

ИДЕИ И ПРОЕКТЫ МОЛОДЕЖИ РОССИИ

Бунина Анастасия Николаевна,

магистрант

*1 курс, Оренбургский педагогический университет,
институт Дошкольного и начального образования*

г. Оренбург, Россия

Михайлова Н.В.,

кандидат педагогических наук,

*доцент Оренбургского педагогического университета,
институт Дошкольного и начального образования,*

г. Оренбург, Россия

Bunina A.N.,

master student,

*1 course, Orenburg Pedagogical University,
Institute of Pre-School and Primary Education*

Orenburg, Russia

Mikhailova N.V.,

Candidate of Pedagogical Sciences,

*Associate Professor of the Orenburg Pedagogical University,
Institute of Pre-School and Primary Education*

Orenburg, Russia,

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ НАЧАЛЬНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ ДЕТЕЙ 6-ГО ГОДА ЖИЗНИ

Аннотация. В современных условиях модернизации дошкольного образования особо остро встает проблема сохранения и укрепления здоровья. В статье мы рассматриваем несколько педагогических условий формирования начальных представлений о здоровом образе жизни детей 6-го года жизни.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, знания о здоровом образе жизни, дошкольный возраст, педагогические условия.

**PEDAGOGICAL CONDITIONS OF FORMATION OF INITIAL IDEAS ABOUT
HEALTHY LIFESTYLE OF CHILDREN OF THE 6TH YEAR OF LIFE**

Annotation. In modern conditions of modernization of preschool education particularly acute problem of preservation and promotion of health. In the article we consider several pedagogical conditions for the formation of the initial ideas about the healthy lifestyle of children of the 6th year of life.

Keyword. Healthy lifestyle, knowledge about healthy lifestyle, preschool age, pedagogical conditions.

Закон «Об образовании в Российской Федерации» определяет дошкольное образование полноценным и первым уровнем системы общего образования, а одной из главных задач дошкольной организации является сохранение и укрепление здоровья детей. Кроме того, в Федеральных государственных требованиях к структуре основной образовательной программы дошкольного образования, в качестве самостоятельной области выделяют образовательную область «Здоровье» с приоритетной задачей – формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Также содержание

образовательной области «Физическое развитие», согласно ФГОС ДО, направлено на «овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек)» [7].

В современной педагогике исследователи свои работы направляют на поиск решения проблем совершенствования функционирования, эффективности образовательного процесса. Большая заинтересованность у ученых возникает в обоснование и результате педагогических условий, обеспечивающих успешность образовательно-воспитательного про-

ИДЕИ И ПРОЕКТЫ МОЛОДЕЖИ РОССИИ

цесса.

Н.А. Андреева в своих работах утверждала, что «педагогическим условием является ситуация дидактического процесса, обусловленного целенаправленностью отбора, моделирования и использования аспектов содержания, методов, отражающих совокупность возможностей образовательной и предметно-пространственной среды для достижения конкретных обучающих целей» [2, с.24].

В психологическом словаре понятие «условия» определяется, как «правила, установленные для

той или иной области жизни, деятельности; обстановка для какой-нибудь деятельности, обстановка, в которой происходит что-нибудь» [3, с.781].

А если рассматривать педагогические условия в педагогике, то – это совокупность задач, подходов, принципов, форм, методов, приемов и средств воспитания [4, с.90].

В своей работе мы рассмотрим несколько педагогических условий для эффективного формирования основ здорового образа жизни детей 6-го года жизни.

Таблица 1

**Педагогические условия для формирования основ
здорового образа жизни детей 6-го года жизни**

Педагогические условия	Занятия
1. Обогащение предметно-развивающей образовательной среды в группе	«Мое тело – это все» «Физкультура, нужна всем». «Режим дня». «Скажи НЕТ вредным привычкам», «Датчик настроения».
2. Организация взаимодействия ДОО и семьи по вопросам формирования представлений о ЗОЖ у детей	индивидуальная консультация «Помогу своему ребенку», педагогический совет «Здоровье в семье», конференция «Здоровый образ жизни – это модно», круглый стол «Правильное питание», вечер

ИДЕИ И ПРОЕКТЫ МОЛОДЕЖИ РОССИИ

	посвящен вопросам и ответам, форма, уголок для родителей «Будьте здоровы!».
3. Реализация современных здоровьесберегающих технологий	Стретчинг, Динамические паузы, Подвижные и спортивные игры, Релаксация, Гимнастика пальчиковая, Гимнастика для глаз, Гимнастика дыхательная, Гимнастика корригирующая, Гимнастика ортопедическая

