

СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ РОБОТИ У ДОШКІЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ



Наталія Москаленко, Антоніна Полякова, Яков Ковров
Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту

Анотація

В статтю представлені підходи к розробке программы физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных учреждениях, которая направлена на улучшение здоровья детей дошкольного возраста. Программа физкультурно-оздоровительной работы обеспечивает улучшение всех составляющих здоровья – психического, социального и физического, в связи с чем перед педагогами ставятся новые задачи по разработке современных педагогических технологий физического воспитания.

Ключевые слова: дошкольные учреждения, здоровье, программа физкультурно-оздоровительной работы.

Annotation

The article presents the approaches to the development of the program of physical culture and sanitary work in pre-school establishments. The program aims at improvement of pre-school-age children. The program of physical and sanitary work provides improvement of all health components – psychic, social and physical ones and set teachers new tasks as to develop modern pedagogical technologies of physical education.

Key words: pre-school establishments, health, program of physical culture

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема зміцнення здоров'я дітей є одним з головних завдань нашого суспільства. Вирішення даної проблеми необхідно починати з дошкільного віку, оскільки дошкільнята відносяться до найменше соціально-захищених категорій населення. Особливий стан організму, забруднення довкілля, нераціональне харчування, низький рівень валеологічної культури зумовлює погіршення стану здоров'я [1].

Відомо, що дошкільний вік – це період, коли відбуваються найбільш інтенсивні процеси росту і розвитку організму, формування особистості дитини. Саме в цьому віці закладаються основи майбутнього стану здоров'я, фізичної підготовленості, розумової діяльності людини [3].

Високі вимоги суспільного життя не дають змоги уникнути збільшення інформаційного навантаження й ускладнення навчальних програм дітей дошкільного віку. Вчені відзначають, що існує суперечність між високими вимогами соціального середовища до рівня індивідуального розвитку дитини і якісним зниженням рівня здоров'я дитячого населення [6].

Дослідження Н. А. Тупчій [6] виявили, що більшість обстежених дітей 5-6 років мають низькі показники фізичного стану. Високий рівень функціональних і ру-

хових можливостей у дівчат був лише у 5,89% випадків, вищий від середнього – 5,89%, середній – 58,82%, нижчий від середнього – 11,76%, низький – 17,64%.

Слід відзначити, що серед хлопчиків спостерігається відсутність тих, які віднесені до групи з високим і вищим за середній рівень.

Як показує статистика, протягом останніх десятиріч виявляється тенденція зниження рівня здоров'я і збільшення захворюваності дітей дошкільного віку [6].

Згідно дослідженням спеціалістів, 60% хвороб дорослих закладаються у дитинстві. Кожна четверта дитина дошкільного віку хворіє протягом року більше 4 разів.

Визначається високий рівень захворюваності дітей: 62,5% становлять хвороби органів дихання, 50% – мають неврологічні захворювання, 18,75% – хвороби шлунково-кишкового тракту, близько 80% мають відхилення в стані опорно-рухового апарату. У 40% дітей дошкільного віку розвиток рухових здібностей характеризується рівнем нижчим за середній [5].

Як засвідчують результати досліджень, серед дошкільників кількість практично здорових дітей становить лише 9-10% [2,4].

Погіршення рівня фізичного здоров'я дітей обумовлено соціально-економічними, екологічними та комплексом педагогічних



чинників, а саме інтенсифікацією навчальної діяльності, раннім початком дошкільної системи навчання, невідповідністю програм і технологій навчання функціональним та віковим особливостям дітей [4].

В останні десятиліття світова наука прирахувала проблему здоров'я в широкому розумінні до кола глобальних проблем, вирішення яких обумовлює не тільки кількісні та якісні характеристики майбутнього розвитку людства, а й навіть сам факт його подальшого існування як біологічного виду.

Необхідною умовою збереження фізичного і психічного здоров'я дітей дошкільного віку є правильний розподіл часу на різні за характером види діяльності дитини. Тому вдосконалення організаційної структури, змісту, форм та методів оздоровлення дітей у дошкільних закладах є актуальною проблемою сьогодення.

Мета дослідження – науково обґрунтувати шляхи вдосконалення організаційної структури системи фізичного виховання у дошкільних закладах.

Методи дослідження: аналіз та узагальнення науково-методичної літератури, вивчення досвіду роботи з фізичного виховання у дошкільних закладах, аналіз документації.

