

**Мустафаева З.И.**

## **Проблемы создания здоровьесберегающей системы в дошкольном образовательном заведении**

*Мустафаева Зюре Исмаиловна кандидат педагогических наук, доцент кафедры дошкольного образования  
Республиканское высшее учебное заведение «Крымский инженерно-педагогический университет»  
г. Симферополь, Крым*

**Аннотация.** В статье освещаются пути повышения уровня здоровья дошкольников путем использования различных форм и методов физического и валеологического воспитания в процессе учебно-воспитательного процесса в условиях дошкольного учреждения.

**Ключевые слова:** дошкольник, валеологическое воспитание, здоровьесберегающая среда, физическое развитие

На современном этапе развития системы образования проблема сохранения и укрепления здоровья детей приобретает все большую масштабность. Неоспоримым является тот факт, что фундамент здоровья закладывается в дошкольном возрасте. Поэтому учреждениям, обеспечивающим получение дошкольного образования, отводится роль системообразующего звена в интеграции усилий педагогов, медицинских работников и семьи в решении данной проблемы.

Научно-методическое обеспечение по данной проблеме имеет в основном разноаспектный теоретический характер, но имеющийся материал недостаточно адаптирован для практического воплощения в жизнь. Оздоровительный потенциал, заложенный в образовательных программах и методиках, используется разными педагогами по-разному.

Реалии актуального состояния здоровья, уровня физической и двигательной подготовленности детей существенно различаются от планируемых результатов, которые декларируются в программах обучения и воспитания и бесчетных нормативных документах, регламентирующих деятельность коллективов детских учебных заведений. В то же время материальное, научно-методическое, информационное обеспечение физического воспитания дошкольников не всегда находится на достаточно высоком уровне.

Проведенный мониторинг физического воспитания дошкольников в дошкольных учебных заведениях г. Симферополя и Симферопольского района АРК показал, что не во всех учреждениях соблюдается уровень двигательной активности дошкольников. Часто игнорируется естественная потребность детей в движениях. К основным причинам можно отнести: перегрузку детей на занятиях, сокращение прогулки на свежем воздухе из-за увеличения продолжительности занятий (основное внимание педагогов направлено на умственное развитие дошкольников, подготовку их к школе); проведение физкультурных занятий без учета индивидуальных особенностей детей (групп здоровья, уровня физической подготовки); несоответствие помещений, в которых проводятся занятия, санитарно-гигиеническим требованиям (освещение, воздушный режим и т.д.); несбалансированное питание; отсутствие спортивного инвентаря.

Не во всех дошкольных учреждениях есть инструктор по физической культуре. А это существенно снижает эффективность физкультурной деятельности ДУЗ.

Проблемам укрепления здоровья дошкольников посвящены исследования – В.Г. Алямовской, О.Л. Богинич, А.В. Беленькой, Э.С. Вильчковского, Л.Д. Глазыриной, В.А. Овсянкина и т.д. Подготовка будущих

педагогов дошкольных учреждений к валеологическому воспитанию дошкольников – В.В. Нестеренко, Т.В. Книш и т.д.

Обосновать необходимость организации здоровьесберегающей системы в дошкольных учреждениях как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья дошкольников.

Раскрыть основные направления повышения уровня здоровья дошкольников путем использования различных форм и методов физического и валеологического воспитания в процессе учебно-воспитательного процесса в условиях дошкольного учреждения.

Понятие «система» означает нечто целое, состоящее из частей, или определенный порядок. Относительно оздоровительной работы это понятие означает соединение мероприятий разной направленности, но имеющих общую стратегическую цель. В нашем случае такой целью является сохранение и укрепление здоровья воспитанников дошкольного учреждения.

Система оздоровительной работы предусматривает определенный порядок осуществления оздоровительных мероприятий в различных направлениях деятельности дошкольного учреждения: педагогической, лечебно-профилактической, бытовой. Обязательной частью системы оздоровительной работы в дошкольном учреждении является также деятельность администрации по созданию соответствующей материально-методической базы и повышению квалификации персонала.

Анализируя содержание системы оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении, мы можем классифицировать ее основные мероприятия следующим образом:

- мероприятия аналитико-диагностического характера;
- стратегическое и тактическое планирование оздоровительной работы;
- мероприятия по созданию, обновлению и пополнению материально-методической базы и повышению квалификации сотрудников;
- мероприятия по контролю реализации системы оздоровительной работы;
- мероприятия по обеспечению общегигиенических требований содержания детей в дошкольном учреждении;
- мероприятия по обеспечению санитарно-эпидемиологических требований;
- мероприятия по обеспечению техники безопасности в бытовой, игровой и образовательной деятельности детей;

- мероприятия по обеспечению психологической безопасности детей в период их пребывания в дошкольном учреждении;
- специальные медицинские мероприятия;
- лечебно-профилактические мероприятия;
- педагогические мероприятия;
- санитарно-просветительские мероприятия.

