

УДК 378.147.31

Е. М. Каранец, кандидат педагогических наук, доцентУчреждение образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»,
ул. Советская, 18, 220030 Минск, Республика Беларусь, +375 (29) 571 98 92, reitkatusha@mail.ru

ФОРМИРОВАНИЕ У СТУДЕНТОВ УМЕНИЯ ПРИМЕНЯТЬ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ УЧРЕЖДЕНИЙ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

В статье обоснована актуальность формирования у студентов — будущих воспитателей дошкольного образования компетентности в области здоровьесбережения. Проанализированы педагогические условия создания здоровьесберегающего пространства в учреждении дошкольного образования. Рассматривается проектная деятельность студентов в качестве средства формирования у них компетентности в области сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста. Показана специфика работы со студентами заочной формы получения образования факультета дошкольного образования по реализации проектной деятельности с воспитанниками. Представлены результаты анкетирования студентов по тематике реализации здоровьесберегающих технологий, позволяющие выстроить направления работы со студентами в межсессионный период, а также указаны некоторые компоненты учебной дисциплины «Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании». Обозначена роль интеграции различных видов деятельности педагога в достижении результатов работы по укреплению здоровья детей.

Ключевые слова: здоровьесберегающие технологии; дошкольное образование; культура здоровья; студенты; проектная деятельность; дети дошкольного возраста.

Библиогр.: 4 назв.

E. M. Karanets, Ph. D. in Pedagogy, Associate ProfessorEducational Institution “Belarusian State Pedagogical University named after Maxim Tank”, 18 Sovetskaya Str.,
220050 Minsk, the Republic of Belarus, +375 (29) 571 98 92, reitkatusha@mail.ru

STUDENTS' ABILITY FORMATION TO APPLY HEALTH-SAVING TECHNOLOGIES IN THE EDUCATIONAL PROCESS OF PRESCHOOL EDUCATIONAL INSTITUTIONS

The article substantiates the relevance of the formation in the field of health-saving competence in students — future teachers of preschool education. Pedagogical conditions of creating health-saving space in preschool educational institutions are analyzed. The students' project activity as a means of forming their competence in the field of preserving and strengthening the health of preschool children is considered. The work specificity with preschool education faculty students of correspondence form of education on the realization of the project activity with pupils is shown. The questionnaire survey results of the students on the subject of realization of health-saving technologies, allowing to build the directions of work with students in the intersession period, as well as some components of the academic discipline “Health-Saving Technologies in Preschool Education” are presented. The role of different types of activities integration in achieving the results of work to improve children's health is outlined.

Key words: health-saving technologies; preschool education; health culture; students; project activities; preschool children.

Ref.: 4 titles.

Введение. Одной из важнейших составляющих подготовки воспитателей дошкольного образования в Республике Беларусь является формирование у студентов компетенций в области здоровьесбережения детей дошкольного возраста. Актуальность данного направления образовательного процесса обусловлена рядом причин, среди которых в первую очередь можно выделить состояние здоровья воспитанников, во-вторую — формирование у подрастающего поколения основ культуры здоровья и воспитание ценностного отношения к здоровому образу жизни. Будущие педагоги должны по роду деятельности осознавать, что здоровые дети лучше усваивают учебный материал, могут дольше концентрироваться и обладают более стабильным эмоциональным состоянием. Кроме того, педагоги играют важную роль в формировании здоровых привычек у детей, таких как правильное питание, физическая активность, соблюдение режима дня и гигиены. Знание основ здорового образа жизни поможет лучше понимать потребности детей и оказывать им и их родителям поддержку в укреплении здоровья.

Для решения обозначенной проблемы при разработке учебного плана по специальности «дошкольное образование» было предусмотрено изучение студентами старших курсов учебной дисциплины «Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании». Данная дисциплина призвана формировать специализированную компетенцию «применять здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе учреждений дошкольного образования для формирования основ культуры здоровья». Задачами программы явились следующие: усвоение студентами системы знаний об особенностях здоровьесберегающих технологий, целей, задач, содержания, методов и форм организации процесса по сохранению и укреплению здоровья детей; формирование умений практической реализации современных методик и технологий здоровьесбережения в практике работы учреждений дошкольного образования (далее — УДО); приобретение студентами опыта отбора, применения и создания методических материалов для реализации здоровьесберегающих технологий с учетом индивидуальных особенностей воспитанников и условий образовательной среды; выработка у студентов умений творческого применения полученных знаний в области здоровьесбережения.

