

ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

VALEOLOGICAL EDUCATION OF PRESCHOOL CHILDREN

Т. М. Пайзиев, Т. Payziev

Национальный Университет Узбекистана имени М. Улугбека, Ташкент

Аннотация. Важнейшим фактором ЗОЖ является способность дошкольников к общественному труду, воспитание способствует повышению потенциала здоровья и работоспособности, а также активности у воспитанников.

Annotation. The most important factor in a healthy lifestyle is the ability of preschoolers to social work, observance and education will increase potential for health and performance, as well as pupil's activity.

Ключевые слова: здоровье; развитие; гигиена; привычка; двигательная активность.

Keywords: health; development; hygiene; habit; physical activity.

Жизнь, здоровье – главные социальные ценности, которыми обладает человек в любом возрасте. Важнейшим приоритетом государственной политики является защита интересов подрастающего поколения, их здоровье, воспитание, образование и духовное развитие. В нашей стране защита интересов подрастающего поколения и, в первую очередь, сохранение их здоровья являются важной сферой деятельности педагогической общественности.

Фундамент здоровья закладывается уже с детства при помощи родителей в семье и педагогов в дошкольных образовательных учреждениях. Перед педагогами в ДОУ стоит задача осуществить всестороннее гармоничное развитие личности и одновременно обеспечить психическое, физическое и духовное здоровье. Формирование ЗОЖ у дошкольников является эффективным средством их здоровьесбережения в процессе обучения, приобретает большое значение для их последующей адаптации к новым жизненным условиям. На дошкольников большое влияние оказывает создание здоровьесберегающей среды, характеризующейся созданием комфортных санитарно-гигиенических условий при обучении и оптимального психологического микроклимата. С раннего детства педагоги ДОУ развивают у дошкольников активность: двигательную и познавательную

В свою очередь педагогу ДОУ следует выполнять следующие задачи:

- прививать дошкольникам необходимые гигиенические навыки;
- последовательно формировать умения и навыки по охране своего здоровья и здоровья окружающих;
- научать трансформировать знания, умения и навыки в полезные привычки и осознанные поступки.

Здоровье – это динамичный процесс, который улучшается или ухудшается в зависимости от пола, возраста, влияния факторов среды обитания.

Период первого детства (с. 3 до 7 лет) характеризуется интенсивным ростом и развитием психофизических систем, активным становлением личности, формированием характера, развитием абстрактно-логического мышления, началом социализации ребенка.

Высокая двигательная активность, импульсивность поведения, активная любознательность, становление личности, выраженная подражательность – данные признаки проявляются у дошкольников, что в ряде случаев может стать причиной появления у детей невротических реакций, вредных привычек, как итог небрежного отношения к своему здоровью.

Заслуживает особого внимания факторы, влияющие на отношение дошкольника к своему здоровью:

- семья: система ценностей родителей (родительское программирование), их образ жизни, отношение к здоровью, их поведение в ДОУ и вне его и способы общения;

- ДОУ: климат в ДОУ, который складывается из отношений к здоровью, прежде всего заведующей, воспитателей, врача, педагогов ДОУ;

- коллектив: мнение сверстников, превалирующее над авторитетом взрослых.

Особая роль принадлежит факторам, способствующим активной профилактике заболеваний и формированию мотивации у дошкольников на здоровый образ жизни, к которым относятся:

- работа с семьей по повышению педагогической компетентности родителей в вопросах воспитания у детей ценности здоровья и привитию навыков здорового образа жизни, повышению ответственности родителей за здоровье собственных детей;

- проведение ДОУ активной профилактической воспитательной работы и создание здоровьесберегающей среды, благоприятствующей сохранению здоровья дошкольников, начиная от контроля за соблюдением санитарно-гигиенических норм до переоценки мышления самих педагогов в отношении к здоровью.

