

ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ДОШКОЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ И СЕМЬИ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Кравцова О.М. (БГПУ, Минск)

канд. ист.наук, доцент

Здоровье является важнейшей ценностью для человека и именно в детстве закладываются основы здоровья. Мониторинг здоровья детей дошкольного возраста показал, что за последнее десятилетие увеличилось количество детей с заболеваниями нервной системы, психическими расстройствами, хроническими патологиями. Поэтому дошкольные учреждения Республики Беларусь ставят перед собой следующие задачи физического воспитания: освоения детьми основ личной физической культуры, поддержания и сохранения оптимального уровня здоровья и физического состояния, разностороннего развития двигательных способностей, умения реализовать собственную двигательную активность и адаптироваться к разным изменениям внешних условий.

Российскими и белорусскими педагогами и психологами определены теоретические основы воспитания здорового образа жизни, основные особенности, принципы, задачи, направления деятельности, некоторые средства и методы. Огромный вклад в развитие теории физического воспитания внесли П. Ф.Лесгафт, П.Ф. Гориневский, А.А. Аркин, Л.И. Чулицкая, Е.Г. Леви-Гориневская, А.И. Быкова, А.В. Кенеман и другие, разработавшие основы, нормы, навыки и методику основных движений детей. А.И. Быковой и Н.А. Метловым были созданы первые программы по физическому воспитанию детей. Однако особое место занимают разработки педагогов в области формирования здорового образа жизни дошкольников (Т.О. Доронова, И.М. Голубева, Ю.Ф. Змановский, М.Д. Маханева, М.Н. Дедулевич, Л.Д. Глазырина, В.Н. Шебеко В.А. Шишкина, Г.М. Шаршакова, соответствующий раздел программы «Пралеска» и др.) [1, 2, 3, 4].

Современная концепция здоровьесберегающей системы дошкольных учреждений строится на следующих принципах: ненасечения вреда, непрерывности и преемственности, приоритета действенной заботы о здоровье детей, субъект-субъектного взаимодействия с воспитанником, комплексного подхода, медико-психологической комплексности, приоритета позитивных воздействий, активных методов, контроля за результатами и др. В процессе формирования здорового образа жизни дошкольников педагогами решаются три группы задач: оздоровительные, образовательные и воспитательные. Оздоровительные задачи включают в себя охрану и укрепление здоровья, закаливание и развитие движений дошкольников. Для их решения педагогами разработаны следующие средства: гигиенические и социально-бытовые факторы,

полноценное питание, оздоровительные силы природы, рациональный режим, физические упражнения. Средствами решения воспитательных задач, направленных на развитие нравственных качеств личности, являются деятельность детей, игры и художественные средства, такие как литература, фольклор, кинофильмы и др. Средствами решения образовательных задач, связанных с формированием осознанного отношения к своему здоровью, считаются: образец взрослого, собственная деятельность детей и разнообразные художественные средства.

Работа дошкольного учреждения по формированию здорового образа жизни складывается из следующих направлений: создание материальной базы для работы, повышение профессионального мастерства педагогов, изучение состояния здоровья детей, разработка форм и методов работы, формирование валеологической культуры родителей, разработка совместных форм работы дошкольного учреждения с каждой семьей, создание психологического комфорта в детском саду, индивидуализация и дифференциация режимных процессов и др.

Педагогические экспериментальные исследования проводились в нескольких садах Минска и Минской области. Целью исследовательской части работы было выявление и обоснование условий и путей взаимодействия дошкольного учреждения и семьи по формированию основ ЗОЖ у детей. Анализ опроса родителей на констатирующем этапе эксперимента показал, что несмотря на высокое оценивание качества здоровья детей (33,1 %), вопросы здорового образа жизни в целом стоят лишь на четвертом месте среди всех ценностей семьи. Решающими факторами здорового образа жизни родители назвали: рациональное питание, психоэмоциональное равновесие, состояние окружающей среды (70-78,8 %); наблюдается рассогласование целей детского сада и семьи, недооценка родителями роли детского сада в этих вопросах. В последнее время в семье наблюдается тенденция к преобладанию интеллектуального развития детей в ущерб физическому, в то время, как минимальная занятость спортом и физическим развитием детей в семье составляет лишь 23 %. У родителей невысок уровень представлений о здоровом образе жизни в целом, приемах и методах его воспитания у детей, часто присутствуют вредные привычки в семье. Поэтому необходима совместная работа дошкольного учреждения и семьи по достижению положительных результатов в этой области.