Многоаспектная составляющая понятия «здоровье» позволила определить тематические разделы учебной дисциплины:

1. Медико-профилактические технологии: мониторинг здоровья дошкольников и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья; организация и контроль питания, физического развития, закаливания дошкольников; организация медико-профилактических мероприятий в УДО; организация здоровьесберегающей среды в УДО.

2. Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка: подходы к обеспечению эмоциональной комфортности и позитивного самочувствия ребёнка в процессе общения со сверстниками и взрослыми; психолого-педагогическое сопровождение развития ребёнка в УДО (тренинги, коммуникативные игры, этюды, психогимнастика).

3. Здоровьесберегающие образовательные технологии: авторские здоровьесберегающие технологии и методики белорусских и зарубежных ученых.

4. Технологии коррекционно-развивающей работы с детьми: арт-терапия; сказкотерапия; психогимнастика; музыкотерапия; технологии воздействия цветом; технологии коррекции поведения и др.

5. Физкультурно-оздоровительные технологии: закаливание, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, пальчиковая гимнастика, точечный массаж и самомассаж, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, физкультминутки, релаксация, динамические паузы; занятия на тренажёрах; ритмопластика.

6. Детский фитнес: гимнастические упражнения (элементы аэробики, спортивной и художественной гимнастики); фитбол-гимнастика; упражнения со специальным спортивным оборудованием [1].

Отличительной особенностью содержания данного учебного курса является интеграция различных областей знаний и междисциплинарный подход. При разработке лекционных и практических занятий учитывались современные подходы к определению состояния здоровья, отраженные в медицинских исследованиях; принципы здоровьесберегающей педагогики и методики, связанные с укреплением физического и психического здоровья детей; положения образовательной кинезиологии и др.

Материалы и методы исследования. Выбор содержания дисциплины соотносится со структурой понятий «здоровьесберегающие технологии», «культура здоровья детей дошкольного возраста» и подходом, отражающим обязательность интеграции различных видов детской деятельности в решении вопроса укрепления и сохранения здоровья, представленных в ряде исследований (О. В. Латыговская, М. А. Арсенова, Е. И. Тимошина).

Б. А. Артеменко, Н. Е. Пермякова, Л. А. Кострюкова в своем исследовании пришли к выводу о том, что «отношение студентов к здоровью как общечеловеческой ценности включает в себя не только мотивацию к здоровому образу жизни, но и повышение рейтинга “здоровья” в общей системе идеалов, что является обязательным условием их профессионального

становления, повышения качества собственной жизни и жизни обучающихся...» [2]. М. А. Арсенова, Е. И. Тимошина считают что «в профессиональной педагогической деятельности здоровьесберегающие технологии определяются как системно организованное в едином методическом поле сочетание компонентов педагогики сотрудничества, комплекса специальных педагогических техник, направленных на создание оптимальной адаптированности ребенка к образовательному процессу, сохранение его здоровья и воспитание у него ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни» [3]. В исследовании О. В. Латыговской отмечены следующие педагогические условия, которыми должен руководствоваться педагог при создании здоровьесберегающего пространства: целостное развитие ребёнка в здоровьесберегающей деятельности, выраженное единством процессов становления, саморазвития и формирования (образования); интеграция здоровьесберегающей деятельности с другими видами детской деятельности (двигательная, игровая, коммуникативная, изобразительная, музыкальная), создание здоровьесберегающей предметно-развивающей среды [4].

Вышеизложенный анализ имеющейся ситуации в области подготовки студентов по вопросу формирования у них компетенций в области здоровьесбережения показал, прежде всего, многоаспектность тематического поля, требующего разнообразия методов обучения, а также потребовал дополнительную информацию от практикующих воспитателей дошкольного образования (студентов заочной формы получения образования) про их отношение к данной проблеме, что, на наш взгляд, позволит усилить практикоориентированность их профессиональной подготовки.

В связи с этим было проведено анкетирование, в котором студентам, работающим в УДО, было предложено ответить на ряд вопросов, отражающих их подход в решении проблем здоровьесбережения. В анкетировании приняли участие 83 студента заочной формы получения образования факультета дошкольного образования.

Результаты исследования и их обсуждение. На вопрос «Какое определение понятия “здоровьесберегающие технологии” Вы могли бы дать?» наиболее часто встречающиеся ответы следующие: «комплекс мер по охране и укреплению здоровья детей в образовательном учреждении», «технологии, методы, приемы, которые помогают улучшить качество образовательного процесса, а именно сохранить здоровье не только детей, но и педагогов», «совокупность педагогических, психологических и медицинских воздействий, направленных на защиту и обеспечение здоровья, формирование ценного отношения к своему здоровью». На основании данных ответов можно утверждать, что воспитатели дошкольного образования имеют представление о категориальном аппарате здоровьесбережения, понимают комплексный характер всех процессов, связанных с укреплением здоровья детей. Однако стоит отметить недостаточный уровень определения здоровьесберегающих технологий в контексте именно педагогических технологий, которые имеют ряд отличий по сравнению с методиками или в целом комплексом педагогических мер.

