

ОБРАЗОВАНИЕ – ТЕРРИТОРИЯ ИННОВАЦИЙ

Яковлева Зоя Игоревна,

воспитатель, д/с "Комарик",

магистрант Югорского Государственного Университета;

Степанова Галина Алексеевна,

профессор Югорского Государственного Университета,

г. Ханты-Мансийск

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА, ПРОЖИВАЮЩИХ В СЕВЕРНОМ РЕГИОНЕ

Аннотация. Гармоничному физическому развитию детей необходимо уделять большое внимание с самого раннего возраста, так как хорошее физическое развитие ребенка является основным показателем здоровья. Наиболее выделяемая сущность организма детей – последовательное интенсивное рост и развитие, но планомерное формирование выделенных функций организма в целом ещё не закончено, так как в рассматриваемом возрасте детский организм более раним. Соответственно, на самый первоначальный этап полностью выходят оздоровительные задачи: охрана и характерное укрепление здоровья ребёнка; последовательное закаливание всего организма для стремительного повышения сопротивляемости установленным явлениям окружающей среды; наиболее правильное и упорядоченное развитие всех непосредственных систем всего детского организма.

Ключевые слова: физическое развитие, двигательная активность, дошкольный возраст, здоровьесберегающая программа.

EFFECTIVENESS OF HEALTH-SAVING PHYSICAL EDUCATION PROGRAM FOR PRESCHOOL CHILDREN LIVING IN THE NORTHERN REGION

ОБРАЗОВАНИЕ – ТЕРРИТОРИЯ ИННОВАЦИЙ

Abstract. Harmonious physical development of children should be paid great attention from an early age, as good physical development of the child is the main indicator of health. The most characteristic feature of the body of children – intensive growth and development, but the formation of body functions is not yet complete, the child's body is vulnerable. Therefore, at the forefront of health problems: the protection and promotion of child health; hardening of the body to increase resistance to environmental phenomena; correct and timely development of all body systems.

Key words: physical development, motor activity, preschool age, health-saving program.

Дошкольный возраст – ответственный период развития организма человека. В эти годы закладываются основы крепкого здоровья и физического развития. Организм ребенка в этот период быстро растет и развивается [1, с. 55].

По установке выдвигаемого Устава Всемирной организации здравоохранения, обратим внимание на то, что здоровье – включает в себя полноценное отсутствие болезней и значительных повреждений, а также полное включенное социальное, физическое и психологическое благополучие.

Согласно трактовке ученого И.И. Брехмана, последовательно изучающего принципы здоровья, характерным образом выделял здоровье как многоаспектную «сущность самого человека в наибольшей мере сохранять в согласии основного возраста устойчивость в непосредственных условиях наибольших изменений выделяемых качественных и количественных параметров триединого потока вербальной, а также сенсорной и непосредственно структурной информации» [3, с. 42].

По трактовке А.И. Дубровского, как правило, здоровье определяет как существенное состояние всего организма современного человека, в тот

ОБРАЗОВАНИЕ – ТЕРРИТОРИЯ ИННОВАЦИЙ

момент, когда опосредованные функции его установленных систем и органов в наибольшей степени уравновешены с окружающей средой и в полной мере отсутствуют многочисленные болезненные изменения.

Здоровье – это особый фактор работоспособности и гармонического развития всего организма людей.

На сегодняшний день в выделенном современном научном понимании здоровье непосредственных дошкольников планомерно включает последующий комплекс существенных признаков:

По трактовке А.М. Сивцовой отметим, что выделяемая педагогическая технология включает в себя опосредованную совокупность психолого-педагогических установок, во многом характерно выдвигающие специальный набор и последовательную компоновку форм, методов, а также иных способов, соответствующих приемов обучения, применительно воспитательных средств [1, с. 87].

Н.К. Смирнов, как родоначальник мнения «здоровьесберегающие образовательные технологии» заявлял, собственно, что их возможно рассматривать как и технологическую базу здоровьесберегающей педагогики, и как совокупность способов и форм организации изучения здоровья детей без вреда для их самочувствия, и как высококачественная черта педагогической технологии по аспекту ее влияния на самочувствие малыша и воспитателя.

Здоровьесберегающая технология – это:

- конкретные обстоятельства изучения ребенка в образовательном учреждении (адекватность способов воспитания и изучения, адекватность притязаний, недоступность стресса);

- здоровая организация процесса изучения и полноценного воспитания дошкольников;

ОБРАЗОВАНИЕ – ТЕРРИТОРИЯ ИННОВАЦИЙ

- характерное соотношение непосредственной физической и учебной нагрузки, относящихся к возрастным особенностям самого ребенка.

