РЕАЛИЗАЦИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ФИЗКУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ

Серпкова С.Е.¹, Ильина Г.В.¹

¹ ФГБОУ ВПО «Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова», Магнитогорск, Россия (455011, Магнитогорск, ул. Карла – Либкнехта, 40), e-mail: setka.mgn@mail.ru

Проведён анализ научной литературы по проблеме реализации здоровьесберегающих технологий в физкультурной деятельности дошкольников; уточнены понятия «здоровьесберегающие технологии», физкультурная деятельность. Выделены современные здоровьесберегающие технологии, способствующие профилактике и коррекции психомоторного, речевого, эмоционального и общего психического и физического развития детей дошкольного возраста. Разработано планирование технологии обучения здоровому образу жизни детей 5-7 лет с учётом ФГОС дошкольного образования. Апробированы технологии обучения здоровому образу жизни в дошкольном учреждении. Представлены методические рекомендации для педагогов и определены перспективы дальнейшей работы, связанные с реализацией здоровьесберегающих технологий в непрерывной физкультурной деятельности детей дошкольного и младшего школьного возраста.

Ключевые слова: здоровьесберегающие технологии, физкультурная деятельность, дошкольники.

SALE TECHNOLOGIES WILL IN SPORTS ACTIVITY OLDER PRESCHOOLERS

Serpikova S.E.¹, Iilina G.V.¹

¹ "Magnitogorsk State Technical University. GI Nosov, "Magnitogorsk, Russia (455011, Magnitogorsk str. Karl - Libknehata, 40), e-mail: setka.mgn @ mail.ru

The analysis of scientific literature on the problem of realization of health saving technologies in physical activity of preschool children; clarified the concept of "health saving technologies", physical activity. The dedicated modern health saving technologies, promoting the prevention and correction of psychological, verbal, emotional and overall mental and physical development of children of preschool age. Developed technology planning training in healthy lifestyle of children of 5-7 years taking into account the GEF pre-school education. Tested technology training in healthy lifestyle in preschool. The methodical recommendations for teachers and the prospects of the further work related to the implementation of health saving technologies in continuous physical activity of children of preschool and younger school age.

Keys words: sale technologies, sports activity, older preschoolers.

Введение

В настоящее время одной из приоритетных задач модернизации российского образования является забота о здоровьесбережении детей. Однако более 20% детей, выпускников ДОУ, имеют дефицит массы тела, 50% – хронически больные. Контингент детей, поступающих в школу с первой группой здоровья, составляет 10%. Причинами резкого ухудшения здоровья будущих первоклассников являются снижение двигательной активности дошкольников, увеличение занятий, связанных с подготовкой детей к обучению в школе [5].

В связи с этим, возрастает потребность реализации педагогами ДОУ технологий, направленных на сохранение здоровья и развитие психофизического потенциала

дошкольников, активизацию двигательной деятельности, что обеспечит успешную адаптацию детей к разнонаправленным нагрузкам школьного обучения. Данные технологии должны способствовать профилактике и коррекции не только психомоторного, но и речевого, эмоционального и общего психического и физического развития.

Таким образом, актуальность обозначенной проблемы обусловила выбор темы исследования: *«Особенности реализации здоровьесберегающих технологий в физкультурной деятельности старших дошкольников».*

Цель исследования: изучить теоретические основы здоровьесберегающих технологий и определить их значимость для здоровья старших дошкольников.

Задачи исследования: проанализировать научную литературу по проблеме исследования; конкретизировать основные понятия «здоровьесберегающие технологии»; физкультурная деятельность детей дошкольного возраста; уточнить здоровьесберегающие технологии, реализуемые в физкультурной деятельности старших дошкольников; разработать методические рекомендации для педагогов в ДОУ по реализации здоровьесберегающих технологий в физкультурной деятельности старших дошкольников.