Один из вопросов анкеты предполагал уточнение того, достаточно ли у респондентов сведений о том, как организовать процесс укрепления и сохранения здоровья детей в своей работе. Считают, что у них достаточно знаний в данной области, 89 % респондентов. Все участники анкетирования ответили утвердительно на вопрос «Учитываете ли Вы в организации индивидуального подхода результаты мониторинга физического и психического развития детей?». В результате анкетирования определены наиболее часто используемые респондентами элементы здоровьесберегающих технологий: дыхательная гимнастика (95,2 %), психогимнастика (44,6 %), нейрогимнастика (31,3 %), арт-педагогика (72,3 %), фитнес-технологии (39,8 %), методики профилактики нарушений осанки и стопы (81,9 %), закаливание (84,3 %), самомассаж (55,4 %).

Интересным с точки зрения преподавания данной дисциплины было узнать у воспитателей дошкольного образования их отношение к использованию электронных образовательных ресурсов, интерактивных заданий в контексте формирования основ здорового образа жизни и укрепления здоровья детей. Ответили утвердительно на вопрос о применении элек-

тронных образовательных ресурсов в образовательном процессе 41 % участников, 48 % воспитателей редко используют возможности электронных образовательных ресурсов, отдавая предпочтение традиционным дидактическим средствам.

Немаловажным фактором укрепления здоровья детей является мотивация и стремление педагога к сохранению и укреплению собственного здоровья. Именно поэтому воспитателям было предложено ответить на вопрос «Какие компоненты здорового образа жизни Вы самостоятельно реализуете в своей жизнедеятельности?». Наиболее популярные ответы: «зарядка», «прогулки», «самомассаж», «соблюдение режима труда и отдыха», «правильное питание».

В работе с родителями по вопросу здоровьесбережения участники анкетирования отдают предпочтение таким формам работы, как консультация (85 %), беседы (91 %). Реже используются проекты (10 %) и совместные мероприятия (8 %).

Важным в ходе анкетирования было выявление направлений совершенствования процесса здоровьесбережения с учетом имеющихся компетенций у педагогов. На вопрос «Что, по Вашему мнению, необходимо Вам узнать, чтобы процесс укрепления и сохранения психического и физического здоровья детей стал более эффективным?» наиболее часто был дан ответ о том, что информации достаточно, но необходимы современные методики работы с детьми по данному направлению (84 %). Также воспитатели считают, что им важно знакомиться с новой литературой, читать публикации по данной теме (25 %).

Результаты анкетирования, логика изложения учебного материала на практических и лекционных занятиях в рамках учебной дисциплины «Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании» позволили предположить, что наиболее эффективным способом достижения цели — формирование у студентов компетенций в области здоровьесбережения воспитанников — будет организация их проектной деятельности. Студентам было предложено разработать и реализовать образовательный проект в рамках обозначенной проблематики с обязательным включением в образовательный процесс с детьми элементов здоровьесберегающих технологий: дыхательная гимнастика, самомассаж, кинезиологические комплексы, элементы арт-терапии, психогимнастика, упражнения на профилактику нарушений осанки и стопы и др. В межсессионный период студенты в подгруппах выполняли краткосрочные и долгосрочные проекты с детьми дошкольного возраста.

Выбор проектной деятельности был обусловлен ее эффективностью и возможностью с ее помощью достичь желаемой цели при освоении учебной дисциплины. Проектная работа позволяет студентам применить свои знания на практике и развить навыки самостоятельной работы и решения проблем. Она способствует развитию креативности, коммуникативных и организационных навыков, освоению коллективной работы. Проектная деятельность помогает студентам развить критическое мышление, самоорганизацию и ответственность за результат своей работы, способствует развитию учебной мотивации, позволяет студентам лучше понимать взаимосвязь между теорией и практикой.

По итогам самостоятельной работы в межсессионный период студенты, работающие в УДО, представили ряд интересных, творческих проектов. Большинство из проектов были направлены на профилактику нарушений осанки и стопы, использование в режимных моментах таких элементов, как дыхательная гимнастика, нейроупражнения, арт-терапия, психогимнастика. Приведем пример одного из них.

