

6. Гин С. Использование опыта ТРИЗ-педагогике в процессе формирования креативности младших школьников [Электронный ресурс]. – Режим доступа: www.trizway.com/art/search/196/html – Назва з екрана.
7. Зарицька В.Г., Бухлова Н.В. Концептуальні моделі навчання обдарованих учнів та розвитку їх творчого потенціалу [Електронний ресурс]. – Режим доступа: https://docs.google.com/document/edit?id=13fddZDj3dONC9d1ctbKmb_VaEQFvMlmdl7SXmn9-olk&hl=en – Назва з екрана.
8. Особенности содержания технологии Г.Альтшуллера Электронная онлайн библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: banauka.ru/2457/html – Назва з екрана.

Ахмадулліна І.В.*

РЕАЛІЗАЦІЯ ОСВІТНЬОГО ПРОЄКТУ ЗІ ЗМІЦНЕННЯ ТА ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

У статті висвітлено шляхи формування в дошкільнят свідомого ставлення до здоров'я, подано відомості про застосування здоров'язбе-режувальних технологій у дошкільному навчальному закладі.

Увесь цивілізований світ усе більше схиляється до тієї думки, що найбільшою цінністю для самої людини та суспільства, у якому вона живе, є її життя та здоров'я. Люди продовжують своє життя в дітях, онуках, у їхній добрій пам'яті. Тому кожен сьогодні має особливо уважно ставитися до свого здоров'я.

На цей час більшість сімей України внаслідок соціально-економічних умов, матеріальних обмежень, екологічної кризи має дітей, життя яких обтяжене хворобами або несприятливими соціально-побутовими й психологічними умовами. У зв'язку із цим варто проводити відповідну роботу з подолання таких негативних наслідків. Так, Всесвітня організація охорони здоров'я, ЮНЕСКО, Рада Європи взяли під свою опіку питання профілактики різних захворювань і особливо вироблення в підростаючого покоління правил поведінки, що запобігають багатьом негативним впливам на їхнє здоров'я, тобто здорового способу життя.

Значну роль в охороні та зміцненні здоров'я людини відіграють її індивідуальні установки та орієнтири, які закладаються ще в дитинстві як батьками, так і педагогами. Відповідно, виховання психологічно грамотних та здорових людей, які вміють вивчати самих себе, розвивають свою особистість, піклуються про своє здоров'я та здоров'я оточуючих людей, слід розпочинати якнайшвидше, ще в перші роки життя дитини. У цьому важливу роль відіграє дошкільний навчальний заклад,

* © Ахмадулліна І.В.

адже його пріоритетним завданням є виховання людини в дусі відповідального ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих як до найвищої індивідуальної і суспільної цінності. Це досягається шляхом розвитку валеологічної освіти, повноцінного медичного обслуговування, оптимізації режиму життя дітей, навчально-виховного процесу, створення екологічно сприятливого життєвого простору, використання засобів фізичного виховання та застосування здоров'яформувальних і здоров'язбережувальних технологій.

Сучасні вчені та педагоги-практики Т.К.Андрущенко, Г.І.Григоренко, О.Д.Дубогай, Н.Ф.Денисенко, Ю.Ю.Синягіна, О.П.Козін, І.В.Кузнецова вважають, що стан здоров'я людини залежить не тільки від зовнішніх чинників, а й від власного ставлення до нього. О.Л.Кононко зазначає: дитина дошкільного віку має не лише знати про власне здоров'я, а й емоційно ціннісно ставитись до нього, надаючи перевагу позитивним впливам середовища перед шкідливими, руйнівними [3].

Мета статті – показати важливість реалізації здоров'язбережувального проекту в дошкільному навчальному закладі зі зміцнення та збереження здоров'я дітей.

Здоров'язбережувальний проект апелює до педагогів не лише як до наставників і вихователів, а і як до людей, які протягом певного часу проживають спільно з дитиною життя, здійснюють догляд за її душевним станом, відповідають за екологію її особистості, забезпечують почуття рівноваги, комфорту й затишку. Тому в межах проекту актуальним стає збереження захисних функцій педагогів, створення належних умов для зміцнення та збереження здоров'я кожної дитини.

