

курсами настойку женьшеня, элеутерококка, эхинацеи, 2—3 раза в год проходят курс поливитаминизации. С профилактической целью проводится санация носоглотки раствором эвкалипта, зелёным чаем, смазывание зёва раствором Люголя. После приёма пищи детям предлагается полоскать горло отварами ромашки, шалфея, мяты. Это способствует очищению полости рта, нормализации кислотно-щелочного баланса, закаливанию и профилактике простудных заболеваний.

Для оздоровления часто и длительно болеющих детей используется широкий спектр нетрадиционных здоровьесберегающих технологий. Практика показала, что применение ароматерапии у часто и длительно болеющих детей, особенно в межсезонье, способствует значительному снижению простудных заболеваний.

В специально оборудованном «Фитобаре» дети с удовольствием употребляют ароматные и вкусные фиточаи: «Смородинка», «Кладезь здоровья», «Витаминный», которые обладают целебными свойствами. Фиточаи приобретаются в аптеке.

Анализируя опыт своей работы, мы пришли к выводу, что оздоровительные силы природы значительно активизируют биологические процессы в организме ослабленного и часто болеющего ребёнка, повышают общую работоспособность организма, доставляют радость, замедляют процессы утомления. Но особенно эффективно их использование в комплексе с физкультурно-оздоровительной работой.

Детям, которые имеют противопоказания к занятиям физкультурой, назначается лечебная физкультура. Специально подобранные комплексы для занятий утверждены врачом-педиатром и направлены как на профилактику нарушений осанки, плоскостопия, так и на коррекцию имеющихся нарушений в физическом развитии. Для профилактики плоскостопия у детей используются разнообразные «дорожки здоровья» — контейнеры, которые наполнены различным природным материалом. Ходьба по таким дорожкам оказывает массажный эффект на свод стопы и способствует закаливанию детского организма.

Радость и восторг приносит детям посещение бассейна. Обучаясь плаванию и выполняя несложные упражнения на воде, у детей закаливается организм, повышается иммунитет. В результате уровень заболеваемости в период эпидемии гриппа значительно снижается.

Заключение. Создание здоровьесберегающего образовательного процесса — неоспоримое достоинство современной системы образования, эффективный фактор повышения его качества. В учреждении дошкольного образования, исходя из реального потенциала педагогического и детского коллектива, потенциала родителей, можно выработать свой алгоритм деятельности по созданию здоровьесберегающей системы. Этот подход приведёт к осмысленной и грамотной реализации здоровьесберегающих образовательных технологий.

Благодаря созданию комплексной здоровьесберегающей системы оздоровления часто и длительно болеющих детей, совместным усилиям медицинских и педагогических работников, из года в год удаётся достигать положительных результатов в укреплении здоровья воспитанников, что говорит о качестве работы учреждения дошкольного образования и практической значимости использования здоровьесберегающих технологий в условиях современного образовательного процесса. Систему оздоровления детей дошкольного возраста нужно воспринимать не как совокупность лечебно-профилактических мер, а как форму развития, расширения психофизических возможностей детей. Работа по укреплению здоровья детей эффективна при применении медицинских методов с обязательным дополнением их психолого-педагогическими методами здоровьесберегающих технологий. Индивидуально-дифференцированный подход является ключевым принципом здоровьесберегающей системы в образовательном процессе.

Список цитируемых источников

1. Шишкина, В. А. Введение / В. А. Шишкина // В детский сад — за здоровьем : пособие для педагогов, обеспечивающих получение дошкол. образования. — Минск : Зор, верасень, 2006. — С. 4.
2. Образовательные стандарты. Дошкольное образование // Зб. нармат. дак. — 2013. — № 3. — С. 5.

УДК 796.011.1

В. Г. Левкевич, А. И. Самусик

Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи

РОЛЬ ВОСПИТАТЕЛЬНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Введение. Физическая культура представляет собой неотъемлемую часть общей культуры человека. Это наиболее доступное средство для укрепления здоровья, а также для духовного и физического развития.

Современная наука доказывает, что проблемы здоровья и оздоровления населения выходят за границы здравоохранения. Получены новые научные материалы о негативных тенденциях в здоровье подрастающего

поколения, связанные с особенностями современной системы образования, которая, во-первых, не побуждает и не научает «конструировать» собственное здоровье, во-вторых, противоречит естественным потребностям и является патогенным фактором в жизнедеятельности личности. Поэтому долгу ответственности за ситуацию, сложившуюся со здоровьем детей и подростков, берёт на себя система образования [2, с. 44].

