ТЕМА: «Система формирования здоровья дошкольника»

Угренёва Наталья Анатольевна, инструктор по физической культуре МБДОУ «Детский сад № 88»

В Указе Президента РФ «Национальная стратегия  действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы», одним из важных направлений является сбережение здоровья каждого ребёнка.

Особенностью современного мира является постоянное ускорение темпов развития цивилизации, что обуславливает необходимость быстрого обновления технологий во всех сферах жизни общества, в том числе и в системе образования, которое является основным ресурсом стратегии развития общества в целом, а дети – главным человеческим капиталом страны.

В Концепции дошкольного образования предусмотрено не только сохранение и укрепление здоровья дошкольника, а формирование у него и окружающих его взрослых осознанного отношения к своему здоровья и здоровому образу жизни.

Приоритетными задачами дошкольной ступени образования в области формирования здоровья дошкольника являются:

- Создание комфортных условий жизнедеятельности детей, способствующих полноценному развитию основ формирования здоровья, чувства защищенности, уверенности ребенка; его физической и психологической безопасность.

- Создание обогащенной предметно-развивающей среды, способствующей физическому, познавательному, социально-личностному, художественно-эстетическому развитию; активности ребенка в разнообразных видах детской деятельности.

- Организация игрового взаимодействия ребенка с другими детьми и взрослыми, направленное на естественную адаптацию и социализацию ребенка в социокультурной среде.

- Содействие полноценному развитию на основе освоения содержания здоровьеформирующих технологий основных образовательных областей и направлений развития дошкольника в соответствии с ФГОС, возрастными и индивидуальными особенностями.

- Организация социального партнерства по формированию основ здоровья и здорового образа жизни всех заинтересованных слоев населения (сотрудников дошкольного учреждения, родителей воспитанников, социальных партнеров).

В настоящее время система дошкольного образования работает по новым государственным образовательным стандартам, в которых важное место занимает проблема охраны и укрепления здоровья детей. Впервые в ФГОС к результатам образования включен такой важный, с позиции сохранения здоровья детей, критерий как «способность к контролю и самоконтролю».  Сохранение здоровья детей из категории «условие реализации образовательного процесса» переходит в более значимую категорию – «результат процесса образования».

Стратегическим вектором развития образовательной системы в данном направлении должен быть тезис: «От здоровьесберегающего к здоровьефомирующему образованию»

В процессе формирования, укрепления и сохранения здоровья дошкольников осуществляется «воспроизводство» как материальных ценностей (крепкое здоровье, телосложение, физические качества), так и духовных (личностная ориентация, социальное признание, авторитет).

**«Здоровьеформирующие технологии в ДОУ – проблемы и перспективы»**

1. Активизация педагогического мышления как основа реализации здоровьеформирующих технологий в ДОУ    
2. Использование здоровьеформирующих технологий в ДОУ, их классификация, методические рекомендации к работе.

**Прежде всего обратим внимание на терминалогию:**

**«технология»** - это системный метод создания, применения и определения всего процесса преподавания и усвоения знаний с учетом технических и человеческих ресурсов и их взаимодействия, ставящий своей задачей оптимизацию форм образования (ЮНЕСКО).

**«педагогическая технология»** - это строго научное прогнозирование (проектирование) и точное воспроизведение педагогических действий, которые обеспечивают достижение запланированных результатов (В.А. Сластенин).

**«здоровьесберегающая технология»** (по О.В.Петрову) – это 1. система условий, направленная на сохранение, укрепление, развитие здоровья всех субъектов образования:СанПиН, организация воспитательно-образовательного процесса с учетом возрастных, половых, гендерных особенностей всех субъектов образования, благоприятный психологический климат ДОУ; - это 2. процесс воспроизведения педагогических действий из арсенала педагогического и методического инструментариев в рамках связи «Педагог – воспитанник», осуществляемых посредством системного использования форм, средств и методов, которые обеспечивают достижение запланированных результатов с учетом целей и задач педагогики здоровьесбережения.

**«здоровьеформирующая технология»** (по Н.К. Смирнову)–это 1. психолого- педагогические программы и методы, направленные на воспитание у детей: культуры здоровья, личностных качеств, способствующих сохранению и укреплению здоровья ребенка, мотивации на ведение ЗОЖ, представления о здоровье, как о ценности; - 2. это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

Научные исследования последних лет выявили устойчивую тенденцию к существенному снижению показателей здоровья и темпов развития детей. Уже на стадии дошкольного детства до 50% детей имеют различные отклонения в состоянии здоровья, а более 20%  - хронические заболевания, а здоровых школьников насчитывается лишь от 14 до 23%, 50% имеют функциональные отклонения, а остальные – хронические заболевания.