Варто наголосити, що в дошкільному навчальному закладі неможливо працювати над зміцненням лише однієї складової здоров'я [2]. Дитина може бути здоровою тільки за наявності всіх компонентів здоров'я: фізичного, психічного, духовного, соціального.

Формуванню, збереженню, зміцненню, відновленню здоров'я дітей присвячені численні дослідження вчених (О.Аксьонової, Є.Аркіної, Є.Вавілової, Т.Глушанок, Л.Волкова, Л.Гриманна, Н.Денисенко, Ю.Змановського, В.Сухарева). Вони встановили беззаперечний вплив рухів на здоров'я дитини. Активна рухова діяльність сприяє активізації всіх головних функцій організму: дихальної, серцево-судинної, нервової тощо.

М'язова діяльність забезпечує обмін речовин в організмі, а розвиток опорно-рухового апарату поліпшує координацію рухів, формування правильної постави. Під час рухів у дітей активізуються зір, нюх, слух [4]. Вони ліпше сприймають

форму, колір, запахи, повітря, сонце, звуки тощо.

Якщо під час виконання дітьми рухів учити їх правильно дихати та проводити з ними дихальні вправи, то в них будуть інтенсивно вентилюватися легені, а це, у свою чергу, забезпечить якісний доступ кисню через кров до тканин у всьому організмі.

Про вплив кольору на фізіологічні системи свідчать дослідження Т.Глушанок, Л.Волкової, С.Мартінова. Ними встановлено, що колір впливає на ритм серцевих скорочень, частоту дихання, артеріальний тиск і напругу в м'язах. Так, у жовтій кімнаті в людини пульс нормальний, у блакитній – помітно прискорений.

Т.Глушанок, Л.Волкова підкреслюють цілющу силу кольору: усвідомлення впливу кольору на організм людини спричинило його використання в профілактиці й лікуванні захворювань [1]. Учені доводять, що в емоційно-психічній діяльності червоний колір викликає активність емоцій; тому для активізації процесів росту дитини, її опорно-рухового апарату, м'язової тканини червоний колір корисний.

Дія рожевого кольору – м'яка, тонізуюча, знімає будь-яку депресю, відволікає від негативних емоцій, сприяє активізації захисних сил при різних видах захворювань. Синій колір дещо комплексує рухи дітей, а зелений та блакитний – зосереджує увагу та заспокоює.

Таким чином, у практичній роботі дошкільного навчального закладу доцільно використовувати різні технології оздоровлення дітей шляхом забезпечення якісного харчування та питної води, оптимального фізичного виховання, максимально тривалих прогулянок, загартування.

Активно на цей час використовуються здоров'язберігавальні технології в дошкільному навчальному закладі №53 Антонівської селищної ради м. Херсона, де одним із завдань є забезпечення збереження та зміцнення фізичного і психічного здоров'я дітей.

З вересня 2009 року дошкільний навчальний заклад прийняв рішення щодо реалізації освітнього проекту «Створення умов природного розвитку дітей у дошкільному закладі».

Із цього часу для педагогічного колективу пріоритетними стали такі цілі:

- охорона та зміцнення здоров'я дитини;
- зменшення захворюваності вихованців та забезпечення психолого-педагогічної реабілітації дітей оздоровчої групи;
- розвиток вільної, творчої, духовної особистості дитини за допомогою природних сил;

ОСВІТА ВПРОДОВЖ ЖИТТЯ

– природне виховання – відмова від пригнічення особистості. Дитина повинна жити, радісно сприймаючи світ, збагачуючись, задовольняючи потребу пізнання;

– гуманістична педагогіка, що створює атмосферу взаємної довіри, любові, поваги, співраді, співчуття і співпереживання, у якій народжується співтворчість і співпраця дорослого й дитини.

Педагогами було визначено основні напрями реалізації проекту:

– розвивати саморегуляцію дітей через спілкування із природою та природне оздоровлення;

– розвивати творчі здібності в різних видах діяльності;

– духовний розвиток дітей через спілкування з оточуючим світом.

