

М. С. Мельникова, В.Н.Шебеко

ФОРМИРОВАНИЕ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ГОТОВНОСТИ К ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

В. Н. Шебеко

доктор педагогических наук, доцент

М. С. Мельникова

магистр педагогических наук, преподаватель

Белорусский государственный педагогический университет им. М.

Танка, г. Минск

Сегодня здоровье воспитанников является одной из главных ценностей образования дошкольного периода детства, в связи с этим образовательная траектория направлена на формирование у дошкольников ценностного отношения к здоровью. Ценностное отношение ребенка к здоровью предполагает ответственность за свое здоровье, характеризуется готовностью дошкольника решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, оформляющейся позицией субъекта здоровьесбережения.

В настоящий период времени актуальны исследования, в которых авторы раскрывают содержание начальных здоровьесберегающих компетенций у детей [2;3]. Ученые считают, что в структуре ключевых компетенций дошкольников здоровьесберегающая компетентность должна занимать одно из главных мест, так как она представлена готовностью ребенка самостоятельно решать задачи, связанные с поддержанием, укреплением и сохранением здоровья. В содержание начальных компетенций в области здоровьесбережения исследователи включают: приоритет здорового образа жизни; понимание необходимости гигиенической культуры; потребность в двигательной активности; закаливание. Основанием становления компетентностей ребенка в здоровьесбережении выступают: избирательное проявление инициативы в познании, в установлении и поддержании социальных контактов, в организации и реализации деятельности, обусловленной внутренними социально-направленными мотивами (узнать, понять, позаботиться и т. п.); осознание своих достижений,

затруднений и открывающихся перспектив; личные ценности ребенка и ценности социального окружения. Авторы также отмечают, что компетентность дошкольника в той или иной области деятельности может выступать в качестве целевого ориентира образования и воспитания; в качестве описания ожидаемого результата развития на этапе перехода в школу; в качестве суммарного определения знаний, умений и навыков; в качестве способности, которая позволяет ребенку быть успешным.

Формирование ценностного отношения к здоровью является целенаправленным процессом поэтапного включения дошкольников в здоровьесберегающую деятельность на основе приобретения представлений и знаний о здоровье как о важнейшей ценности жизни, умений и опыта решения оздоровительных задач, развития субъектных качеств (самостоятельность, целенаправленность, автономность, инициативность). С этой целью разработана авторская методика воспитания детей дошкольного возраста как субъектов физкультурно-оздоровительной деятельности, обеспечивающая с одной стороны, формирование у ребенка позиции субъекта здоровьесбережения, с другой – способствующая проявлению самостоятельности и инициативности в процессе участия в разных формах физкультурно-оздоровительной деятельности. В образовательном процессе учреждения дошкольного образования физкультурно-оздоровительная деятельность выступает пространством информирования детей о ценности здоровья, носителем информации о здоровье, при условии насыщения разных форм деятельности данным содержанием. Преимущество физкультурно-оздоровительной деятельности состоит в том, что в ней интегрированы разные виды оздоровительной работы, существует возможность их варьирования с учетом возрастных особенностей развития, личного опыта детей.

Первое направление работы включает группу методов, направленных на создание личностно ориентированных представлений и знаний о сущности здоровья, факторах его определяющих. Этому способствует познавательная

деятельность детей, которая осуществляется в направлении включения мыслительных операций и интеллектуальных действий во все виды физкультурно-оздоровительной деятельности. Мышление и память – наиболее важные компоненты целостной познавательной деятельности ребенка [4]. Операции анализа, синтеза, сравнения, нахождения сходства и различия в объектах, классификация, обобщение могут насыщать каждую форму физкультурно-оздоровительной работы. Особенно эффективно их применение в двигательной деятельности детей. В разработанной методике двигательное действие сочетается с развивающими играми, заданиями и упражнениями, которые требуют применения имеющихся здоровьесберегающих знаний в специально созданной образовательной среде. Так, операция сравнения имеет место при выполнении упражнений взрослым и ребенком, детьми разного уровня физической подготовленности. Ребенок находит признаки сходства и различия в выполнении движений, обобщает понятие «техника движения». Операции сериации способствуют «интеллектуальные игры»: ребенок набирает команду игроков и выстраивает их по росту; выполняя игровое задание в подвижной игре, сортирует предметы по размеру; подбирает спортивный инвентарь для спортивных игр, расставляет его в соответствии со схематическим изображением.