Это свидетельствует о тенденции к ухудшению физического, нервно-психического и репродуктивного здоровья детей и необходимости адресной социальной заботы о детях, прежде всего решения вопросов охраны их здоровья, приоритетности профилактических и оздоровительных программ.

Помимо здоровьесберегающего образования современным образовательным учреждениям необходимо  также и здоровьеформирующее образование, позволяющее рассматривать  процесс формирования, укрепления и сохранения здоровья дошкольников, во-первых, в плане реализации внешних социокультурных условий жизнедеятельности человека и потребности в здоровье как условии благополучия; во-вторых, в плане реализации внутренних условий: потребностей и мотивов.

Здоровьеформирющие образовательные технологии наиболее значимы среди всех известных технологий по степени влияния на здоровье детей.

***Главный их признак – использование психолого-педагогических приемов, методов, подходов к решению возникающих проблем.***

**Их можно выделить в три подгруппы:**

● организационно-педагогические технологии, определяющие структуру воспитательно-образовательного процесса, способствующую предотвращению состояний переутомления, гиподинамии и других дезадаптационных состояний;

● психолого-педагогические технологии, связанные с непосредственной работой педагога с детьми (сюда же относится и психолого-педагогическое сопровождение всех элементов образовательного процесса);

● образовательно-воспитательные технологии, которые включают программы по обучению заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья дошкольников.

Сегодня медицина не в состоянии справиться с проблемами ухудшения здоровья, поэтому встает вопрос о ***превентивной***работе (предупреждающей, профилактической), о формировании осознанного отношения к здоровью и здоровому образу жизни (ЗОЖ). ***Пропедевтическая*** работа (подготовительная) в данном направлении ложится на плечи педагогов.   
 Насколько мы готовы реализовывать в образовательном процессе принципы здоровьеформирующих технологий?

Насколько мы открыты сотрудничеству с медицинскими работниками?   
 Способны ли вести диалог с родителями и предпринимать совместные действия по сохранению и укреплению здоровья детей?   
 Анализ дает весьма печальные ответы на поставленные вопросы.

**Во-первых,** существует низкий уровень мотивации на сохранение и укрепление индивидуального здоровья. Сейчас все чаще можно услышать об отсутствии культуры здоровья в России. Человек не стремится взять на себя ответственность за здоровье своё и своего ребенка. Рождаясь здоровым, самого здоровья человек не ощущает до тех пор, пока не возникнут серьезные признаки его нарушения. Почувствовав болезнь и получив облегчение от врача, он все больше склоняется к убеждению о зависимости своего здоровья именно от медицины. Такой подход освобождает самого человека от необходимости "работать над собой".

**Во-вторых,** имеет место "забалтывание" проблемы здоровья. Существует такой педагогический феномен: обсуждая какую-либо проблему, рассматривая ее со всех сторон, человек снимает часть внутреннего напряжения, возникшего в связи с этой проблемой. В результате боль, озабоченность становятся меньше. Реальная деятельность в направлении решения возникшей сложной проблемы подменяется рассуждениями на эту тему. Но ситуация не разрешается, т. к. только размышлениями и рассуждениями проблему не решить.

Организуя деятельность по сохранению и укреплению здоровья участников образовательного процесса, формированию у них культуры здоровья, следует помнить о существовании данного феномена, не подменять деятельность рассуждениями о ней.

**В-третьих,** можно констатировать сужение понятия "здоровье". Существует более 300 определений «здоровья».

*В Уставе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ):*

**здоровье** - это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

**Здоровье** рассматривается как некая целостность, включающая такие аспекты, как физическое, эмоциональное, интеллектуальное, личностное, социальное, и духовное здоровье.

Такое понятие здоровья, как нельзя лучше отражает основополагающие принципы, цели и задачи воспитания детей дошкольного возраста в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом и обеспечивающее право ребенка на полноценное всестороннее развитие; равные возможности всех детей в соответствии с их возрастными, индивидуальными возможностями и требованиями современного общества.

**«здоровье физическое»**  - это совершенство саморегуляции в организме, максимальная адаптация к окружающей среде.

**«физическая активность»** - естественная потребность здорового, развивающегося организма в движении

**«здоровье психическое»** - это высокое сознание, развитое мышление, большая внутренняя и моральная сила, побуждающая к созидательной деятельности.  
**«психическая активность»** - потребность нормально развивающегося ребенка в познании окружающей жизни: природы, человеческих отношений; в познании самого себя.

