Реализация задач ФГОС ДО по сохранению и укреплению здоровья дошкольников

Выступила воспитатель

 Николаева Т.В.

 Проблема здоровья была и продолжает оставаться актуальной в современной практике дошкольного образования. Причин неблагополучия здоровья много, но одна из важнейших — неправильный образ жизни. Это свидетельствует о необходимости выработки навыков и мотивации сохранения здоровья детьми. В Федеральном Законе «Об образовании РФ» в статье 41 отмечено, что охрана здоровья обучающихся включает в себя пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни.

 В ФГОС ДО обозначены важные задачи по сохранению и укреплению здоровья каждого ребёнка в процессе здоровьеформирующего образования и воспитания общей культуры личности, в том числе ценностей здорового образа жизни.

Особенно остро эти задачи стоят перед организациями компенсирующей, комбинированной и оздоровительной направленности. Специфика нашего дошкольного образовательного учереждения заключается в создании условий для детей с туберкулёзной интоксикацией, одним из которых является валеологизация образования. Ещё до введения в действие ФГОС ДО валеологизация была важной идеей, согласно которой здоровье детей рассматривается как приоритетная цель, ценность, необходимое условие и результат успешного педагогического процесса. Более 10 лет здоровьесберегающая педагогика, отличительный признак — приоритет здоровья, является ведущей для нашего педагогического коллектива, реализующего инновационную деятельность по теме «Здорового ребёнка — обществу». На сегодняшний день в современных условиях для нас остаётся особо значимым воспитание культуры здоровья у детей: осознанного отношения к здоровью, умения его оберегать, поддерживать и сохранять; формирование валеологической компетентности, позволяющей самостоятельно и эффективно решать задачи ЗОЖ и безопасного поведения, а также привлечение родителей к решению этой проблемы.

Для решения вопросов воспитания у детей культуры здоровья мы опираемся на технологию Л. Г. Татарниковой [12], в которой разработана определённая система валеологической работы. Эта система включает три взаимосвязанных направления: валеологическое сопровождение ребёнка, валеологическое образование, валеологическое развитие.

Валеологическое сопровождение ребёнка — это деятельность всего педагогического коллектива, направленная на создание здоровьесберегающей среды: медико-социальная, психолого-педагогическая поддержка, организация образовательного процесса с учётом психофизиологических возможностей ребёнка.

 Валеологическое развитие — самодеятельность ребёнка, организованная с помощью воспитателя, но направленная на трансляцию приобретённого валеологического опыта.

Направление валеологического образования рассмотрим детальнее.

 В целом валеологическое образование органично входит во все виды детской деятельнос ти и неразрывно сочетает в себе как обучение, так и воспитание, образуя при этом целостную систему.

На сегодняшний день мы можем говорить, что организация работы по всем направлениям валеологической деятельности имеет не фрагментарный, а систематизированный характер. Эффективность позитивного воздействия на здоровье детей определяется грамотной «встроенностью» деятельности педагогов-инноваторов в общую систему ДОУ, направленную на оздоровление детей и педагогов, отвечающую единству целей и задач. Реализуя направление валеологического образования, мы решили попытаться создать свою модель валеологического воспитания дошкольников, поэтому нами была выдвинута гипотеза.

 Воспитание у дошкольников осознанного отношения к своему здоровью будет более эффективным, если:

 воспитание валеологической культурыν строить на отборе и структурировании валеологических знаний как программно го содержания валеологического образования;

 теоретически обосновать и практически реализовать определённые психолого-педагогические условия валеологических знаний, умений и навыков детей в игровой и творческой деятельности;

 построить целостную основу процесса воспитания валеологической культуры детей дошкольного возраста, в которую включ ются как педагоги, так и родители. Это и стало посылом для разработки проекта «Азбука здоровья».

Цель проекта: разработка модели воспитания валеологической культуры детей дошкольного возраста с ранними проявлениями туберкулёзной интоксикации в рамках единого здоровьесберегающего пространства ДОУ.

