

Обновление содержания образовательной работы

«Всех взрослых волнует состояние здоровья подрастающего поколения. Они обеспокоены тем, что дети часто болеют простудными и острыми респираторными заболеваниями, имеют вредные привычки. Но волнует ли самих детей этот вопрос? На это можно ответить так: детей волнует все, кроме их здоровья, даже у школьников нет «моды» быть здоровыми. Дети не слышат призывов взрослых, что нельзя сидеть долго у экрана телевизора и монитора компьютера, увлекаться чипсами, пепси и т.п. Они вообще не слышат частицу «не». Поэтому взрослым и детям необходимо стать союзниками в укреплении здоровья последних.

Дошкольные образовательные учреждения, которые являются первым звеном воспитания и образования, основной своей задачей ставят сохранение и укрепление здоровья доверенных им детей. С этой целью проводятся оздоровительные и профилактические мероприятия, осуществляется работа по улучшению психоэмоционального состояния воспитанников». В связи с тем, что приобщение к здоровому образу жизни становится приоритетом, то перед нами, педагогами – людьми, ответственным за здоровье детей, стоит важная задача – дать ребёнку информацию, которая сохранит свою значимость на всю его жизнь. Когда мы, взрослые, не учим детей нормам здорового образа жизни, то, что называется, своими руками толкаем их к нездоровью. В дошкольном возрасте дети восприимчивы и послушны, и в этом есть уникальная возможность для выработки у них правильных привычек. Необходимо сформировать у детей сознательную установку на здоровый образ жизни, научить жить в гармонии с собой и окружающим миром. «Это вполне возможно осуществлять в условиях детского сада. Поэтому педагоги и специалисты ДОО в организации физкультурно – оздоровительной работы с детьми ставят

оздоровительные задачи:

- учить детей осознанно относиться к своему здоровью;
- знакомить детей с доступными средствами его укрепления;
- давать детям элементарные представления о строении и функциях своего организма и др.;

образовательные задачи:

- побуждать детей к поиску эффективных средств и способов развития двигательной сферы;
- обогащать двигательный опыт;
- развивать физические качества (ловкость, выносливость и др.)

воспитательные задачи:

- развивать потребность и интерес к занятиям физическими играми и упражнениями;
- воспитывать нравственно – волевые качества личности ребенка;
- развивать двигательное творчество и др.

Этот далеко не полный перечень задач, базируется на общих приоритетах оздоровительно – развивающей работы в детском саду. Важно культивировать у детей осмысленное и преобразовательное отношение к собственному физическому и духовному здоровью как единому целому; расширять на этой основе адаптивные возможности детского организма, т.е. повышать его жизненную устойчивость, сопротивляемость, избирательное отношение к внешним воздействиям.

Для решения этих задач необходимо пересмотреть организацию оздоровительно – образовательной работы в дошкольных учреждениях. А именно:

*** Создавать условия и средства для реализации развивающих движений ребенка;**

- пополнить оборудование залов, игровых комнат и специальных помещений водными и «сухими» бассейнами, большими гимнастическими мячами, батутами, упругими матами, рельефными (неровными) покрытиями (варьирование их от мягких до жестких), приспособлениями для лазания (лесенки, канаты, сети), балансирами, модулями разной плотности, атрибутами художественной гимнастики и др.

*** Обновить структуру и содержание образовательной работы по физической культуре;**

- пересмотреть подходы к подбору упражнений, касающихся оптимальной статики, осанки, постановки стопы;
- помочь ребенку почувствовать свое тело, научиться управлять им. Поддержание позы требует динамического распределения мышечного тонуса, микродвижений мышц, кроме того, осуществляется тесная координация с дыханием и другими функциями органов и систем. Вот почему надо использовать в практике различные балансиры, большие мячи, поролоновые,

резиновые, деревянные модули, массажные коврики, особое внимание обратить на подбор гимнастических упражнений;

- качественно организовывать работу по формированию основных видов движения: ползания, лазания, ходьбы, бега, бытовых и спортивных движений. Здесь требуется, с одной стороны, тренировка автоматизма «штампа движений», с другой – формирование индивидуального стиля конкретного движения. В указанных движениях развиваются основные двигательные качества (сила, выносливость, скорость и др.);
- создать систему эстетического оформления двигательного опыта. Основа его – сопряжение музыки и движения. Такой подход предусматривает оптимальную проекцию эмоциональных особенностей личности в музыкально – ритмической сфере предметно – двигательной среды (танец, выразительные движения);
- социализировать движения, т.е. связать двигательные стереотипы с социальной адаптацией личности. Социализация связана с развитием мелкой моторики, речи и мышечных групп, отвечающих за систему мимики и жестикуляции. Умение управлять своим здоровьем и физическим совершенствованием – высшая форма проявления социализации.
- развивать двигательное воображение, двигательную находчивость, воспитывать способность к самосозиданию – «творению собственной телесной организации в доступных пределах);
- уделять особое внимание отбору и использованию подвижных игр, которые в практике выступают чаще всего как средство эмоциональной и моторной деятельности детей.

*** Освоить современные способы обучения детей, предлагаемые в программах и пособиях В.Г. Кудрявцева, Н.К. Смирнова, Н.Н. Ефименко, И.К. Шилкова, А.С. Большого и других авторов.**

Разрабатывая образовательные технологии по физической культуре, необходимо учесть структуру всей организации жизнедеятельности детей в детском саду (в том числе и учебный процесс), с целью предотвращения у детей состояния переутомления, гиподинамии и других дезадапционных состояний; оснастить занятия физическими играми и упражнениями, психолого – педагогическим сопровождением, обеспечивающим

формирование и укрепление здоровья детей. Сюда относятся разнообразные социально – психологические тренинги, игры, упражнения; использование с детьми разного рода информационных материалов для формирования представлений о здоровье и доступных средствах его укрепления.

Оздоровительные средства должны стать средством медико – педагогического и психологического проектирования всей педагогической работы с детьми, ведь здоровье – это основание жизненно целостной организации. В результате необходимо превратить здоровый образ жизни в норму повседневного бытия взрослых и детей.

С этой позиции и нужно рассматривать обновление структуры и содержания воспитательно – оздоровительной и образовательной работы в детском саду, а на основе их разрабатывать собственные методики с учетом особенностей детей и личности самого педагога».

Использована статья Г.Н. Калайтановой,
начальника отдела дошкольного образования
факультета дошкольного и начального образования
РО ИПК и ПРО, г. Ростов-на-Дону