При формировании гигиенических навыков развитию интереса к познавательной деятельности способствуют игровые обучающие ситуации-оценки и ситуации-проблемы, построенные на жизненном опыте дошкольников («Поможем Нехочухе следить за гигиеной своего тела», «Научи Незнайку чистить зубы», «Как слышат наши уши» и т.д.). Основное действие ребенка в игровых обучающих ситуациях — манипуляция с определенным предметом или группой предметов на основе заданного педагогом сюжета. Данный метод способствует формированию рефлексивно-аналитических умений, способности алгоритмизировать деятельность и выбирать наиболее рациональные способы действий.

При сообщении детям знаний о здоровье и проблемах здоровья эффективно применение специальных методов работы со сказкой [5]. Так, использование метода «Знакомые герои в новых обстоятельствах» способствует созданию условий, при которых сказочные герои попадают в другие обстоятельства, близкие к жизни детей. Это обеспечивает возможность формирования представлений и навыков безопасной жизнедеятельности. Метод «Спасательные ситуации в сказках» применяется для формирования навыков оказания необходимой помощи в экстремальных ситуациях, требующих различных вариантов решений. При использовании метода «Изменение ситуации в знакомых сказках» ребенок учится находить выход или менять ход событий для того, чтобы избежать попадания в трудные и непредвиденные обстоятельства. Использование данной группы методов является целесообразным и эффективным, так как в замысле сказок прослеживается здоровьесберегающая направленность понятная и доступная детям, а содержание сказок способствует выработке собственной позиции ребенка, учит сравнивать, сопоставлять жизненные факты, формирует привычку доказывать, аргументировать, обеспечивает глубокое сопереживание действиям и поступкам сказочных героев.

Потребность в укреплении здоровья осуществляется в условиях осознанного участия детей в разных формах физкультурно-оздоровительной деятельности (физкультурные занятия, утренняя гимнастика, подвижные игры и физические упражнения на прогулке, закаливание). На этом этапе методики применяются методы, направленные на развитие эмоциональной активности ребенка (игровые ситуации и диалоги со сказочными персонажами и героями, сюрпризные моменты, игры-импровизации). Сюрпризные моменты и специально создаваемые ситуации выбора и успеха являются источником положительной мотивации детей к физкультурно-оздоровительной деятельности. Сюрпризные моменты (появление литературных героев, демонстрация слайдов, видеофильмов, использование фрагментов игры «Чудесный мешочек») создают положительный

эмоциональный фон, способствуют свободе выбора детьми двигательных решений. Игры-импровизации включают здоровьесберегающее содержание, что вызывает эмоциональный отклик у детей и заставляет их включаться в предложенный сюжет, выполнять роли, вступать в диалоги по проблемам здоровья, приобретать способность делиться опытом здоровьесберегающего поведения.

Формирование у детей готовности к здоровьесбережению выражается в самостоятельности и инициативности ребенка в выполнении правил здоровьесберегающего поведения в организованной и самостоятельной деятельности. Целесообразно на данном этапе работы использовать методы, вызывающие поисковую активность детей (экспериментальные задачи, эвристические беседы, проблемные вопросы, ситуации выбора, проектный метод, взаимонаблюдение, самонаблюдение, моделирование). Применение данных методов носит практико-ориентированный характер, основанный на имеющихся у детей знаниях и умениях, предполагает совершение поисковых и прикладных действий, самостоятельного вывода о необходимости применения новых вариантов действий в области здоровьесбережения. Среди данной группы методов особенно эффективно использование экспериментальных задач, которые требуют от детей: умения осознанно принять задачу от взрослого или выдвинуть ее в деятельности самостоятельно; понять задаваемые задачей условия и сложившуюся обстановку, в которой необходимо действовать (в подвижной, спортивной игре правильно ориентироваться в окружающей обстановке, уметь оценивать правила игры); продумать решение и добиться поставленной цели (разработать план действий и путь решения задачи, используя привычные или новые средства; попытаться самостоятельно отыскать другие варианты решения задачи). Согласно содержанию таких задач детям можно предложить:

– составить, найти, разложить и сгруппировать, провести эксперимент подтверждающий...(например, разложить карточки с симптомами