Задачи проекта:

 изучить теоретические основы формирования валеологической культуры у старших дошкольников

 способствовать созданию условий формирования валеологической культуры у детей дошкольного возраста с ранними проявлениями туберкулёзной интоксикации;

 создать диагностический банк для определения уровня валеологической культуры дошкольников;

 осуществлять мониторинговые процедуры в процессе формирования валеологической культуры у воспитанников;

 представить модель формирования валеологической культуры у детей дошкольного возраста с ранними проявлениями туберкулёзной интоксикации.

Реализация проекта рассчитана на три этапа: подготовительный, основной и итоговый.

Для осуществления практической деятельности по валеологии было разработано перспективное планирование на три возрастных группы (средняя, старшая, подготовительная). Перспективное планирование включает в себя образовательную деятельность, создание развивающей предметно-пространственной среды, интеграцию валеологического сопровождения в образовательном процессе, а также взаимодействие с родителями.

 Образовательная деятельность включает в себя 16 тем непосредственно образовательной деятельности и 16 игровых образовательных ситуаций для каждого возраста. Непосредственно образовательная деятельность планируется два раза в месяц, каждая тема закрепляется в игровой ситуации.

 Мы постарались выстроить логику трёхлетнего обучения следующим образом. Первый год: формирование понятий о человеке, его организме, здоровье и здоровом образе жизни; воспитание потребности выполнять правила личной гигиены.

 Второй год обучения: расширение представлений об особенностях человеческого организма, его отличии от животных; о причинах возникновения заболеваний и их профилактике; о полезных и вредных привычках; формирование начальных здоровьесберегающих правил. Третий год обучения характеризуется становлением ценностного отношения к здоровью и жизни человека, освоению здоровьесберегающих правил, основ здорового образа жизни, приобретению способностей оказания элементарной медицинской помощи.

Особенностью осуществления образова тельной деятельности является введение игровых персонажей: Болейка — герой, который совсем не знает правил здорового образа жизни и, как следствие, часто болеет; Чистюля — де вочка, которая соблюдает правила личной гигиены, обладает опытом здоровьесберегающей деятельности, и Здоровейка — весёлый мальчик, дружит с Чистюлей, следует её советам, и поэтому не болеет. Общение с этими персонажами способствует развитию интереса у детей к продолжению деятельности и выстраиванию логического перехода из непосредственно образовательной деятельности в игровую образовательную ситуацию.

Интеграция валеологического сопровождения в образовательном процессе осуществляется с участием знакомых персонажей: Болейка, Чистюля, Здоровейка. Герои преподносят детям задания, создают проблемные ситуации в соответствии с изученным материалом, которые имеют вид схем, мнемотаблиц, за шифрованного письма, и оставляют в определённом центре группы. Важно, чтобы дети проявляли валеологическую компетентность не только при взаимодействии с педагогом, но и в самостоятельной деятельности, пере- нося полученные знания в практические действия. Конечным результатом должна быть демонстрация опыта в самостоятельной деятельности детей.

 Ещё одной особенностью планирования работы по валеологии является включение в ход непосредственно образовательной деятельности структурного компонента, направленного на развитие познавательного интереса у воспитанников. Это могут быть интересные факты из жизни объектов живой природы, информация о продуктах питания и т. д.

 В ходе перспективного планирования реализуется принцип интеграции задач воспитания основ культуры здоровья у детей в работу с родителями. В результате проведённой работы выстроилась система взаимодействия с родителями. Её эффективность наблюдается в активном участии родителей в совместных развлечениях («Радуга здоровья», «Мама, па- па, я — здоровая семья»), в улучшении состояния здоровья детей, так как благодаря повышению уровня культуры здоровья в семьях стали появляться и развиваться традиции ЗОЖ: сов- местные прогулки-походы, игры на свежем воздухе. Об этом свидетельствует фотоконкурс «Здоровые дети — в здоровой семье», на который родители представили фотографии о се- мейном активном отдыхе, участие в проектной деятельности, например, «Да здравствует мыло душистое», «Здоровье нашей семьи».

 Учитывая, что предметом валеологии является процесс здоровьетворения, который строится на знании законов человеческого здоровья, на знаниях особенностей и возможностей своего организма, на владении умениями и технологиями сохранения, поддержания и улучшения собственного здоровья, мы отмечаем, что вся проводимая нами работа способствует формированию умений сохранять индивидуальное здоровье воспитанников.