Согласно статистическим данным МЗРФ состояние здоровья и физического развития детей - дошкольников за последнее десятилетие значительно ухудшилось. К моменту поступления в школу наблюдается тенденция роста хронических заболеваний у детей, ухудшения показателей физического и психологического здоровья. Сущность здоровьесбережения состоит в том, чтобы найти возможности для улучшения физического и психологического здоровья детей еще до того, как оно будет нарушено.

Одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами на сегодняшний день, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения. Так как формирование здорового образа жизни должно начинаться уже в детском саду. Многие идеи воспитания у детей привычек здорового образа жизни оказались нежизнеспособными из-за невозможности решения проблем связанных с семьей. Усугубляют эти проблемы и условия экономической нестабильности общества.

Но главным препятствием, по нашему убеждению, является отсутствие у детей осознанного отношения к своему здоровью. Потребность в его здоровье есть у родителей, школы, общества, и все вместе мы пытаемся внушить ребенку свое представление о здоровье. Поэтому и в образовательных программах для дошкольных учреждений появляется все больше разделов, посвященных изучению организма человека, обеспечению безопасности его жизни. Не исключая этих подходов, мы считаем, что главное - помочь малышам выработать собственные жизненные ориентиры в выборе здорового образа жизни, научить оценивать свои физические возможности, видеть перспективы их развития, осознать ответственность за свое здоровье.

Возможно ли подобное в столь юном возрасте? Согласно экспериментальным исследованиям В.Г. Алямовской [1, 16-18] можно сделать вывод, что отношение ребенка к здоровью напрямую зависит от сформированности этого понятия в его сознании. Поскольку это понятие сложное и многоаспектное, в младшем дошкольном возрасте дети не в состоянии овладеть им, как мы убедились, даже на уровне общего представления. Дети в этом возрасте понимают, что значит болеть, но дать самую элементарную характеристику здоровью пока не могут. Вследствие этого никакого отношения к здоровью у маленького ребенка еще не складывается.

В среднем дошкольном возрасте у детей формируется представление о здоровье как "не-болезни". Но у большинства детей складывается негативное отношение к болезни на основании собственного опыта.

В старшем дошкольном возрасте благодаря возрастанию опыта личности отношение к здоровью существенно меняется. Но наблюдается смешение понятий «здоровый» как большой или хороший (вот здорово!)

и «здоровый» как не больной. Дети по-прежнему соотносят здоровье с болезнью, но более отчетливо определяют угрозы здоровью как от своих собственных действий (например, нельзя есть невымытые фрукты), так и от внешней среды. При наличии воспитательной системы дети начинают соотносить понятие "здоровье" с выполнением правил гигиены и занятиями физкультурой.

Проведенные В.Г. Алямовской [1] исследования убедительно доказали, что значительная часть самоохранительного поведения детей старшего дошкольного возраста определяется их представлениями о здоровье. При целенаправленном воспитании и обучении, закреплении в повседневной жизни правил гигиены, соответствующей мотивации здорового поведения отношение детей к своему здоровью существенно меняется. Сформированность понятия здоровья как величайшей ценности жизни и нездоровом поведении (на доступном для дошкольников уровне) становится основой формирования у детей потребности в здоровом образе жизни.

Обобщение изложенного выше подводит нас к необходимости понимания того факта, что в систему оздоровительной работы должно быть включено формирование знаний о здоровье, здоровом образе жизни и здоровом поведении (на доступном ребенку уровне). Кроме того, в дошкольном учреждении должны быть созданы условия для реализации этих знаний в повседневной жизни. Основным условием воспитания у ребенка потребности в здоровом образе жизни является, в свою очередь, формирование у него позиции созидателя в отношении своего здоровья.

Основными условиями, создающими основу для формирования у ребенка потребности в здоровом образе жизни, являются следующие:

1. Гигиенически организованная среда обитания ребенка в дошкольном образовательном учреждении.
2. Включение в образовательную программу дошкольного учреждения специального обучающего курса, позволяющего детям овладеть системой понятий о своем организме, здоровье и здоровом образе жизни.
3. Включение в лечебно-профилактическую работу с детьми обучения и систематического контроля обучения детей специфическим навыкам ухода за своим телом.
4. Реализация принципа резонанса в физическом воспитании детей, сущность которого заключается в создании взрослыми системы ситуаций для проявления детьми своих растущих физических возможностей.