Изучение проблемы содержания программы для оздоровления детей 6-7 лет и совершенствования их физического развития в системе физического воспитания представляется особенно актуальным [2, с. 34].

Цель исследования: разработать и экспериментально апробировать эффективность здоровьесберегающих программ физического воспитания детей дошкольного возраста, проживающих в условиях северного региона.

Объект исследования: процесс физического воспитания детей старшего дошкольного возраста, проживающих в условиях северного региона.

Предмет исследования: эффективность здоровьесберегающей программы физического воспитания дошкольников 6-7 лет, проживающих в северном регионе.

В соответствии с целью, гипотезой, объектом и предметом исследования были сформулированы следующие задачи:

1. Изучить современные научные представления о здоровьесберегающих программах, технологиях, факторах и условиях их использования в дошкольном возрасте.

2. Изучить уровни физического развития детей старшего дошкольного возраста, проживающих на севере.

3. Разработать здоровьесберегающую программу физического воспитания старших дошкольников и экспериментально проверить ее эффективность.

4. Разработать методические рекомендации и использования здоровьесберегающих технологий в дошкольных образовательных учреждениях, расположенных в северных регионах.

ОБРАЗОВАНИЕ – ТЕРРИТОРИЯ ИННОВАЦИЙ

Экспериментальная база исследования – ХМАО-Югра, Березовский район, п.Хулимсунт, Детский сад «Комарик».

Для этого было проведено исследование состояния здоровья старших дошкольников в числе 30 детей 6-7 лет.

Этапы исследования:

1. Изучение медицинской документации.
2. Установление эмоционального контакта с детьми.
3. Изучение антропометрических данных.
4. Тестовые задания.
5. Первичная обработка данных.
6. Интерпретация полученных данных.

С детьми были проведены занятия, целью которых являлось изучение и комплексная оценка исходного физического состояния детей. С учетом данных констатирующего эксперимента и характерной особенности организма детей (интенсивное рост и развитие, формирование функций организма) была разработана здоровьесберегающая программа по физическому развитию для дошкольников, проживающих в северном регионе[4, с. 75].

Программа включала в себя:

- проведение утренней гимнастики и физкультурных занятий на свежем воздухе;
- учет влияния разнообразных метеорологических условий (воздействие температуры воздуха, солнечное излучение, ионизация и движение воздуха, изменения атмосферного давления и др.) на определенные биохимические процессы в организме ребенка;
- прием во время проведения утренней гимнастики и физкультурных занятий воздушных ванн;

ОБРАЗОВАНИЕ – ТЕРРИТОРИЯ ИННОВАЦИЙ

- расширение представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека[3, с. 85].

По итогу полученных результатов итогового эксперимента свидетельствуют показатели об эффективности разработанной программы для укрепления здоровья детей, для формирования понятий и представлений о здоровье, его сохранении, а также формировании осознанного отношения к здоровому образу жизни.

Подводя итоги можно сказать, что правильное физическое развитие детей дошкольного возраста зависит от многих условий, среди них важное значение имеет физическое воспитание, которое способствует укреплению организма ребенка, совершенствованию его физического и нервно-психического развития, улучшению функциональной деятельности основных систем и органов.

Здоровьесберегающие технологии — это комплекс инструментов и методов по охране и стимулированию здоровья детей.

В процессе проведения педагогического эксперимента по формированию осознанного отношения к своему здоровью у детей старшего дошкольного возраста использовались здоровьесберегающие технологии (динамические паузы, релаксация, самомассаж и др.).

Следует отметить, что изучение здоровьесберегающих технологий как важного элемента физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками 6-7 лет, проживающими в северном регионе, представляется особенно актуальным и нуждается в дальнейшей теоретической разработке и практической апробации.

ОБРАЗОВАНИЕ – ТЕРРИТОРИЯ ИННОВАЦИЙ

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Костыгова, Т.М. Физическое развитие дошкольников [Текст] / Т.М. Костыгова. – СПб: Лениздат, 2011. – 163 с.
2. Кудрявцев, В.Т. Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст) [Текст] / В.Т. Кудрявцев, Б.Б. Егоров. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2010. – 240 с.
3. Куликова, Т.А. Физическое воспитание детей дошкольного возраста в условиях ДОО [Текст] / Т.А. Куликова. – М.: Академия, 2013. – 232 с.
4. Леви-Гориневская, Е.Г. Развитие основных движений у детей дошкольного возраста [Текст] / Е.Г. Леви-Гориневская. – М.: 2014. – 167 с.