 Тема. Здоровые зубы здоровью любы Непосредственно образовательная деятельность

Цель: формирование полезных привычек, важности их соблюдения для здоровья.

 Задачи:

обучающие: расширять представления детей о гигиене⎫ зубов; ознакомить детей с полезным и вредным⎫ влиянием различной пищи на состояние здоровья зубов;

 расширять представление детей о природе⎫ (для чего животным нужны зубы);

развивающие: развивать познавательный интерес;⎫ воспитательные: воспитывать привычку ежедневного ухода⎫ за зубами.

Образовательные области: социально-коммуникативное, речевое, познавательное развитие.

Словарь: полость рта, эмаль, стоматолог.

 Материал: письмо от Болейки; микрофон; картинки с изображением животных: акула, корова, лошадь, тигр, заяц, волк, кот, собака, крокодил; плакат «Строение зуба»; статья из энциклопе дии о зубах; расчёски, кусочки ваты, зубные щётки, листы с изображением продуктов, полезных и вредных для зубов (на каждого ребёнка).

Ход образовательной деятельности I.

 Вступительная часть

 Воспитатель

 Становитесь дружно в круг!

Ты мой друг и я твой друг.

Вместе за руки возьмёмся

И друг другу улыбнёмся!

 — Какие красивые у вас улыбки! Какие события из вашей жизни могут вызвать у вас улыбку? (Ответы детей.) А я улыбаюсь, когда вижу вас здоровыми и дружными. Сегодня хочу поделиться с вами новостью: утром мне по электронной почте пришло письмо от нашего друга Болейки. Вы хотите знать, что было в этом письме? (Воспитатель зачитывает письмо.) II. Основная часть

«Уважаемая Елена Борисовна и ребята! К сожалению, я не могу прийти к вам сегодня в гости, так как ночью у меня разболелись зубы. Ваш друг Болейка».

 Воспитатель. Ребята, как же предупредить такую проблему? Что мы знаем о зубах и правилах ухода за ними? Предлагаю вам поиграть в игру «Интервью».

— Представьте себе, что я — корреспондент газеты «Здоровый малыш». Я буду задавать вам вопросы, а вы — отвечать в микрофон.

 Воспитатель задаёт детям вопросы:

— Какая у тебя любимая зубная паста? — Когда нужно чистить зубы? — Сколько раз в день ты чистишь зубы? — Для чего необходимо чистить зубы? — Как называются заболевания зубов? — Что необходимо делать после каждого приёма пищи?

— Что нужно, чтобы почистить зубы? — Что необходимо делать, чтобы ваши зубы оставались здоровыми? — Как правильно чистить зубы? В заключение корреспондент газеты «Здоровый малыш» благодарит детей за интересные ответы.