Методологические основы исследования: представления дошкольников о здоровом образе, укреплении здоровья ребенка (А.Ф. Аменд, С.Ф. Васильев, М.Л. Лазарев, О.В.Морозова, Т.В. Поштарева, О.Ю. Толстова, З.И. Тюмасева и др.); исследования понятия «здоровьесберегающие технологии» (К.В. Дубов, А.Н. Акимова и др.). Здоровый образ жизни(П.А.Виноградов, Б.С.Ерасов, О.А.Мильштейн, В.А.Пономарчук, В.И.Столяров и др.) рассматривают здоровый образ жизни как глобальную социальную проблему, составную часть жизни общества в целом.Теоретические положения о физическом воспитании и развитии дошкольников (Л.Д. Глазырина, Н.Н. Кожухова, А.В. Кенеман, Г.Г. Попов, Э.Я. Степаненкова, и др.).

Методы исследования: анализ психолого-педагогической литературы, опрос, беседа.

Теоретическая значимость: заключается в конкретизации здоровьесберегающих технологий, реализуемых в физкультурной деятельности старших дошкольников.

Практическая значимость: заключается в разработанных методических рекомендациях для педагогов в ДОУ по реализации здоровьесберегающих технологий в физкультурной деятельности старших дошкольников.

В ходе исследования физкультурной деятельности дошкольников на современном этапе мы проанализировали научную литературу по проблеме исследования; конкретизировали основные понятия «здоровье сберегающие технологии», физкультурная деятельность детей дошкольного возраста; уточнили здоровьесберегающие технологии, реализуемые в физкультурной деятельности дошкольников.

Физкультурная деятельность – это специфическая деятельность человека, проявляющаяся в генетически обусловленной потребности в двигательной активности, отвечающая психофизическим особенностям человека, которая решается в процессе физического воспитания [7]. Форма организации физкультурной деятельности – особым образом организованное выполнение комплекса физических упражнений с целью решения задач сферы физической культуры. К основным формам относятся: физкультурное занятие, утренняя гимнастика, гимнастика после дневного сна, физкультминутка и физкультурная пауза, специально организованная физкультурная деятельность на прогулке, самостоятельная физкультурная деятельность, задания на дом [4]. К рекреационным формам относятся: туристическая прогулка, физкультурный досуг, физкультурный праздник, день здоровья [3].

Здоровье характеризуется биологическим потенциалом (наследственными возможностями), физиологическими резервами жизнедеятельности, нормальным психическим состоянием и социальными возможностями реализации человеком всех задатков. Здоровый образ жизни – это результат действий многих внутренних и внешних факторов, объективных и субъективных условий, благоприятно влияющих на состояние здоровья. Здоровый образ жизни является предпосылкой для развития других сторон жизнедеятельности человека, достижения им активного долголетия и полноценного выполнения социальных функций.

«Технология» - это инструмент профессиональной деятельности педагога. Сущность педагогической технологии заключается в выраженной последовательности, включает набор определенных профессиональных действий на каждом этапе, позволяя педагогу ещё в процессе проектирования предвидеть промежуточные и итоговые результаты собственной профессионально-педагогической деятельности.

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании - технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования - задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей. [1].

Виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании классифицируются в зависимости от поставленных целей и решаемых задач, а также ведущих средств здоровьесбережения и здоровьесобогащения субъектов педагогического процесса в детском саду.

Нами выделены необходимые компетенции педагогов по реализации здоровьесберегающих технологий с дошкольниками:

- знания педагогами видов и структурного содержания здоровьесберегающих

технологий, реализуемых с детьми дошкольного возраста;

- умение применять здоровьесберегающие технологии в дошкольном учреждении с учётом возрастных морфофункциональных особенностей, физического развития, физической подготовленности детей дошкольного возраста; проводить консультации с родителями по реализации здоровьесберегающих технологий с детьми, совместные оздоровительные мероприятия с детьми, родителями, педагогами на сохранение, поддержание и обогащение здоровья;

- владение современными здоровьесберегающими коррекционными технологиями: арттерапия, сказкотерапия, технология воздействия цветом, технология коррекции поведения, психогимнастика, фонетическая и логопедическая ритмика, технология музыкального воздействия. Важно, чтобы технология имела оздоровительную направленность, формировала у дошкольников стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное физическое развитие.