Основною стратегією стало:

– створення просторово-розвивального та здоров'яформу-вального середовища як у приміщенні, так і на майданчиках дитячого садка;

– суворе виконання рухового режиму протягом дня;

– різноманітність методів та форм фізичного виховання, інтеграція завдань охорони та зміцнення фізичного, психічного та емоційного здоров'я дітей;

– спрямування спільних фізкультурно-оздоровчих та психозбережувальних заходів на забезпечення індивідуального підходу до дитини.

З метою зміцнення та збереження здоров'я дітей у закладі побудовано систему природного розвитку дитини (рис 1).

Для реалізації проекту, у першу чергу, було створено предметно-ігрове розвивальне середовище, комфортні умови для перебування дітей у дошкільному закладі. Важливого значення має відповідна матеріальна база, а саме: поповнення спортивної зали необхідним інвентарем, нестандартним обладнанням (самомасажери, масажні щіточки, «Веселі каштани», «Доріжка здоров'я», кольорові промінчики, синя скринька, квітка настрою, стрічки, зелені м'ячі, краплинки синього кольору, кварцові лампи, ТЗН, фонотека). На спортивному майданчику встановлено футбольні ворота, баскетбольні кільця, бігову доріжку, стежку здоров'я.

Створені екологічні куточки, куточки казки, «Природа космосу». Групи мають назви «Пролісок», «Жасмин», «Соняшник», «Конвалія».

Обов'язково намагаємось забезпечити стовідсоткову рухову активність дітей під час режимних моментів. Це ранкова гімнастика, фізкультурні заняття в залі, на повітрі, заняття у вигляді

ОСВІТА ВПРОДОВЖ ЖИТТЯ

народних ігор, фізхвилинки, фізпаузи, гімнастика пробудження після сну. Під час оздоровчих пауз діти роблять дихальну гімнастику, самомасаж. Діти люблять рухливі ігри на прогулянці, катання на велосипеді, ігрові види спорту: футбол, елементи баскетболу, оздоровчий біг, слухають твори класиків із шумовими ефектами природи.



Рис.1 Система природного розвитку дитини

Важливою умовою збереження здоров'я дитини вважаємо дотримання питного режиму та організації здорового харчування.

Правильне харчування – необхідна складова здорового способу життя. Раціональний режим харчування, збалансованість раціону є основними умовами для підвищення опору дитячого організму до захворювань, нормального зростання й розвитку дитини, що позитивно впливає на її фізичний розвиток, зміцнює імунну систему.

Медичний персонал та кухарі дитячого садка забезпечують

ОСВІТА ВПРОДОВЖ ЖИТТЯ

оптимальне харчування дітей, яке здійснюється відповідно до: інструкції з організації харчування дітей у дошкільних навчальних закладах, картотеки страв, перспективного меню (затвердженого санепідстанцією).

Згідно із проектом оздоровлення дітей у нашому дитячому садку дошкільнята вживають овочі, фрукти, цибулю, лимони. У раціон введено вживання гарбузової м'якоти, багаті на пектини, які при систематичному вживанні сприяють виведенню ендотоксинів з організму дитини. Цінність гарбуза в тому, що в м'якоті містяться:

- вітамін В, який прискорює зростання дитини;
- солі міді, заліза, фосфору, калію, кальцію, фтору, цинку.

Гарбуз:

- використовується для профілактичного харчування;
- позитивно впливає на кровотворення;
- виводить холестерин.

Загартування розглядається не як система, а як спосіб життя: загартовуюсь не тому, що треба, а тому, що інакше не могу жити.

Дитину слід навчити переносити холод і стужу, прислухатися до свого організму, розвивати саморегуляцію. Загартування здійснюється з використанням рекомендацій М.Амосова, П.Іванова.

Повітря:

- ранковий прийом, гімнастика;
- оздоровча програма;
- прогулянки в будь-яку погоду;
- одяг легкий, зручний, не синтетичний;
- повітряні ванни;
- сонячні ванни;
- ходьба босоніж по килиму до й після сну.