 Воспитатель. Посмотрите на картинки. Какие животные изображены на них? (Корова, лошадь, тигр, кот, собака, крокодил, акула, волк) — Что вы знаете об этих животных? — Это животные домашние и дикие, травоядные и хищные. Посмотрите, какие зубы у диких животных. У них зубы острые, как ножи, большие. У травоядных — не острые. — Зачем животным зубы? (Чтобы животные могли жевать, кусать, перемалывать пищу, грызть.) — А вы знаете, у кого самые страшные зу- бы? (У акулы.) — А человеку нужны зубы? — Хотите узнать тайну о зубах? Воспитатель читает из энциклопедии: «Человеческий зуб — это превра- щённая рыбья чешуя. Рыбы, которые жи- ли миллионы лет тому назад на земле, были покрыты выступающими чешуй ками. Те чешуйки, которые выступали около челюсти, помогали удерживать и расчленять добычу. Чешуя и человеческий зуб даже в наше время имеют оди- наковое строение». Воспитатель. Посмотрите на плакат и рас- скажите, как устроен зуб. Он покрыт эмалью, у него есть корень, шейка, коронка. — Зачем нужна эмаль? — Ребята, а у кого из вас болели зубы? — Что нужно делать, если заболел зуб? — Как называют врача, который лечит зубы? — Каким должен быть врач-стоматолог? — Что будет, если не ходить к врачу? — Почему зубы разрушаются? — Расскажите, как нужно беречь зубы. Ответы детей: — Не грызть орехи зубами. — Не есть одновременно холодную и горя- чую пищу. — Не есть много сладкого. Есть творог, ово- щи, фрукты, рыбу. — Полоскать рот после еды. — Чистить зубы утром и вечером. Экспериментальная деятельность Воспитатель. А вы знаете, как правильно чистить зубы? Сейчас мы с вами поэкспери- ментируем. Пусть расчёска будет рядом зубов, а кусочки ваты между её зубцами — это «ку- сочки пищи», застрявшие в зубах. Расчёска поделена красной линией пополам. Попробуй- те почистить правую часть: справа налево, снизу вверх, по диагонали, сверху вниз. А теперь левую сторону расчёски попробуйте почистить сверху вниз. Как вы думаете, с помощью како- го способа более качественно почистили «зубы» и почему? И г р ов а я д е я т ел ь но с т ь . Игра «Закончи предложение» Дети встают в полукруг. Воспитатель бросает каждому ребёнку в руки мяч и начинает фразу. Ре- бёнок заканчивает фразу и возвращает мяч. • В тюбике хранится… • В щётке есть… • Паста бывает… • Зубы чистят… • Рот полощут… • Для зубов полезно… • Для зубов вредно… Продуктивная деятельность Воспитатель. Мы с вами уже говорили о том, что пища тоже влияет на состояние ЭТО АКТУАЛЬНО! ДЕТСКИЙ САД. ВСЁ ДЛЯ ВОСПИТАТЕЛЯ! № 01 (49) январь 2016 7 наших зубов. И сейчас я хочу проверить, знаете ли вы, какие продукты полезны для зубов, а какие могут нанести вред. Д и д а к т и че с ко е у п р а ж не н ие «Лабиринт» Проводится за столами. На карточке изображены различные предметы, как полезные для зубов, так и вредные. В разных углах карточки распо- ложены рисунки здорового и больного зубов. Детям необходимо соединить красной линией здоровый зуб с полезными предметами, а больной зуб — с из бражением предметов вредного воздействия. После выполнения задания дети проверяют правильность выполнения друг у друга (в парах). Полезное для зубов: морковь, яблоко, зуб- ная щётка и паста, зубная нить, стаканы для полоскания, осмотр у стоматолога. Вредное для зубов: шоколад, орехи, чупа- чупс, леденцы, мороженое, пирожное, горячий чай, острые предметы. III. Итог Воспитатель. Что вам больше всего запом- нилось и понравилось? — Какие советы вы дадите Болейке, чтобы его зубки оставались здоровыми? Я их сейчас запишу и отправлю ему по электронной почте. И г р ов а я с и т у а ц и я «Чтобы зубы были крепкими» Цель: продолжать формировать навыки ухода за ротовой полостью. Материал: кукла Болейка; корзина со щёт- ками: половой, обувной, одёжной; зубные щёт- ки разного размера и качества; картинки с ал- горитмом чистки зубов; картинки в «Азбуку здоровья». Ход игры В группу приходит Болейка с корзинкой в ру- ках. Он плачет, трёт глаза. Болейка. Зубки болят, у-у-у! Воспитатель. Болейка, разве ты не получил наши советы по электронной почте? Болейка. У меня так сильно болели зубы, что я не смог просмотреть свою почту. Воспитатель. Давайте научим нашего друга ухаживать за зубами. Дети, почему у Болейки могли заболеть зубы? В чём причина? Что нуж- но делать, чтобы зубы всегда были чистые, бе- лые и никогда не болели? Чтобы ответить, от- гадайте загадку. Костяная спинка, Жёсткая щетинка, С мятной пастой дружит, Нам усердно служит. (Зубная щётка) — Правильно! Вот так, Болейка, чтобы чи- стить зубы, нужна зубная щётка. Болейка. О, да у меня же есть щётка: боль- шая и с длинной ручкой (показывает половую щётку). Воспитатель. Дети, разве можно такой щёт- кой чистить зубы? Если она предназначена для уборки пола, значит, она какая? (Ответы детей.) Болейка. Ну, так у меня есть другая щётка. (Достаёт из корзинки обувную щётку.) Вот! Этой я буду зубы чистить. Воспитатель. А эта щётка для чего предназначена? Можно ли ею чистить зубы? Болейка. У меня есть ещё одна щётка (до- стаёт из корзинки одёжную щётку). Она свет- лая и чистая — наверняка зубная. Воспитатель. Ребята, эта щётка какая? Для чего она предназначена? — Посмотрите на стол и выберите щётку, которой удобно чистить зубы. (На столе лежат щётки разной величины, разного размера, с вы- щипанной щетиной, с жёсткой щетиной…) — Детям нужна детская щётка, с мягкой щетиной. Можно ли чистить зубы маминой, папиной щёткой?— Как нужно ухаживать за щёткой? — Что делать, если ты поел, а возможности почистить зубы нет? — Как часто надо менять щётку? Болейка. А как правильно чистить зубы? Воспитатель предлагает детям сесть за столы и помочь герою: в конвертах лежат карточки, отображающие последовательность процесса чистки зубов.