Первое педагогическое условие – это обогащение предметно-развивающей образовательной среды в группе. Целенаправленно созданная обстановка (среда), в которой в тесном взаимодействии представлены совокупность психологических и педагогических факторов, позволяющих нам эффективно осуществлять деятельность, направленную на формирование основ здорового образа жизни у детей среднего дошкольного возраста. Наличие развивающей среды, как условие образования детей дошкольного возраста, отмечает в трудах Л. С. Выготского: «Ребенок, вступая во взаимодействие с окружающей средой,

испытывает определенные переживания, которые и оказывают влияние на его дальнейшее развитие» [3, с.29]. Основным развивающим моментом среды является ее проблемность, заключающаяся в том, что ребенок действует с предметами и практически решает целый комплекс задач, возникающих по ходу деятельности.

Среда порождает творчество, инициативу, активизирует имеющиеся знания. Она моделирует функциональное развитие деятельности ребенка. В ней заложена информация, которая сразу не обнаруживает себя полностью, а побуждает ребенка к ее поиску. Проблемность предметной ситуа-

ИДЕИ И ПРОЕКТЫ МОЛОДЕЖИ РОССИИ

ции деятельности порождает у детей вопросы, питает инициативу, воображение, творчество.

ФГОС ДО включает следующие требования к предметно-пространственной развивающей образовательной среде, которая обеспечивает: реализацию образовательного потенциала пространства группы, материалов, оборудования и инвентаря для охраны и укрепления здоровья детей дошкольного возраста, возможность двигательной активности детей, реализацию различных образовательных программ. Насыщенность среды должна соответствовать возрастным возможностям детей, должна быть содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной [7, с.19]. Для ознакомления дошкольников с основами здорового образа жизни в детском саду созданы необходимые материально-технические условия: спортивный и музыкаль-

ные залы, медицинский кабинет, спортивная площадка, уголки физкультурного здоровья, релаксации в групповой комнате с разнообразными пособиями, инвентарем, оборудованием.

Второе педагогическое условие – организация взаимодействия ДОО и семьи по вопросам формирования представлений о ЗОЖ у детей 6-го года жизни.

В законе РФ «Об образовании в РФ» в ст.44, п.1 определяется, что «родители (законные представители) несовершеннолетних обучающихся имеют преимущественное право на обучение и воспитание детей перед всеми другими лицами. Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка» [7].

Также одним из основных принципов дошкольного образования, закрепленных в ФГОС дошкольного образования, является сотрудничество ДОО с семьей [7].

ИДЕИ И ПРОЕКТЫ МОЛОДЕЖИ РОССИИ

Таким образом, признание государством приоритета семейного воспитания, требует иных взаимоотношений и образовательного учреждения, а именно сотрудничества, взаимодействия и доверительности. Специальные социологические и психолого-педагогические исследования (Е.П. Арнаутова, А.И. Захаров, О.Л. Зверева, А.Н. Демидова, Ю.П. Литвинене, В.Я. Титаренко и др.) указывают на то, что семья остро нуждается в помощи специалистов на всех этапах дошкольного детства. Очевидно, что семья и ДОО, имея свои особые задачи и функции, не способны заменить друг друга и должны взаимодействовать ради полноценного развития ребенка-дошкольника.

Семья – это источник и важное звено передачи детям социально-исторического опыта и, изначально, опыта эмоциональных и деловых взаимоотношений между гражданами. При этом, можно считать, что семья была, есть и

будет главным институтом воспитания, социализации детей.

На данном этапе педагоги могут использовать нетрадиционные формы работы с родителями, но мероприятие, проводимое эпизодически, не может заменить систематической работы с родителями, и не имеет положительного эффекта. Выделим наиболее эффективные формы работы с родителями:

- индивидуальные консультации «Помогу своему ребенку», одна из важнейших форм взаимодействия педагога с семьей. В ФГОС дошкольного образования сказано, что индивидуальный подход – необходим не только в работе с детьми, но и в работе с родителями [7];
- педагогический совет «Здоровье в семье», в котором участвуют родители, целью является привлечение родителей к активному осмыслению проблем воспитания детей в семье на основе

ИДЕИ И ПРОЕКТЫ МОЛОДЕЖИ РОССИИ

учета индивидуальных потребностей;

- с помощью родительской конференции «Здоровый образ жизни – это модно», одной из форм повышения педагогической культуры родителей. Ценности этого вида работы в том, что в них участвует не только родитель, но и общественность. На конференции выступает педагог, работник районного отдела образования, представитель медицинской службы, учитель, педагог-психолог и т.д.;