В ходе экспериментального исследования, мы изучили особенности реализации здоровьесберегающих технологий с детьми детей старшего дошкольного возраста. Нами проведён анализ работы по реализации здоровьесберегающих технологий с детьми старшего дошкольного возраста в МДОУ «Детский сад № 139» г. Магнитогорска, с учётом основополагающих документов по обеспечению здоровья детей в ДОУ.

Выбраны здоровьесберегающие технологии, реализуемые в физкультурной деятельности детей старшего дошкольного возраста: утренняя гимнастика; бодрящая гимнастика; гимнастика ортопедическая и гимнастика дыхательная на физкультурных занятиях; подвижные игры; стретчинг; релаксация; физкультурные досуги и праздники. [2].

Разработано планирование технологии обучения здоровому образу жизни детей 5-7 лет с учётом ФГОС дошкольного образования [6]. Апробированы технологии обучения здоровому образу жизни в физкультурной деятельности детей старшего дошкольного возраста: утренняя гимнастика, физкультурные занятия, стретчинг, психогимнастика, ритмическая гимнастика.

Представлены методические рекомендации для педагогов дошкольного образования по реализации здоровьесберегающих технологий в физкультурной деятельности детей старшего дошкольного возраста.

В заключение, одной из приоритетных задач модернизации российского образования остаётся забота о здоровьесбережении детей. Сохраняется потребность в реализации технологий на сохранение здоровья и развитие психофизического потенциала дошкольников, активизацию двигательной деятельности детей.

Нами были изучены теоретические основы здоровьесберегающих технологий и определена их значимость для здоровья старших дошкольников. Обозначена потребность реализации педагогами ДОУ технологий, направленных на сохранение здоровья и развитие психофизического потенциала дошкольников, активизацию двигательной деятельности, что обеспечит успешную

адаптацию детей к разнонаправленным нагрузкам школьного обучения. Выделены современные здоровьесберегающие технологии, способствующие профилактике и коррекции не только психомоторного, но и речевого, эмоционального и общего психического и физического развития.

Цель нашего исследования достигнута, перспективы дальнейшей работы связаны с реализацией здоровьесберегающих технологий в непрерывной физкультурной деятельности детей дошкольного и младшего школьного возраста.

Список литературы

1. Абольянина С.Г. Дифференцированные технологии физического воспитания детей с различным уровнем физической подготовленности : дис. к-та пед. наук. – Хабаровск 2009.
2. Здоровьесберегающие образовательные технологии: Материалы междисциплинарной научно-практической конференции. Москва, 25 октября 2007 Г./Отв. ред. Е.В.Усова. М.: Издат-во СГУ, 2007. 255 с.
3. Ильина, Г. В. К вопросу о специфике физкультурной деятельности дошкольников и младших школьников / Г. В. Ильина //Гуманизация образования в России: сборник материалов региональной научной интерактивной конференции (Магнитогорск, 26 февраля 2010 г.). - Магнитогорск: МаГУ, 2010. - С.149-155.
4. Ильина, Г.В. Физкультурная деятельность детей в непрерывном образовании : учеб.- метод. комплекс / Г.В. Ильина. - Магнитогорск: МаГУ, 2011. - 116 с.
5. Ильина, Г.В. Комплексно-тематическое планирование физкультурной деятельности дошкольников : учебно-методическое пособие / Г. В. Ильина. - Магнитогорск : МаГУ, 2013. - 97 с.
6. Ильина, Г. В. Физкультурная деятельность в структуре здорового образа жизни дошкольников: материалы 4-го городского научно-практического семинара / под ред. Г. В. Тугулёвой, Г. В. Ильиной. - Магнитогорск : МаГУ, 2013. - 128 с.
7. Попов Г.Г. Контроль физкультурной деятельности дошкольников. – Магнитогорск: МаГУ, 2006. – 96 с.