 Дети выполняют задание, затем проверяют, объясняя Болейке.

 1) Вымыть руки.

 2) Набрать зубную пасту.

3) Почистить зубы, язык.

4) Прополоскать рот.

 5) Вымыть щётку.

 6) Убрать щётку в стакан. Воспитатель. Кто хочет рассказать и пока- зать, как правильно чистить зубы? Дети по желанию демонстрируют, как пра- вильно чистить зубы. Игра «Да  — нет» Вам, мальчишки и девчонки, Приготовили советы мы. Если наш совет хороший, Вы похлопайте в ладоши. На неправильный совет Говорите: «Нет, нет, нет!». Постоянно нужно есть Для зубов для ваших Фрукты, овощи, омлет, Творог, простоквашу. Если мой совет хороший, Вы похлопайте в ладоши. Не грызите лист капустный, Он совсем, совсем не вкусный. Лучше ешьте шоколад, Вафли, сахар, мармелад. Это правильный совет? Навсегда запомните, Милые друзья: Не почистив зубы, Спать идти нельзя. Если мой совет хороший, Вы похлопайте в ладоши. (А. Игнатенко) Все вместе. Здоровые зубы — наше здоровье! Итог В заключение дети вместе с Болейкой оформляют листы «Что полезно и что вредно для зубов» для детской энциклопедии «Азбука здоровья», которая создаётся на протяжении ряда занятий.

 Литература

1. Алямовская В. Г. Как воспитать здорового ребёнка. — М. : LINKA PRESS,1993.

2. Деркунская В. А. Диагностика культу- ры здоровья дошкольников. — М. : Пед. общество России, 2005.

3. Доронова Т. Право на охрану здоро- вья // Дошкольное воспитание. — 2001. — № 9. — С. 3–10.

 4. Ефименко Н. Н. Театр физического вос- питания и оздоровления детей дошколь- ного и начального школьного возрастов // Детский сад со всех сторон. — 2002. — № 3. — С. 6–7.

 5. Зайцев Г. К., Колбанов В. В., Колесникова И. Г. Педагогика здоровья: Общеобразо- вательные программы по валеологии. — СПб., 1994.

 6. Змановский Ю. Ф. Воспитать детей здо- ровыми. — М. : Медицина, 1989.

7. Лазарев М. Л. Здравствуй! : Программа формирования здоровья детей дошкольного возраста. — М. : Академия здоровья, 1997.

8. Логинова В. И., Бабаева Т. И., Ноткина Н. А. и др. Детство : Программа развития и воспитания детей в детском саду / Под ред. Т. И. Бабаевой, З. А. Михайловой, Л. М. Гурович. — СПб. : Акцидент, 1995.

9. Карепова Т. Г., Жуковин И. Ю. Программа формирования культуры здорового образа жизни у дошкольников «Наша традиция — быть здоровыми!» // Психолог в детском саду. — 2006. — № 3. — С. 52–80.

10. Картушина М. Ю. Быть здоровыми хотим. — М. : ТЦ Сфера, 2005.

11. Кудрявцев В. Г., Егоров И. А. Развиваю- щая педагогика оздоровления. — М. : ТЦ Сфера, 2005. 12. Татарникова Л. Г. Педагогическая вале- ология : Генезис, тенденции развития. — СПб. : Петроградский и Ко, 1995.