(причинами) простудных заболеваний; составить комплекс упражнений для профилактики заболеваний стопы; составить (по карточкам) последовательность действий закаливания водой для младшей сестры и др.);

- предложить новые способы или варианты решения (например, обучить своего брата разным способам мытья рук; научить куклу обтираться влажным и сухим полотенцем, и др.); рассказать о правилах безопасного поведения в физкультурном зале и на физкультурной площадке;

- ответить на вопросы, проверить опытным путем и объяснить (например, как узнать какое настроение у твоего друга?; почему ты решил, что сделал правильный выбор?; какое из решений высказанное детьми сегодня на твой взгляд самое правильное? почему? проверь правильность своих суждений; проведи опыт (эксперимент), подтверждающий вред сладких продуктов для организма человека).

Решение экспериментальных задач ставит ребенка в позицию преобразователя. Эффективным в решении данной проблемы является и метод проектов, позволяющий детям реализовать свои возможности. Ученые рассматривают проектную деятельность как метод, направленный на выработку самостоятельных исследовательских умений, развивающих творческие способности и логическое мышление [1]. Проектная деятельность в области здоровьесбережения представляет собой ряд последовательных и взаимосвязанных этапов. На первом этапе осуществляется погружение ребенка в проект. Организация деятельности, направленная на решение задач проекта, предполагает проведение с детьми беседы, чтение художественной литературы, демонстрацию видео материалов, просмотр познавательных мультфильмов с целью актуализации имеющихся знаний и опыта здоровьесберегающей деятельности. На втором этапе осуществляется интеграция разнообразных видов детской деятельности (рисование, лепка, аппликация, чтение), где дети самостоятельно (или совместно с педагогом, родителями) рисуют, составляют рассказы, придумывают сказки, игры по проблеме здоровьесбережения. На третьем этапе происходит обсуждение

результатов проделанной работы. У детей наблюдается естественное желание показать результаты своей творческой деятельности значимым для них взрослым.

Характеристика ребенка старшего дошкольного возраста, который является субъектом-носителем ценностного отношения к здоровью, самостоятельного и инициативного деятеля здоровьесбережения выражается следующими показателями:

- сформированные представления и знания о здоровье, умения и навыки решения задач здорового образа жизни (владение гигиенической культурой, навыками самообслуживания, понимание необходимости физических упражнений, владение двигательными действиями в соответствии с возрастными возможностями, знание меры своих физических возможностей);
- осознанное, мотивированное соблюдение правил здоровьесбережения и правил безопасного поведения в окружающей среде;
- наличие интереса к содержанию и результату деятельности, направленной на сохранение и укрепление здоровья;
- участие в разных формах физкультурно-оздоровительной деятельности, высказывание своей точки зрения по проблеме здоровьесбережения;
- способность самостоятельно оценить двигательные действия (найти отличие и сходство в выполнении упражнения двумя детьми; сравнивать свои движения с прежними собственными результатами);
- произвольное управление собственными эмоциями в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности, контроль и оценивание своих действий.

Таким образом, представленные направления работы по формированию готовности к здоровьесберегающей деятельности, позволяют детям занять активную позицию в освоении знаний, способов действия и

правил в развитии умений действовать целенаправленно и самостоятельно на пользу своему здоровью.

Список литературы

1. Веракса, Н.Е. Проектная деятельность дошкольников [Текст]/ Н.Е. Веракса, А.Н. Веракса – М: Мозаика-Синтез, 2008. – 112 с.
 2. Касьянова, Л. Г. Формирование представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста [Текст]: дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07 / Л. Г. Касьянова. – Шадринск, 2004. – 219 с.
 3. Кудаланова, Л. П. Структура и особенности становления компетентности в области укрепления здоровья детей дошкольного возраста [Текст] / Л. П. Кудаланова // Фундаментальные исследования. – 2013. – № 1. – С. 623–627.
 4. Поддьяков, Н.Н. Проблемы психического развития ребенка [Текст] / Н.Н. Поддьяков // Дошкольное воспитание. – 2001. – № 9. – С. 68–75.
- Фесюкова, Л.Б. Воспитание сказкой [Текст]/ Л.Б. Фесюкова. – Харьков: Фолио, 1996. – 464 с.