Целесообразно решать данную задачу не в форме дополнительного образования, путем введения, к примеру, занятий по валеологии, а интегрировано, в процессе физкультурной деятельности. Такой подход, на наш взгляд, более оправдан, учитывая перегруженность учебно-воспитательного процесса дошкольных учреждений в последние годы информационно-познавательной деятельностью, увеличением числа различного рода дополнительных образовательных услуг.

Учитывая реальность настоящей и объективной закономерности педагогики, валеологическое воспитание дошкольников должно быть глубоко националь-

ным, т.е. базироваться на культурном опыте народа, его традициях, обычаях, обрядах и формах социальной практики.

В процессе всей учебно-воспитательной работы необходимо помнить, что процесс обучения здоровому образу жизни неразрывно связан с двигательной активностью, как мощным и стимулирующим фактором интеллектуального и эмоционального развития ребенка. Именно на основе интереса детей к физкультурной деятельности следует формировать умения и навыки обеспечения здоровой жизнедеятельности, мотивацию на здоровье.

Во главе всех принимаемых решений по развитию дошкольного воспитания должен стоять ребенок, его психическое и физическое здоровье, эмоциональное благополучие. Ведущей идеей воспитания дошкольника должна быть идея постоянного развития человека, развития личности в период ее физического и социально-психологического созревания, расцвета и стабилизации жизненных сил и способностей, формирование достоинства личности и «базового» доверия, а также соблюдение конвенциональных норм и прав ребенка.

Условно разделив работу по здоровьесбережению на два компонента, можно обозначить следующее их содержание:

1. формирование здорового образа жизни на основе валеологического воспитания, включающего изучение своего организма, освоение гигиенических навыков, включение в процесс самопознания на личностном уровне у дошкольников, формирование представлений о способах обеспечения безопасности жизнедеятельности и др.;

2. создание условий, при которых физическое воспитание, двигательная активность являются мощным стимулирующим фактором интеллектуального и эмоционального развития ребенка через активное включение дошкольника в систему занятий физическими упражнениями, которые обеспечивают устойчивый интерес к самопознанию и самосовершенствованию во всех видах физкультурно – оздоровительной работы.

Мы согласны с мнением Алексеевой Т.В. [4] и считаем, что к механизмам реализации здоровьесберегающих технологий, которые позволяют реализовать оба направления работы с детьми, можно отнести:

- Специально подобранные физические упражнения во всех формах физкультурно-оздоровительной работы.
- Интеграция данных физических упражнений и приемов здоровьесбережения в другие режимные моменты.
- Дополнительные средства для обеспечения здорового ритма жизнедеятельности и осуществления разных видов двигательной активности группы воспитанников.

Естественно, что в первую очередь, при внедрении здоровьесберегающих технологий в педагогический процесс дошкольного учебного заведения, необходимо начинать с изменения подхода к организации двигательной активности детей и проведению физкультурных занятий.

Занятия по физической культуре обычно направлены на освоение определенного объема двигательных

навыков и мало способствуют оздоровлению и ещё меньше – здоровьесбережению, в связи с этим встает вопрос о поисках путей проведения профилактики нарушений физического и психологического здоровья. Исходя из данной проблемы, обозначим задачи, которые может решать любая здоровьесберегающая технология в процессе проведения физкультурных занятий в дошкольных заведениях: укрепление физического и психологического здоровья детей; гармоничное развитие всех частей опорно-двигательного аппарата и личности ребенка; формирование правильной осанки и эмоциональной стабильности; формирование привычки к здоровому образу жизни и оптимизация процесса воспитания и обучения.

Общим методологическим принципом оздоровительной деятельности является системный подход к разработке и реализации оздоровительных программ.

К другим не менее важным методологическим принципам организации оздоровительной деятельности в дошкольном учреждении являются:

- организация и управление оздоровительной деятельностью в дошкольном учреждении с позиций субъект-субъектного подхода. Он подразумевает наличие активной позиции и деятельности в отношении здоровья самих воспитанников;
- учет динамики заболеваемости и качественной ее характеристики;
- учет динамики физического развития и темпов прироста физических качеств;
- учет динамики психического состояния воспитанников на протяжении определенных временных периодов;
- учет экологических факторов окружающей среды, а также экологических факторов внутренней среды дошкольного учреждения;
- учет образовательной программы, реализуемой в дошкольном учреждении.