Нами были разработаны критерии и показатели сформированности здорового образа жизни у детей: наличие знаний, умений и навыков сохранения здоровья, знаний о здоровой пище, культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания (умения пользоваться платком, следить за чистотой тела, волосами, одеждой). С детьми экспериментальных групп на констатирующем этапе эксперимента проводились три серии

бесед о выявлении знаний о ЗОЖ, уровне гигиенических знаний и умений, о здоровой пище. У 30 % детей не сформированы знания о ЗОЖ, важности чистоты тела и одежды, 50 % детей не знают о вреде чрезмерного употребления сладостей.

Все разнообразие форм и методов работы с семьей на формирующем этапе эксперимента подразделялось на: коллективные (вечера вопросов и ответов, встречи, заседания круглого стола, занятия тренингового характера, выставки совместных работ, конференции), индивидуальные (беседы, консультации, посещение на дому, приобщение к работе детского сада), наглядно-информационные формы (выставки детских работ, реклама книг, статей, книги совместного опыта, стенные газеты).

С детьми была проведена серия занятий: физкультурных («Посоревнуемся», «Придумаем лучшие движения»), о правилах поведения в группе, на улице («Безопасная игра», «Где нас подстерегают опасности?»), о целебных растениях («Герань», «Ромашка», «Василек», о пользе апельсина, лаванды, мяты, шалфея и др. трав), о частях тела, работе организма человека («Какие мы?», «Ты и твоё здоровье»). На совместных с родителями занятиях проводились подвижные игры с творческими заданиями, беседы об опасности улицы, транспорта, о вреде табачного дыма, умении сказать «нет» предложению закурить, учили приемам самомассажа («Скульптор»), коррекции осанки («Аквариум») и т.д. На серии «гостиных» происходило закрепление сформированных знаний, умений и навыков детей и их родителей. Важную роль сыграли совместные праздники, викторины, спортландия с сюрпризными моментами, кукольные спектакли по теме, утренники. Для взаимодействия родителей и педагогов по коррекции психического здоровья детей были проведены психотехнические упражнения, стимулирующие групповую динамику.

Для родителей были проведены родительские собрания по проблеме сотрудничества с детским садом по воспитанию здорового образа жизни у детей, их познакомили с программой проведения физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий, с результатами обучения и диагностики физического состояния детей, наметили мероприятия с участием самих родителей; педагогами были разработаны домашние задания для каждой семьи, которые бы повысили двигательную активность детей, улучшили их двигательные умения и навыки, помогли осознать понятие здорового образа жизни и его роли в жизни каждого человека. Родительские собрания были насыщены интересной информацией о исследовательской работе по формированию знаний, умений и навыков детей в области ЗОЖ, физических и других успехах детей; медсестра обучала родителей ставить компрессы, делать ингаляции, готовить полоскания горла травами дошкольникам; для родителей были проведены консультации

«Ароматерапия в воспитании и обучении детей», «Энергетическое воздействие эфирных масел», «О пользе и вреде компьютера» и др. Проводилась работа и с педагогами.

На контрольном этапе экспериментального исследования была выявлена стойкая динамика улучшения состояния здоровья детей (с 49,5 до 53, 2 %), вырос уровень знаний (с 24,5 % до 45,5 %), умений и навыков детей. Дети знали и могли назвать признаки здоровья человека, пути его достижения, важность правильной осанки, хорошего настроения, сна, аппетита, чистоты полости рта, пользы здоровой пищи (орехов, ягод, меда, молочных продуктов и т.д.), чистоты рук и тела, понимали, какой вред несут чрезмерные сладости, малоподвижный образ жизни, вредные привычки.

Родители узнали много нового о психофизических особенностях своих детей, специфике семейного воспитания по формированию ЗОЖ, по сохранению здоровья детей, о нетрадиционных методах воспитания и много другое. Педагоги стали больше внимания уделять индивидуальной и коллективной формам работы с семьей. Эффект работы по формированию ЗОЖ у детей будет успешным при соблюдении следующих условий: педагогизации среды, учете традиций и особенностей семейного воспитания, учете индивидуальных, возрастных и психологофизических особенностей детей, разработке тщательной программы работы. В программе должны быть представлены цели, задачи, соблюдены все условия, все формы и методы работы, учтена активизация родителей, творчество детей и родителей и индивидуальный подход к ним.

Список литературы

1. Макаренкова, Г.Г. Создание здоровьесберегающей системы в дошкольном учреждении/ Г.Г. Макаренкова// Здоровы лад жыцця.-2003.- № 9.-С. 53-56.
2. Мащенко, М.В., Шишкина, В.А. Какая физкультура нужна дошкольнику?: Пособие для педагогов дошкольных учреждений/ М.В. Мащенко, В.А. Шишкина.-Мн.: НМЦентр.- 1998. - 135 с.
3. Шишкина, В.А. Журнал мониторинга здоровья, физического и двигательного развития дошкольников/ В.А. Шишкина// Пралеска. - 2005. - № 12. - С. 56.