. Цель этих технологий – становление осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие

Реализация педагогических идей С.Т. Шацкого в современной образовательной парадигме

умения оберегать, поддерживать и сохранять его. Особое внимание в системе физического воспитания уделяется проведению закаливающих процедур, способствующих укреплению здоровья и снижению заболеваемости. Соблюдение режима прогулок во все времена года. Занятия босиком утренней гимнастикой и физкультурой. Сохранению системности и целостности здоровьесберегающей деятельности в детском саду способствует регулярное введение в режим разнообразных гимнастик, которые способствуют укреплению организма ребенка, предупреждают отклонения в физическом развитии, а также развивают у детей самостоятельность, активность, умение заботиться о своем здоровье, развивают творчество и фантазию. Цель проведения – повышение функционального состояния и работоспособности организма, развитие моторики, формирование правильной осанки, предупреждение плоскостопия. Наряду с различными оздоровительными мероприятиями в дошкольном учреждении проводится гимнастика после дневного сна, которая помогает улучшить настроение детей, поднять мышечный тонус, а также способствует профилактике нарушений осанки и стопы. Упражнения выполняются из разных положений: лежа на боку, на животе, сидя. После выполнения упражнений дети встают, выполняют в разном темпе несколько движений (ходьба на месте, ходьба по массажным коврикам). Варианты бодрящей гимнастики: разминка в постели и самомассаж. Гимнастика игрового характера: а) с элементами дыхательной гимнастики, б) с элементами корригирующей гимнастики, в) с элементами точечного массажа, г) с использованием методов снятия психоэмоционального напряжения. Упражнения корригирующей гимнастики для профилактики нарушений осанки способствуют гармоничному развитию мускулатуры ребенка, позволяющей ему длительно сохранять правильную осанку. После сна необходимо проводить с детьми гимнастику пробуждения, ходьбу с использованием оборудования для профилактики плоскостопия. Чтобы заинтересовать детей можно использовать кубики, мячи, обручи др. Продолжительность занятий 10 мин. Перед упражнением следует походить на носках, затем попрыгать на носках через скакалку – на одной и на двух ногах.

Точечный массаж - элементарный прием самопомощи своему организму. Упражнения точечного массажа учат детей сознательно заботиться о своем здоровье, прививают им уверенность в том, что они сами могут помочь себе улучшить свое самочувствие. самомассаж ушных раковин является эффективным методом при регуляции мыслительной деятельности, так как способствует нормализации кровотока во всем организме. Такой массаж позволяет сосредоточиться и быть более внимательным, способствует заметному улучшению общего состояния, приливу бодрости и работоспособности.

Массаж активных жизненных точек повышает защитные свойства слизистых оболочек носа, глотки, гортани, трахеи, бронхов и других органов. Дыхательная гимнастика (по А.Н. Стрельниковой) укрепляет организм детей, развивает дыхательную мускулатуру, улучшает функции нервной и сердечно-

Реализация педагогических идей С.Т. Шацкого в современной образовательной парадигме

сосудистой систем, повышает сопротивляемость организма к простудным и другим заболеваниям. Динамические паузы, являясь одной из форм активного отдыха во время малоподвижных занятий, повышают умственную работоспособность детей на занятии и дарят «мышечную радость». Восстановительная гимнастика обеспечивает быстрый комфортный переход ребенка от одного вида деятельности к другому, повышает умственную и мышечную работоспособность, предупреждает появление переутомления. Технологии, направленные на коррекцию психического состояния ребенка направлены на развитие воображения, снятия интеллектуальной и эмоциональной напряженности, выработке уверенности в себе посредством игровых вариантов психотерапии. Сбрось усталость». Встань, расставь широко ноги, согни их немного в коленях, согни тело и свободно опусти руки, расправь пальцы, склони голову к груди, приоткрой рот. Слегка покачайся в стороны, вперед, назад. А сейчас резко потряхни головой, руками, ногами, телом. Ты стряхнул всю усталость, чуть-чуть осталось, повтори еще. Игры с песком имеют положительное значение для развития психики детей, установлению психологического комфорта: при взаимодействии с песком стабилизируется эмоциональное состояние. Развитие мелкой моторики влияет на развитие центра речи в головном мозге ребенка. Формирует произвольное внимание. Таким образом, каждая из рассмотренных технологий имеет оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровье сберегающая деятельность в итоге формирует у ребенка привычку к здоровому образу жизни. Применение в работе здоровье сберегающих педагогических технологий повышает результативность воспитательно-образовательного процесса. Формирует у педагогов ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, а у ребёнка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни. Способствует повышению уровня физического развития детей, физической работоспособности, общей выносливости, развитию основных психических процессов (памяти, мышления, воображения, восприятия).

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.

- 1. Антонов Ю.Е., Кузнецова М.Н., Саулина Т.Ф. Здоровый дошкольник. Социально-оздоровительная технология 21 века: Пособие для исследователей и педагогических работников. – М.: Аркти, 2000*
- 2. Волошина Л.Н. Организация здоровьесберегающего пространства // Дошкольное воспитание. – 2004. – №12. – С.107-109.*
- 3. Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка. Пособие для практических работников детских дошкольных учреждений. – М.: АРКТИ, 1999*
- 4. Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ.2010.*
- 5. Павлова М.А., Лысогорская М.В, Здоровьесберегающая система ДОУ. – Волгоград: Учитель, 2009.*