Робота виконується за темою «Науково-теоретичні основи інноваційних технологій у фізичному вихованні різних груп населення» (номер державної реєстрації 011-1U001169).

Результати дослідження та їх обговорення.

Інтенсифікація сучасного життя, розвиток і впровадження нових технологій у різних сферах суспільства зумовили процес реформування системи та змісту діяльності освітніх інституцій, у тому числі дошкільних дитячих закладів. Ці реформи пов'язані з раннім навчанням та ускладненням навчальних програм, що

супроводжується підвищеним розумовим та фізичним навантаженням, яке негативно впливає на стан здоров'я дітей і викликає порушення постави, зниження опірності організму до негативних чинників довкілля, нервові захворювання.

Аналіз системи фізичного виховання у дошкільних закладах свідчить про необхідність створення програми фізкультурно-оздоровчої роботи, яка буде сприяти:

- зниженню показників захворюваності;
- підвищенню рівня здоров'я;
- підвищенню рівня фізичної підготовленості;
- стабільності фізичної і розумової працездатності;
- наявності певних знань з основ формування власного здоров'я і вміння реалізувати їх у практичній діяльності;
- успішному розвитку (в межах вікової норми) основних психічних процесів, творчих здібностей, особистісних рис;
- сформованості потреби в рухах;
- стійкій мотивації до занять фізичною культурою і спортом.

Реалізація такої програми передбачає вирішення наступних завдань:

- формування культури здоров'я у дітей, батьків, педагогів;
- створення у дошкільних закладах освіти структурних підрозділів з орієнтацією на здоровий спосіб життя;
- підвищення кваліфікації медпрацівників з питань здорового способу життя;
- здійснення комплексного психолого-педагогічного, фізич-

ного та медичного контролю і супроводу дошкільників;

- оволодіння знаннями та вміннями щодо збереження та зміцнення здоров'я;
- розвиток особистісних якостей та творчих здібностей дітей.

Основу розробки інноваційної програми складає покращення здоров'я дітей і створення умов для формування особистості дитини.

Програма забезпечує покращення всіх складових здоров'я (рис. 1).

Всі складові здоров'я учнів забезпечені системою сучасних форм інноваційної програми фізкультурно-оздоровчої роботи.

Психічне здоров'я пов'язане з психічною сферою людини, яка забезпечує адекватну поведінку особистості, формування свідомості та розвитку мислення.

Як зазначає лікар-психотерапевт Г. Черкашин [7], психопрофілактика може проводитися за трьома напрямками:

1. Робота з дошкільнятами, що мають фактори ризику, фізично ослабленими дітьми, у яких легко виникають неврози, дітей з окремими хворобливими симптомами.
2. Робота з дітьми, у яких спостерігаються клінічні прояви захворювання.
3. Робота із здоровими дітьми з метою покращення їх адаптаційних можливостей.

Психопрофілактика як комплекс заходів має декілька етапів:

1. Медико-психологічне обстеження дітей.
2. Вияв групи ризику, дітей з початковими порушеннями в функціонуванні організму та дітей з хворобливим станом.

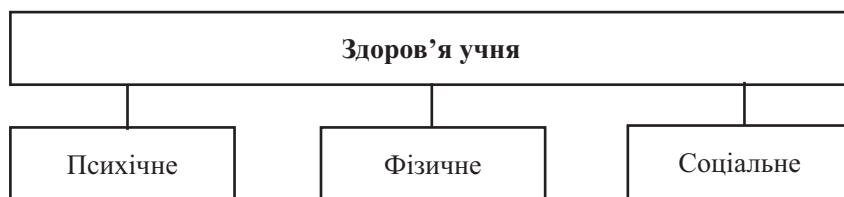


Рис. 1. Складові здоров'я дітей.



3. Проведення завершальної діагностики з кожною дитиною, яка має відхилення через незадовільний стан здоров'я.

4. Консультація батьків, що мають дітей, у яких виявлена патологія.

5. Складення та реалізація медико-психологічних оздоровчих програм.

Індивідуальна медико-психологічна програма для дітей повинна включати: психологічні, психотерапевтичні, медикаментозні заходи, фітотерапію, лікувальну фізкультуру, загартування та інші заходи.

Фізичне здоров'я пов'язане з біологічною структурою людини і функціями, що забезпечують певну фізичну працездатність, відповідно до вікових особливостей дітей.