Вода:

- обличчя, руки до ліктя миються холодною водою;
- улітку обливання холодною водою з відра;
- створення клубу «Іванівців» (за бажанням батьків) – обливання холодною водою з відра цілий рік навіть при -10°C . Це активує кровопостачання серцевого м'яза, знімає напругу, стимулює центральну нервову систему, тонізує організм.

Земля:

- улітку – ходіння по землі, траві, дрібному гравію, піску.

Народний філософ Порфирій Корнійович Іванов радив обливатися холодною водою, вважав що сили природи – це три живі тіла – повітря, вода, земля. Холодна вода пробуджує організм, повітря проштовхує хвороби, земля приймає. Не слід

боятися холоду – він мобілізує захист організму. Холод надає в тіло гормон здоров'я.

Відра наповнюються холодною водою й виносяться на повітря за годину до обливання. Кількість відер відповідає кількості дітей. Вихователь разом із дітьми готується до обливання. Діти вибігають на двір, виконують дихальні вправи. Вихователь обливає водою з голови. Після обливання жар розливається всім тілом, холод не відчувається.

При обливанні повинні бути тільки позитивні емоції, радість, захоплення й бажання дитини.

А починати треба із себе. Дорослий повинен бути прикладом для дитини, прагнути прожити й відчути те, що пропонуватиме дітям.

Працюючи над реалізацією проекту, колектив прийшов до таких результатів (рис. 2):



Рис. 2. Результати реалізації проекту

Колектив дошкільного закладу продовжує працювати за проектом та передбачає поліпшення результатів роботи з батьками. Здорова дитина – мрія всіх батьків. Однак більшість

із них не розуміють як цього досягти. До обливання дітей холодною водою батьки часто ставляться негативно. Колектив прийняв рішення координувати виховні дії сім'ї та закладу. Особливу увагу необхідно приділяти теоретичній підготовці батьків з організації здорових умов життя дитини в родині. Адже дотримуватися здорового способу життя потрібно всій родині, лише тоді дитина повірить у правдивість цих настанов. Дитина має бути здоровою!

Отже, використання оздоровчих проектів в роботі дошкільного закладу є доцільним, оскільки підвищують ефективність формування у дітей навичок здорового способу життя.

Література:

1. Глушанюк Т.Г., Волкова Л.Н. Тайны здоровья ребенка. – Санкт-Петербург: Интерспект, 1994. – С.45.
2. Методичні аспекти реалізації Бозової програми розвитку дитини дошкільного віку «Я у Світі» (О.Л.Кононко, З.П.Плохій, А.М.Гончаренко). – К.: Світоч, 2009. – 208 с.
3. Островская Л.Р. Пусть ребенок растет здоровым. – М.: Просвещение, 1975.
4. Сухарев В.А. Характер – здоровье – судьба. – Минск: Беларусь, 1993.

*Домнінська О.П.**

НЕТРАДИЦІЙНІ ФОРМИ РОБОТИ З РОЗВИТКУ ДРІБНОЇ МОТОРИКИ ДОШКІЛЬНЯТ

У статті розкриваються нетрадиційні форми роботи з розвитку дрібної моторики дошкільнят, якими можуть користуватися як вихователі, так і батьки.

На жаль, зараз дуже багато дошкільнят, які мають проблеми з розвитком мовлення, інтелекту, готовністю до шкільного навчання. Саме тому ця тема в наш час є актуальною, і робота з розвитку дрібної моторики повинна починатися задовго до вступу до школи.

Усі вчені, які вивчають діяльність дитячого мозку, психіку дітей, відмічають великий стимулюючий вплив тонких рухів руки. Важливість цієї функції руки доводять дослідження В.П. Бехтерева, І.М. Сеченова, І.П. Павлова, А.А. Ухтомського, та інших [1].

Зв'язок рухів руки з мовленням був відмічений ученими ще в 1928 році. Пізніше, на основі спеціально проведених дослідів було висунуто думку про те, що рухи пальців рук стимулюють розвиток центральної нервової системи і прискорюють розвиток

* © Домнінська О.П.