- круглый стол «Правильное питание», в нестандартной обстановке, где обсуждаются наиболее значимые проблемы воспитания детей с обязательным участием специалистов;

- вечер посвящен вопросам и ответам, вечера вопросов и ответов, форма, где родители могут уточнить свои педагогические знания и применить их на практике, узнать о инновациях, пополнить знаниями друг друга, обсу-

дить наиболее важные проблемы развития детей;

- уголок для родителей «Будьте здоровы!». Невозможно представить детский сад без красиво и оригинально оформленного родительского уголка. В родительском уголке размещается полезная для родителей и детей информация: расписание занятий, ежедневное меню, режим дня группы, полезные статьи и справочные материалы-пособия для родителей;

- еженедельные записки, адресованные непосредственно родителям, в которых сообщается семье о настроении, здоровье, поведении ребенка в ДОО, о его любимых предпочтениях в еде, наиболее предпочитаемых видах деятельности и другую информацию;

- личные блокноты, которые передаются родителям из ДОО и наоборот.

Семьи могут извещать воспитателей об значимых семейных

ИДЕИ И ПРОЕКТЫ МОЛОДЕЖИ РОССИИ

событиях, таких, как дни рождения, новая работа, поездки, гости. В свою очередь воспитатели могут фиксировать в блокнотах важную информацию для родителей. Все вышеперечисленные формы с семьями воспитанников, помогают педагогам и родителям в легкой и непринужденной форме, ответить на все интересующие вопросы, которые касаются формирования культуры здорового образа жизни. Родители смогут не только слушать специалистов, но и самостоятельно подготовить какую-либо информацию по проблеме здоровьесбережения, что углубит его познания о ЗОЖ [4].

Семья это источник и важное звено передачи ребенку социально-исторического опыта, семья была, есть и будет важнейшим институтом воспитания, приобщения ребенка к жизни в обществе. Опыт организации сотрудничества с родителями в целях органичного сочетания воспитательных воздействий на дошкольника

в ДОО и в семье, гарантирует многостороннее формирование личности. Педагоги и родители являются партнерами в обучении и воспитании дошкольников: это единое понимание педагогами и родителями целей и задач воспитания и обучения детей. Помощь, уважение и доверие к ребенку, должно быть как со стороны педагогов, так и со стороны родителей. Велико значение как традиционных, так и нетрадиционных форм взаимодействия ДОО и семьи.

Эти формы работы очень эффективны и могут использоваться в целях реализации второго педагогического условия. Слаженная работа ДОО и семьи по приобщению детей старшего дошкольного возраста к ЗОЖ немыслима друг без друга на данном этапе развития общества.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что взаимодействие ДОО с семьей играет важную роль в формировании представлений о ЗОЖ у детей старшего

ИДЕИ И ПРОЕКТЫ МОЛОДЕЖИ РОССИИ

дошкольного возраста. Родители являются примером для своих детей, поэтому они должны знать все основы ЗОЖ и взаимодействовать с ДОО. Исследования ученых, говорят о необходимости связи семейного и общественного воспитания как двух взаимодополняющих социальных институтов в рамках формирования здорового образа жизни. Без тесного взаимодействия в системе «ребенок - родитель - педагог» невозможно эффективное физическое развитие дошкольника.

Третье педагогическое условие: реализация современных здоровьесберегающих технологий в ДОО.

Понятие «здоровьесберегающие образовательные технологии» у каждого автора определяются по-своему. Н.К. Смирнов, как основоположник определения «здоровьесберегающие образовательные технологии» утверждал, что их можно рассматривать как технологическую базу здоро-

вьесберегающей педагогики, как комплекс форм и методов организации обучения детей без ущерба для их здоровья, как качественную характеристику любой педагогической технологии по критерию ее воздействия на здоровье ребенка и педагога [6].

Автор считает, что как прилагательное понятие «здоровьесберегающая» относится к качественной характеристике любой педагогической технологии, показывающей, насколько при реализации данной технологии решается задача сохранения здоровья основных субъектов образовательного процесса — детей и их родителей, педагогов [6].

Можно выделить следующие виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании: медико-профилактические; физкультурнооздоровительные; технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка; здоровьесбережения и здоровьесобогащения педагогов

ИДЕИ И ПРОЕКТЫ МОЛОДЕЖИ РОССИИ

дошкольного образования; валеологического просвещения родителей; здоровьесберегающие образовательные технологии в ДОО.