Оздоровительный проект «Здоровье начинается со стопы». *Цель проекта:* формирование у детей и их родителей практических навыков по профилактике плоскостопия. *Вид проекта:* краткосрочный. *Задачи проекта:* познакомить с понятием «плоскостопие», его видами и степенями; установить причины плоскостопия; провести практическую работу на выявление плоскостопия; разработать комплексы коррекционных упражнений для профилактики плоскостопия; углублять представления родителей и детей о профилактических мероприятиях по плоскостопию; воспитывать желание быть здоровым. *Ожидаемый результат:* укрепление мышц стопы и голени; повышение уровня физической подготовленности; сформированность осознанной потребности в выполнении упражнений по профилактике плоскостопия в домашних условиях.

Приведем пример реализации практического этапа проекта, в ходе которого был проведен опыт «Определение признаков наличия плоскостопия». *Ход работы*: берем лист бумаги и гуашевые краски; наносим краску на подошву детской стопы; наступаем на бумагу; внимательно рассматриваем получившийся отпечаток. После в совместной работе с детьми было изготовлено нестандартное *оборудование*: палочки для самомассажа стопы. *Результат проекта*: демонстрация воспитанниками упражнений на укрепление мышц, удерживающих стопу; картотека упражнений для родителей. Фрагмент данного образовательного проекта, на наш взгляд, убедительно демонстрирует возможности интеграции различных видов деятельности в достижении результата, что соотносится со структурой профессиональной компетентности педагога и здоровьесберегающих технологий.

В ряде проектов были представлены интерактивные игры и упражнения для детей дошкольного возраста, разработанные воспитателями в рамках реализации образовательных проектов. Интерактивные игры в данном случае выступили одной из форм организации процесса по сохранению и укреплению здоровья детей, а также способствовали практической реализации современных методик и технологий здоровьесбережения в практике работы УДО.

На этапе представления образовательных проектов, разработанных в рамках межсессионного периода, студенты более полно отражали суть здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании. По словам самих разработчиков проектов, их возможность спланировать, организовать проект, а главное — получить желаемый, часто осязаемый продукт вместе с детьми позволили более системно посмотреть на то место, какое занимают различные методики и технологии здоровьесбережения в детском саду и семье. Было отмечено, что в ходе проектной деятельности детям старшего дошкольного возраста проще проявить субъектную позицию, активность, а самое главное — самостоятельность. Педагоги, включаясь в роль организатора проекта, имеют более выраженную собственную активную позицию по отношению к различным аспектам культуры здоровья, что положительно влияет на итог их совместной работы с воспитанниками.

Заключение. Студенты — воспитатели УДО по итогам изучения дисциплины «Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании» смогли выделить наиболее важные позиции, связанные с тем, какой аспект изучения здоровьесберегающих процессов наиболее актуален для них: наличие у педагога собственной активной позиции в отношении здорового образа жизни; стремление взрослого искать наиболее эффективные методы работы с детьми, исходя из их интересов; понимание важности интеграции знаний и действий всех специалистов в решении проблемы сохранения и укрепления здоровья воспитанников, формирования у них основ культуры здоровья.

Список цитируемых источников

1. Каранец, Е. М. Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании : электрон. учеб.-метод. комплекс / Е. М. Каранец. — URL: <https://elib.bspu.by/handle/doc/59333> (дата обращения: 12.02.2025).
2. Артеменко, Б. А. Подготовка будущих работников дошкольного образования к оздоровительной работе с детьми / Б. А. Артеменко, Н. Е. Пермякова, Л. А. Кострюкова // Вестник ЮУрГПУ. — 2022. — № 5 (171). — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/podgotovka-buduschih-rabotnikov-doshkolnogo-obrazovaniya-k-ozdovitelnoy-rabote-s-detmi> (дата обращения: 16.11.2024).
3. Арсенова, М. А. Особенности использования здоровьесберегающих технологий в системе развития ребенка дошкольного возраста / М. А. Арсенова, Е. И. Тимошина // Вестник Череповецкого государственного университета. — 2019. — № 5 (92). — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-ispolzovaniya-zdorovie-sberegayuschih-tehnologiy-v-sisteme-razvitiya-rebenka-doshkolnogo-vozrasta> (дата обращения: 16.11.2024).
4. Латыговская, О. В. Культура здоровья детей. 3—4 года : метод. пособие / О. В. Латыговская, В. Н. Шебеко. — Минск : Аверсэв, 2019. — 64 с.

Поступила в редакцию 27.06.2025.