Обов'язковою умовою нормального фізичного розвитку дитини, зміцнення її здоров'я, підтримання оптимального рівня фізичної та розумової працездатності є правильно організований режим дня. Для дітей кожної вікової групи він передбачає раціональне чергування різних видів діяльності й відпочинку (заняття, прогулянки, їжа, сон і т.д.).

Система фізкультурно-оздоровчих занять повинна забезпечувати оптимальний руховий режим, що становить 22-26 годин на тиждень для дітей дошкільного віку, і включати фізкультурні заняття, ранкову гімнастику, гігієнічну гімнастику після денного сну, фізкультхвилинки, фізкультурні паузи, рухливі ігри на прогулянці, дні здоров'я, фізкультурні розваги, фізкультурну освіту, самостійну рухову діяльність, загартування.

Система побудована таким чином, щоб всі діти мали можливість займатися фізичними вправами. Особлива увага приділяється дітям, які мають відхилення в здоров'ї. Слід відзначити, що втілення різних форм фізкультурно-оздоровчих занять передбачає втілення нових підходів щодо їх проведення.

Соціальне здоров'я визнається умовами соціального середовища, тому необхідно передбачити заходи, участь всіх учасників педагогічного процесу в реалізації програми фізкультурно-оздоровчої роботи, акцентуючи увагу на проблемі покращення здоров'я і формування здорового способу життя. Особливу увагу треба звернути на підвищення рівня знань педагогів та батьків, які впливають на формування мотивації дітей до фізкультурної діяльності.

Соціальне здоров'я також залежить від фізичного середовища дошкільного закладу. Для цього необхідно забезпечити:

- високу якість для фізичної роботи;
- раціональне та здорове харчування;
- адекватні приміщення для відпочинку, розваг, навчання, фізичного виховання;

Провідну роль у формуванні соціального здоров'я має сім'я, оскільки соціальний статус сім'ї забезпечує формування мотивації до здорового способу життя і можливість занять фізичною культурою і спортом.

Досягти високого рівня можна, якщо педагоги і батьки будуть сприяти формуванню позитивного настрою, мати позитивний настрій, заохочувати на досягнення, виявляти увагу і цінувати дітей, сприяти формуванню всіх складових здоров'я в системі фізкультурно-оздоровчої роботи.

Висновки

Розв'язання проблеми збереження здоров'я, забезпечення гармонійного розвитку особистості у дошкільних закладах є досить актуальною проблемою, що має великий практичний інтерес. У зв'язку з цим перед фізичною культурою, як основою забезпечення зміцнення здоров'я дітей висуваються нові завдання, які потребують розробки сучасних педагогічних технологій органі-

зації системи фізичного виховання, програми фізкультурно-оздоровчої роботи, що забезпечує покращення всіх складових здоров'я – психічного, соціального, фізичного.

Література

1. Заєць Л.В. Комплексна оцінка стану соматичного здоров'я дітей старшого дошкільного віку / Л.В. Заєць // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. – Л: НВФ «Українські технології», 2002 – Вип.6. – т.1. – С. 252-255
2. Москаленко Н.В. Теоретико-методичні засади інноваційних технологій в системі фізичного виховання молодших школярів: дис. ... докт. наук. з фіз.вих. і спорту: 24.00.02. – Дніпропетровськ, 2009. – 461 с.
3. Москаленко Н.В. Фізкультурно-спортивна робота в родині з метою духовного розвитку й фізичного оздоровлення дітей / Н.В. Москаленко, В.В. Бугуйчук, Ю. Макешина // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2004. – №6. – С. 3-6.
4. Пангелова Н. Нетрадиційні методи оздоровлення у системі фізичного виховання дошкільників / Н.Пангелова, І. Сагунова // Спортивний вісник Придніпров'я, – Д. – 2011.-№1 – с.22-24.
5. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду: пособие для педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей / М.Н. Рунова. – М: Мозайка-Синту, – 2000 – 256 с.
6. Тупчій Н.О. Режимы рухової активності дітей 5-6 років із різним рівнем фізичного стану: Автореф. Дис. канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02 / Наталія Олександрівна Тупчій ; Нац. Ун-т фіз. виховання і спорту України. – К., 2001. – 18 с.
7. Черкашин Г. Вирішення проблеми збереження та зміцнення здоров'я школярів / Г. Черкашин // Директор школи. – 2006. – №4. – С. 44-46.