Рассмотрим обозначенные виды здоровьесберегающих технологий в ДОО подробнее.

Медико-профилактическая технология в дошкольном образовании - технология, обеспечивающая сохранение и преумножение здоровья ребенка под руководством медицинского персонала ДОО согласно медицинскому требованию и норме, с применением медицинских средств. К ней относятся: организации мониторинга здоровья детей дошкольного возраста и разработка рекомендации по улучшению детского здоровья; организации и контроля питания дошкольников, физическое развитие дошкольников, закаливание; организации профилактических мероприятий в детском саду; организации контроля и помощи в обеспечении требования СанПиНов; организация здоровьесбере-

гающей среды в ДОО (углубленный медицинский осмотр с участием узких специалистов, отслеживание характера течения хронологической патологии, реабилитация соматического состояния здоровья, витаминпрофилактика, санитарно-гигиенические деятельности всех служб ДОО)..

Физкультурно-оздоровительная технология в дошкольном образовании - технология, направлена на физическое развитие и укрепления здоровья дошкольника: развития физического качества, двигательной активности и становления физической культуры дошкольника, закаливания, дыхательные гимнастики, массажа и самомассажа, профилактики плоскостопия и формирования правильной осанки, воспитания привычек к повседневной физической активности и заботе о здоровье и др. Упражнение на степе тренирует сосудистую систему, усиливает обмен веществ в организме, влияет на

ИДЕИ И ПРОЕКТЫ МОЛОДЕЖИ РОССИИ

сердце и лёгкие, увеличивает потребность организма в кислороде, улучшает эмоциональное и психологическое состояние детей [2]. Применение этих технологий, как правило, осуществляется специалистами по физическому воспитанию и воспитателями ДОО в условиях специально организованных форм оздоровительной работы (закаливание КГН, беседы, спортивные праздники, спортивные развлечения и досуг, недели здоровья, соревнования акции, прогулки-походы).

Здоровьесбережение – это правильное, последовательное и гармоничное обучение детей, без ущерба для их здоровья. Здоровьесберегающая образовательная технология в ДОО – технология воспитания валеологической культуры или культуры здоровья дошкольника. Целью является: воспитать осмысленное отношение ребенка к здоровью и жизни человека, накопления знаний о здоровье и развитии умения обе-

регать, поддерживать и сохранять его

Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка – технологии, обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребенка-дошкольника. Основная задача этих технологий – обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье. К ним относятся: технологии психологического или психолого-педагогического сопровождения развития ребенка в педагогическом процессе ДОО (информационный стенд, приобщение родителей к физкультурно-массовым мероприятиям, консультации, беседы).

Технологии здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов – технологии, направленные на развитие культуры здоровья педагогов, в том числе куль-

ИДЕИ И ПРОЕКТЫ МОЛОДЕЖИ РОССИИ

туры профессионального здоровья, развитие потребности к здоровому образу жизни. Технологии валеологического просвещения родителей: задача данных технологий – обеспечение валеологической образованности родителей воспитанников ДОО (Семинары-тренинги «Психологическое здоровье педагогов», консультация для педагогов «Признак утомленности ребенка», практикум для педагогов «Прием релаксации, снятия напряжения в течение рабочего дня»)..

На сегодняшний день ведущее место должно быть отведено использованию технологий сохранения и стимулирования здоровья, а также технологиям обучения ЗОЖ. К ним относятся:

1. Стретчинг – это упражнения направленные на растяжку мышц, часто применяется в системе массажа, в лечебной физкультуре. Упражнения стретчинга – это средство достижения расслабления. Стретчинг доступен

всем, если врачи не запрещают заниматься общеразвивающей подготовкой. Для выполнения стретчинга не требуется больших залов, денежных затрат, спортивных снарядов.

2. Динамические паузы – ведутся в период занятий, 2-5 минут, по мере утомляемости детей. Рекомендуется для всех дошкольников в качестве профилактики утомления. Содержат в себе компоненты гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия. К динамическим паузам в ДОО относят подвижные, хороводные игры, игры с мелкими предметами, пальчиковые игры. Так же сюда включается и проверка осанки, массаж лица.

3. Подвижные и спортивные игры – используются как часть физкультурного занятия, во время прогулки, в групповой комнате – малой, средней и высокой степени подвижности. Подвижные игры подбираются в соответствии с

ИДЕИ И ПРОЕКТЫ МОЛОДЕЖИ РОССИИ

возрастными особенностями ребенка, местом и временем ее проведения.