**«здоровье социальное»** - это моральное самообладание, адекватная оценка своего «Я», самоопределение личности в оптимальных условиях микро-, и макросреды (семье, ДОУ, социальной группе).

**«социальная активность»** проявляется в поведении, направленном на поддержание и выполнение правил, в стремлении помочь выполнять эти правила своим сверстникам.

**«здоровье нравственное»** - это комплекс характеристик мотивационной и потребностно-информативной сферы жизнедеятельности, основу которого определяет система ценностей, установок и мотивов поведения индивида в обществе. Нравственным здоровьем опосредована духовность человека, так как оно связано с общечеловеческими истинами добра, любви, милосердия и красоты.

Большинство педагогов придерживаются определения здоровья, часто имея в виду его физическую составляющую, забывая о социально-психологической и духовно-нравственной. Важно переломить эту тенденцию и руководствоваться определением здоровья как многогранного понятия, включающего физический, социально-психологический и духовно-нравственный аспект.

**2. *Современные здоровьеформирующие технологии.***

***(Виды, особенности и методики проведения, время проведения в режиме дня, ответственные)***

Виды здоровьесберегающих и здоровьеформирующих технологий в ДОУ:

1. Медико -профилактические;

2. Физкультурно-оздоровительные (технологии сохранения и стимулирования здоровья, технологии обучения здоровому образу жизни);

3. Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;

4. Коррекционные технологии;

5. Технологии здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов;

6. Валеологическое просвещение детей и их родителей.

Этапы внедрения здоровьесберегающих и здоровьеформирующих технологий

1. Анализ:

* исходного состояния здоровья воспитанников,
* физического развития и физической подготовленности дошкольников,
* валеологических умений и навыков дошкольников,
* здоровьесберегающей среды ДОУ.

2. Организация здоровьесберегающего образовательного пространства в ДОУ.

3. Освоение педагогами ДОУ методик и приёмов здоровьесбережения детей и взрослых ДОУ.

4. Внедрение разнообразных форм работы по сохранению и укреплению здоровья для разных категорий детей и взрослых.

5. Работа валеологической направленности с родителями ДОУ.

Выбор здоровьесберегающих и здоровьеформирующих педагогических технологий зависит от программы, по которой работают педагоги, конкретных условий дошкольного образовательного учреждения (ДОУ), профессиональной компетентности педагогов, а также показаний заболеваемости детей.

В чём же отличие здоровьесберегающих от здоровьеформирующих педагогических технологий?

Формирование собственных стратегий оздоровительных маршрутов, изменение условий окружающей среды по вектору здоровьеформирования

Использование готовых маршрутов здоровья и условий здоровьесберегающей среды

**Сравнительные характеристики здоровьесберегающих и здоровьеформирующих технологий**

**здоровьесберегающие технологии**

**здоровьеформирующие технологии**

Пассивная позиция воспитанника

Активная позиция воспитанника

Осознанно формирует стратегию поведения в разных жизненных ситуациях

Использование знаний по готовым алгоритмам в разных жизненных ситуациях

Формирует приоритетность ценностей здоровья над остальными жизненными ценностями

Формирует свою систему ценностей с учетом ценностей здоровья

Таким образом, очень важно, чтобы каждая из рассмотренных технологий имела оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая и здоровьеформирующая деятельность в результате формировала бы у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и не осложненное развитие.

Применение педагогами (инструктором по физической культуре, воспитателем и другими специалистами) в своей практике здоровьесберегающих и здоровьеформирующая педагогических технологий может способствовать формированию у воспитанников:

* способности к позитивному саморазвитию в различных жизненных обстоятельствах, уверенности в себе, развитию чувства компетентности и собственной ценности;
* мотивации укрепления здоровья, посредством установки на ценность собственного здоровья; приобретения знаний о своем здоровье; овладения способами, охраняющими и умножающими здоровье; умения применять формы накопления здоровья к особенностям своего организма;
* культуры здоровья, направленной на ответственное отношение как к своему, так и здоровью окружающих, на стремление сохранить и приумножить свой природный потенциал, гармонизацию личности, готовность поддержать свое душевное равновесие и окружающих, способность воспринимать и создавать прекрасное.

Таким образом, в работе педагогов ДОУ должен реализовываться качественно новый подход к процессу образования и воспитания: с применением вариативных программ, современных здоровьеформирующих технологий, соединением  работы нескольких специалистов в цепочку единых психолого-педагогических, оздоровительных действий, направленных на развитие и воспитание здоровой личности ребенка.

Как пример: использование программы «Будь здоров, как Макс Орлов»