Правительство Республики Узбекистан уделяет огромное внимание здоровью, в том числе и молодого поколения. [1, с. 3]. В ДОУ Узбекистана ежегодно проводится медосмотр дошкольников узбекскими специалистами из поликлиники по месту расположения ДОУ:

- невропатологом;
- педиатром;
- окулистом;
- ортопедом;

- хирургом.

Ежегодно 7 апреля в Узбекистане проводится «День здоровья», в том числе и в ДООУ.

Каждый педагог должен видеть главную цель здоровьесберегающего направления организации учебного процесса у дошкольников.:

- отношение к здоровью, как к ценности;
- навыки ведения ЗОЖ;
- потребности в ЗОЖ.

В процессе обучения с дошкольниками следует учитывать, что ведущей деятельностью является – игра, которая должна развивать критическое мышление; здоровьесберегающим и информационно-коммуникационным технологиям, с помощью которых можно активизировать деятельность обучающихся на занятиях по вопросам здоровья.

В частности, воспитатель может использовать на занятиях метод групповой работы, который требует учитывать особенности этой работы в вопросах здоровьесбережения.

Активное обучение на занятиях с дошкольниками предусматривает проявление:

- свободы активности у дошкольников;
- оригинальности творческого подхода;
- самостоятельности;
- общения и совместной работы;
- радости;
- упражнений;
- результативности;
- оценки своей работы и других.

Важнейшую роль в укреплении здоровья играет положительное отношение человека к процессу оздоровления или лечения. Различного рода закаливающие и профилактические мероприятия, проводимые с дошкольниками в увлекательной игровой форме, с использованием стихотворных текстов, позволяют заинтересовать детей, объяснить им значение того или иного мероприятия в доступной форме, проводить эти мероприятия без принуждения и назиданий [6, с. 27–28].

В решении здоровьесберегающих вопросов наиболее эффективными являются следующие виды групповой работы с дошкольниками:

- игра «Продолжи» основана на выполнении заданий разного рода группой «по цепочке»; при помощи данной игры у дошкольников устанавливается логическая связь между предметами и их связями (Например: инфекция – передача – болезнь...);

- игра «Охота за витаминами» основана на сопоставлении вопросов, которые могут требовать как знаний, так и первичных понятий о здоровье и необходимости приемов витаминов для роста и укрепления здоровья. Такие игры позволяют дошкольникам поддерживать логическую связь, развивать связную и диалогическую речь, которая так необходима для полноценного развития ребенка;

- игра «Хорошие привычки» позволяет закрепить и углубить представление о полезных для здоровья человека привычках, их влияние на развитие и жизнь человека. Суть игры заключается в формировании навыков и привычек у дошкольников, а также распознавании умений и привычек. В ходе игры у детей на столах лежат фишки двух цветов. Педагог называет определенное действие, а воспитанники должны определить, что это привычка или умение;

- игра дидактическая «Что я умею?» заключается в закреплении у дошкольников знаний о строении их тела.

Необходимо в заключении отметить, что вопросы воспитания, сохранения и укрепления здоровья воспитанников являются не только образовательной, но и социальной проблемой.

Список использованных источников

1. Алимов, А. Реформирование системы здоровьесохранения в области охраны материнства и детства – залог благополучия и процветания общества / А. Алимов. – Ташкент, 2013.
2. Амонашвили, Ш. А. Педагогика здоровья / Ш. А. Амонашвили. – М., 1990.
3. Антропова, М. В. Обучение и здоровье / М. В. Антропова. – М., 1999.
4. Гигиена детей и подростков / под. ред. Г. Н. Сердюковой и А. Г. Сухарева. – М., 1986.
5. Горбунова, О. Веб-квест в педагогике-новая дидактическая модель обучения. – М., 2015.
6. Иргашев, Ш. Б. Медицинская валеология / Ш. Б. Иргашев. – Ташкент, 2012.
7. Каменская, Т. В. Развитие культуры здоровья детей дошкольного возраста / Т. В. Каменская. – Санкт-Петербург, 2007.