Оздоровительная деятельность дошкольного учреждения должна представлять целостную систему взаимосвязанных мероприятий различной направленности. Этого, собственно, никто и не отрицает, и в практике отдельных дошкольных учреждений подобные системы оздоровительной работы имеют место. Но следует помнить о том, что любая система не прослужит достаточно долго и эффективно, если она не будет совершенствоваться, обновляться и модернизироваться. Основаниями ее обновления и совершенствования являются многие факторы. К ним в первую очередь относятся: социально-экономические, экологические, культурные, уровень квалификации персонала, тенденции изменения характеристик здоровья воспитанников. Кроме того, следует учитывать и общую направленность деятельности государства, региональной и муниципальной администрации в отношении здоровья подрастающего поколения и участвовать в реализации целевых государственных, региональных и муниципальных программ и тому подобных мероприятиях.

Таким образом, можно сделать вывод, что инновационность предложенной системы оздоровительной работы заключается в том, что она интегрирована в образовательный и бытовые процессы и по сути представляет собой принципиально иной подход к органи-

зации жизнедеятельности детей в дошкольном учреждении, обеспечивая детям необходимое по современным требованиям качество жизни. Она может меняться и модернизироваться по мере роста возможностей дошкольного учреждения (квалификации персо-

нала, улучшения материальной базы), а также достаточно легко приспосабливаться к изменениям в характеристиках здоровья детей или внешней социально-экономической ситуации.

#### ЛИТЕРАТУРА (REFERENCES TRANSLATED AND TRANSLITERATED)

1. Алямовская В.Г. Материалы курса «Оздоровительные технологии в дошкольном образовательном учреждении»: инновационный аспект: лекции 1-4. М.: Педагогический университет «Первое сентября» 2010. – 92 с.  
*Alyamovskaya V.G. Materialy kursa «Ozdorovitelnyie tehnologii v doshkolnom obrazovatelnom uchrezhdenii»: innovatsionnyiy aspekt: lektzii 1-4 [Materials of course «Health technologies in preschool educational establishment»: innovative aspect: lectures 1-4]. M.: Pedagogicheskiy universitet «Pervoe sentyabrya» 2010. – 92 s.*
2. Бельенка Г.В., Богініч О.Л., Машовец М.А. Здоровья дитини – від родини. –К.:СПД Богданова А.М., 2006. -220с.  
*Belenka G.V., BogInIch O.L., Mashovets M.A. Zdorov'ya ditini – vId rodini [The health of child is the health from family]. – K.:SPD Bogdanova A.M., 2006. -220s.*
3. Денисенко Н. Освітній процес має бути здоров'язберезувальним //Дошкільне виховання, 2007, №7, С.8-10  
*Denisenko N. OsvItInly protses maE buti zdorov'yazberezhuvalnim [Educational process must be the saving health system] // Doshkilne vihovannya, 2007, #7, S. 8-10*
4. Использование здоровьесберегающих технологий в процессе физического развития и воспитания дошкольников.

- Автор(ы): Алексеева Т. В. Материалы V городской научно-практической конференции молодых ученых и студентов учреждений высшего и среднего образования городского. – М.: МГППУ, 2006. - 320с.  
*Ispolzovanie zdorovesberegayuschih tehnologii v protsesse fizicheskogo razvitiya i vospitaniya doshkolnikov. Avtor(yi): Alekseeva T. V. Materialy V gorodskoy nauchno-prakticheskoy konferentsii molodyih uchenyih i studentov uchrezhdeniy vyisshego i srednegoobrazovaniya gorodskogo podchineniya [Use of the saving health technologies in the process of physical development and education of preschooler . Author: Alekseeva T. V. Materials to the V city science and practical conference of youths of scientists and students of higher and high establishments of city submission]. - M.: MGPPU, 2006. - 320s.*
5. Нестеренко В.В. Підготовка вихователів дошкільних закладів до валеологічного виховання дітей:Монографія. – Одеса, 2007. – 166 с.  
*Nesterenko V.V. Pidgotovka vihovateliv doshkilnih zakladiv do valeologIchnogo vihovannya dItey [Preparation of educators of preschool establishments to valeological education of children]:Monografiya. – Odesa, 2007. – 166 s.*

#### **Mustafaeva Z.I. The Problems of creation of the saving health system in preschool educational establishment**

**Abstract.** The ways of increase of health level of preschoolers by the using of different forms and methods of physical and valeological education in the process of educational process in the conditions of preschool establishment.

**Keywords:** preschooler, valeological education, the saving health system, physical development