

Здоровьесберегающие технологии в ДОУ.
Принципы здоровьесберегающих
технологий.

Консультация для воспитателей.

Дошкольный период - чрезвычайно важный этап в жизни ребёнка. Именно в дошкольном возрасте приходит усиленное физическое и умственное развитие, интенсивно формируются различные способности, закладывается основа черт характера и моральных качеств личности. На этой стадии развития у ребёнка формируются самые глубокие и важные человеческие чувства.

Исходя из особенностей психологического развития детей в дошкольном возрасте возможно и не обходимо заложить основы здорового образа жизни, так как именно в этот период накапливаются яркие, образные, эмоциональные впечатления, закладывается фундамент правильного отношения к своему здоровью.

Согласно определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезни или физических дефектов.

Структура понятия здоровья включает три компонента:

- Физическое здоровье
- Психическое здоровье
- Социальное здоровье

Физическое здоровье – естественное состояние организма, обусловленное нормальным функционированием всех его органов и систем.

Психическое здоровье зависит от состояния головного мозга, оно характеризуется уровнем и качеством мышления, развитием внимания и памяти, степенью эмоциональной устойчивости, развитием волевых качеств.

Социальное здоровье – это способность к формированию и поддержанию устойчивых отношений с окружающими, умение осознавать себя в качестве личности, реализоваться в обществе.

В дошкольных образовательных учреждениях в последние годы активно внедряются здоровьесберегающие 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. Их целью применительно к ребёнку является обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику детского сада и воспитанию здоровьесберегающей культуры как совокупности осознанного отношения ребёнка к здоровью, здоровьесберегающей компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской психологической самопомощи и помощи. Применительно к взрослым целью здоровьесберегающих технологий является содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей ДОО и валеологическому просвещению родителей.

Виды здоровьесберегающих технологий – это классификация здоровьесберегающих технологий по доминированию целей и решаемых задач. В связи с этим А.В Деркунская выделяет следующие виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании:

Медики – профилактические технологии в дошкольном образовании – это технологии, обеспечивающие сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДОО в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств. К ним относятся организация мониторинга здоровья детей и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья; физического развития дошкольников, закаливания; организация профилактических мероприятий в детском саду и др.

Физкультурно – оздоровительные технологии в дошкольном образовании направлены на физическое развитие и укрепление здоровья ребёнка: развитие физических качеств, в двигательной активности, закаливание, дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, профилактика плоскостопия и формирования правильной осанки, оздоровительные процедуры в водной среде (бассейне) и на тренажёрах и др. реализация этих технологий осуществляется специалистами по физическому воспитанию воспитателями ДОО в условиях специально – организованных форм оздоровительной работы. Отдельные приёмы этих технологий широко используются педагогами в разных формах организации педагогического процесса: на занятиях и прогулках, в режимные моменты, в свободной деятельности детей, в ходе педагогического взаимодействия взрослого с ребёнком.

Здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду способствуют формированию валеологической культуры и культуры здоровья дошкольников. Целью данных технологий является становление осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умений оберегать, поддерживать и сохранять его, обретение валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения. В дошкольной педагогике к наиболее значимым видам технологий относятся технологии личностно – ориентированного воспитания и обучения.

Технологии обеспечения социально – психологического благополучия ребёнка обеспечивают психическое и социальное здоровье дошкольника. Основная задача этих технологий заключается в обеспечении эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в ДОО и семье, обеспечение социально – эмоционального благополучия ребёнка. Реализацией данных технологий занимается психолог, воспитатель, и специалисты дошкольного образования.

Технологии здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дошкольного образования направлены на развитие культуры здоровья педагогов ДОУ.

Указанные технологии строятся на следующих принципах:

1. Гуманизации, предполагающим приоритетность личностного индивидуального развития ребёнка в организации педагогического процесса;
2. Учёта возрастных и индивидуальных особенностей ребёнка, провозглашающем необходимость первичной диагностики здоровья и валеологической культуры;
3. Учёта и развития субъектных качеств ребёнка в ходе образования, означающем соблюдение в организации педагогического процесса интересов и направленности ребёнка на конкретный вид деятельности, активности, инициативности и самостоятельности;
4. Субъект - субъектного взаимодействия в педагогическом процессе, предполагающим свободу высказываний и поведения ребёнка в разных формах организации педагогического процесса, проявление взаимных оценок и суждений взрослого и ребёнка по разным поводам, не допущения насильственных и жёстких мер. В ходе такого взаимодействия ребёнок может выбирать виды детской деятельности;
5. Педагогической поддержки, согласно которому педагог должен помогать ребёнку, испытывающему те или иные затруднения в процессе решения образовательных задач. Основным критерий реализации данного принципа – удовлетворённость ребенка самой деятельностью и её результатами, снятие эмоциональной напряжённости и дискомфорта;
6. Профессионального сотрудничества и сотворчества, означающего обязательное профессиональное взаимодействие воспитателя и специалистов в процессе организации здоровья сберегающего и здоровьеобогащающего педагогического процесса, а так же тесное сотрудничество со семьёй ребёнка
7. Систематичности и последовательности в организации здоровьесберегающего и здоровьеобогащающего процесса, предполагающего систематическую работу по оздоровлению и воспитанию валеологической культуры дошкольников, постепенное усложнение содержания и приёмов работы с детьми на разных этапах педагогической технологии.
8. Синкретичности, означающего объединение разнообразных методов Здоровьесбережения и здоровьеобогащения в условиях педагогической технологий, а также объединения различных способов детской деятельности, позволяющих ребёнку наиболее полно и самостоятельно проявлять себя получая удовлетворения от познания и реализации своих возможностей, испытывая эмоциональный комфорт.