Основная часть. Быть здоровым — это естественное стремление человека. Здоровый и духовно развитый человек счастлив: он отлично себя чувствует, получает удовлетворение от своей работы, стремится к самосовершенствованию, достигая неувядающей молодости и красоты. Целостность, гармония человеческой личности проявляются, прежде всего, во взаимосвязи и взаимодействии психических и физических сил организма, гармонии самовыражения в различных областях нашей жизни. Активный и здоровый человек надолго сохраняет молодость, продолжая сознательную деятельность, не позволяя «душе» лениться.

Физическое воспитание подрастающего поколения ныне является одной из важнейших задач, стоящих перед обществом. Действительно, без физически развитых и здоровых людей любые преобразования будут затруднены. Однако именно в наше время наиболее ярко проявляются противоречия между декларативными заявлениями о необходимости физического воспитания и практикой. Свидетельство этому — тревожные данные об ухудшении состояния здоровья и снижении уровня физической и двигательной подготовленности детей дошкольного возраста. Поэтому необходимость коренного изменения системы физического воспитания дошкольников на основе переосмысления некоторых аспектов образовательного процесса становится всё более актуальной. Такого человека мы и должны «создать» и воспитать, начиная с самого раннего детства.

Успешное решение поставленных задач возможно при условии комплексного использования всех средств физического воспитания. Среди многих факторов, оказывающих влияние на здоровье детей, по мнению учёных, первое место по интенсивности воздействия занимает правильно организованная двигательная активность. При этом использование физических упражнений сводится не просто к укреплению здоровья и развитию двигательных навыков, но и ставит своей целью восстановление умственной работоспособности, снятие нервно-эмоциональных нагрузок, благотворное воздействие на психическое развитие ребёнка. Психолог Н. А. Бернштейн говорил: «Психика формируется в движении». Цель физического воспитания дошкольников конкретизируется в задачах оздоровительного, образовательного и воспитательного характера [1, с. 64].

Работу по развитию движений целесообразно начинать с выявления индивидуальных особенностей двигательной сферы ребёнка, привития интереса к занятиям физической культурой. При этом сразу следует исключить утомление детей, излишнюю командность; организовать работу в игровой, занимательной форме.

В системе физического воспитания дошкольников используются следующие формы двигательной деятельности: утренняя гимнастика, занятия по физической культуре, физкультурный досуг, спортивные праздники, походы, экскурсии [3, с. 84].

С точки зрения пользы для здоровья ребёнка наиболее продуктивными оказываются здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе, способные опираться на комплексный характер здоровья; принимать во внимание наибольшее число факторов, оказывающих влияние на здоровье; учитывать возрастные и индивидуальные особенности детей; обеспечить принятие целей и содержания политики учреждения в области укрепления здоровья и формирования здорового образа жизни; контролировать соблюдение правил, которые несут в себе здравоохранительное и профилактическое содержание; постоянно улучшать гигиенические условия учреждения дошкольного образования, материально-техническую базу, социально-психологический климат в коллективе согласно требованиям современности; формировать положительное отношение дошкольников к учреждениям дошкольного образования, благоприятный климат внутри педагогического и детского коллективов, в отношениях педагогов и детей; обосновывать условия последовательности и преемственности в реализации технологии; осуществлять периодическую оценку эффективности технологии; привлекать родителей к работе по сохранению и укреплению здоровья детей; проектировать предметно-развивающую среду, обеспечивающую безопасные, комфортные условия жизнедеятельности [1, с. 66].

Заключение. Целевой установкой воспитания культуры здоровья дошкольников в работе воспитателя дошкольного образования является создание условий для гармоничного развития личности дошкольника, учитывая индивидуальные показатели состояния здоровья детей, создание устойчивой мотивации к здоровому и продуктивному стилю жизни и формирование здорового духовно, психически, социально адаптированного, физически развитого человека.

Список цитируемых источников

1. Доронова, Т. Н. Основные направления работы ДОУ по повышению психолого-педагогической культуры родителей / Т. Н. Доронова // Дошкол. воспитание. — 2004. — № 1. — С. 63—67.
2. Змановский, Ю. Ф. Воспитательно-оздоровительная работа в дошкольных учреждениях / Ю. Ф. Змановский // Дошкол. воспитание. — 2003. — № 9. — С. 42—47.
3. Кудрявцев, В. Т. Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст) : програм.-метод. пособие / В. Т. Кудрявцев, Б. Б. Егоров. — М. : Академия, 2004. — 128 с.