4. Релаксация – цель: способствовать снятию у дошкольников внутреннего мышечного напряжения, приведению нервной системы и психики детей в нормальное состояние покоя. Важное условие выполнения упражнений на релаксацию является то, что каждое действие должно доставлять приятные ощущения и удовольствие, способствовать хорошему самочувствию.

5. Гимнастика пальчиковая – представляет собой комплекс упражнений, цель которых, направлена на развитие мелкой моторики рук, т.е. совместных действий систем организма человека (мышечной, зрительной, нервной, костной), формирующих способность выполнять точные, мелкие движения пальцами и кистями рук.

6. Гимнастика для глаз – цель: формировать у детей дошкольно-

го возраста представления о необходимости заботиться о своем здоровье, о важности зрения, как составной части сохранения и укрепления здоровья. Для того чтобы, гимнастика для глаз была интересной и эффективной, она проводится в форме игры, в которой дошкольники могут проявить свою активность.

7. Гимнастика дыхательная – целью проведения является – укрепление здоровья дошкольников. Значимость такой гимнастики для общего физического развития детей старшего дошкольного возраста велико: гимнастика для органов дыхания помогает наполниться кислородом каждой клеточке организма дошкольника; упражнения учат детей дошкольного возраста управлять своим дыханием; правильное дыхание улучшает работу головного мозга, сердца и нервной системы ребенка, дыхательной и пищеварительной системы организма, укрепляет общее состояние здоровья; ды-

ИДЕИ И ПРОЕКТЫ МОЛОДЕЖИ РОССИИ

хательная гимнастика — отличная профилактика болезней органов дыхания.

8. Гимнастика корригирующая – разновидность лечебной гимнастики. У дошкольников представляет собой систему специальных физических упражнений, применяемых в основном для устранения нарушений осанки и искривлений позвоночника. Корригирующие упражнения имеют огромное значение не только для укрепления мышц тела, но и для разностороннего физического развития. Они воздействуют на сердечно – сосудистую систему, дыхательную и нервную системы.

9. Гимнастика ортопедическая – рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы. Цель: укрепление мышц свода стопы у детей дошкольного возраста через комплекс специальных упражнений. В проведении ортопедической гим-

настики существуют свои особенности.

Таким образом, педагогические условия формирования основ здорового образа жизни очень разнообразны и зависят от многих условий: объема и качества информации, форм организации и видов деятельности, возраста ребенка. Для более успешного результата формирования основ здорового образа жизни нами были выявлены и теоретически обоснованы следующие педагогические условия: обогащение предметно-развивающей образовательной среды в группе и перспективное планирование разных форм работы (физкультурные занятия, игры, наблюдения, беседы) по формированию основ здорового образа жизни. Основы здорового образа жизни у дошкольников характеризуются степенью осведомленности детей об элементах основ здорового образа жизни, способах ведения основ здорового образа жизни, полнотой, систем-

ИДЕИ И ПРОЕКТЫ МОЛОДЕЖИ РОССИИ

ностью и обобщенностью данной информации, степенью овладения способами ведения основ здорового образа жизни, адекватностью, целенаправленностью, ини-

циативностью и самостоятельностью их использования в поведении и деятельности для достижения результатов.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Андреева, Н.А. Взаимодействие ДОУ и семьи в формировании здорового образа жизни у дошкольников / Н.А. Андреева // *Материалы Международная научно-практическая конференция «Актуальные проблемы психологии и педагогики»*. – Уфа: Аэтерна, 2015. – С. 3-5.
2. Андреева, Н.А. Оптимизация взаимодействия дошкольного образовательного учреждения и семьи: учеб.-метод. пособие / Н.А. Андреева. – Шадринск: Шадринский Дом Печати, 2008. – 106 с.
3. Выготский, Л.С. *Вопросы детской психологии* – СПб.: Издательство «Союз», 2004. – 224.
4. *Словарь по психологии*. [Электронный ресурс]. – URL: [psychologist.ru>dictionary_of_terms/index.htm](http://psychologist.ru/dictionary_of_terms/index.htm)
5. *Социологический словарь*. [Электронный ресурс]. – URL: [5fan.ru>wievjob.php?id=47589](http://5fan.ru/wievjob.php?id=47589)
6. Смирнова, Н.К. *Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе* – М.: АПК и ПРО, 2002. – 121 с.
7. *Федеральный государственный общеобразовательный стандарт дошкольного образования РФ от 17 октября декабря 2013г.* [Электронный ресурс]. – URL: <http://base.garant.ru/70291362/>