

Список источников

1. *Аршштейн, Л.* Формирование музыкально-эстетической культуры студентов в образовательной среде вуза: актуальные вопросы современной педагогической науки : материалы Междунар. заоч. науч.-практ. конф., 19 сентября 2009 года // Л. Аршштейн ; отв. ред. М. В. Волкова. — Чебоксары : НИИ педагогики, 2009. — С. 16—19.
2. *Гогоберидзе, А. Г.* Музыкальное воспитание детей раннего и дошкольного возраста: современные педагогические технологии : учеб.-метод. пособие / А. Г. Гогоберидзе, В. А. Деркунская. — Ростов н/Д : Феникс, 2008. — 430 с.
3. *Мельников, М. Н.* Детский фольклор и проблемы народной педагогики / М. Н. Мельников. — Новосибирск : Просвещение, 1987. — 196 с.
4. *Осеннева, М. С.* Методика музыкального воспитания младших школьников : учеб. пособие для студентов нач. фак. педвузов / М. С. Осеннева, Л. А. Безбородова. — М. : Академия, 2001. — 368 с.
5. *Радионов, М. В.* Музыкально-эстетическое воспитание как средство развития личности в системе дополнительного образования : материалы IV Междунар. науч.-практ. конф. / М. В. Радионов. — Чистополь : ИНЕКА, 2009 г. — С. 308—309.
6. *Тристен, К. С.* Формирование нравственного здоровья детей средствами литературно-музыкальных мероприятий : практ. пособие для студентов пед. специальностей / К. С. Тристен, Е. Н. Авдей. — Барановичи : РИО БарГУ, 2012. — 120 с.
7. *Шавель, О. В.* Формирование коммуникативных умений старших дошкольников в процессе организации театральной деятельности: семья, дошкольное и начальное образование — единый развивающий мир ребёнка : материалы Респ. науч.-практ. конф., Минск, 19 апр. 2005 г. / Бел. гос. пед. ун-т им. М. Танка ; редкол. О. И. Митрош [и др.] ; отв. ред. Н. В. Литвина. — Минск : БГПУ, 2005. — С. 243—245.

Материал поступил в редакцию 10.01.2015 г.

УДК 373.2.037.1

Н. С. Захарук
БГПУ им. М. Танка, Минск

ОПТИМИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ПРОЦЕССЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Введение. В связи с катастрофическим ростом заболеваемости детей в целом, снижением уровня их физической подготовленности, возникает необходимость поиска новых эффективных подходов к организации в современных условиях воспитания и обучения, обеспечивающих сохранение физического и психического здоровья подрастающего поколения. Общеизвестно решающее значение двигательной активности в формировании растущего организма. Однако в образовательном процессе её специфическое значение как фактора, стимулирующего повышение резервных возможностей физического, функционального, двигательного и психического развития детей, учитывается недостаточно.

Согласно современным данным, за время пребывания в детском саду воспитанники свободно двигаются и играют менее 30% времени бодрствования [1, с. 22]. При таких условиях дети по количеству движений реализуют меньше половины возрастной нормы. Для укрепления здоровья детей необходимо совершенствовать систему физического воспитания, активизировать двигательную деятельность, осуществлять индивидуально-дифференцированный подход в воспитании, обучении и развитии ребёнка [6].

Основная часть. Воспитание здоровой личности в самом широком смысле — основное требование модернизации системы образования [3]. Одним из основных факторов оздоровления детей является двигательная активность. Первые семь лет — это годы бурного психического и физического развития ребёнка, организм которого и его функции ещё далеко не совершенны и легко подвергаются различным воздействиям. Вот почему так важно, чтоб в этот период развития для детей была обеспечена педагогически целесообразная среда. От состояния здоровья ребёнка, умения владеть своими движениями, от его ловкости, ориентировки, быстроты двигательной реакции во многом зависит его настроение, характер и содержание игры, а в дальнейшем — достижения в учебной и трудовой деятельности.

Приводим факторы, определяющие двигательную активность старших дошкольников. В настоящее время человек в повседневной и трудовой деятельности использует всё меньше свои двигательные возможности и способности. Влиянию гипокинезии подвержены и дети дошкольного возраста. Кроме комфортных условий цивилизации, на них влияет ещё и интенсификация учебного процесса в детском саду, сложившийся образ жизни в семье и другие факторы. Решение проблем рационального двигательного режима в детских садах становится важным гигиеническо-медицинским и одновременно социально-экономическим вопросом. Особое значение данное положение приобретает в воспитании детей старшего дошкольного возраста в связи с увеличением удельного веса умственной нагрузки в режиме дня старшей и подготовительной групп детского сада. Необходимым условием рекреации детей после напряжённой умственной нагрузки на занятиях является рационально организованная двигательная деятельность. Интенсивность последней в каждом возрастном периоде обуславливается многочисленными социальными, природными, климато-метеорологическими и биологическими факторами. Кроме того, подвижность детей индивидуально различна. Большое влияние на них оказывают условия жизни и воспитания.

Продолжительность двигательной активности должна составлять не менее 50—60% периода бодрствования, что равняется шести—семи часам в сутки. Самые высокие двигательные нагрузки приходится на время первой прогулки (с 10 : 00 до 12 : 00). Двигательная активность здесь должна составлять 65—75% времени пребывания на воздухе. Кроме того, в распорядке дня обязательны и другие периоды умеренной и целесообразной двигательной деятельности детей: это время до завтрака и перед занятием, особенно если оно умственное. Следует осторожно подходить к физическим нагрузкам сразу после дневного сна. В это время нецелесообразны организованные физические упражнения. Лучше всего предоставить детям возможность двигаться самостоятельно, создав условия для этого [3].

Формы работы по физическому воспитанию дошкольников представляют собой комплекс оздоровительно-образовательных мероприятий, основу которых составляет двигательная деятельность. В этот комплекс входят самостоятельная двигательная деятельность и организованные физкультурные мероприятия. Процентное соотношение их разное в группах раннего, младшего и старшего дошкольного возраста, однако самостоятельные движения детей всех возрастов должны составлять не менее $\frac{2}{3}$ объема их общей двигательной активности. Это можно объяснить тем, что потребность детей в движении наиболее полно реализуется в самостоятельной деятельности. Она наименее утомительна из всех форм двигательной активности и содействует индивидуализации двигательного режима. Кроме того, именно в самостоятельной деятельности ребенок в наибольшей степени проявляет свое двигательное творчество, а также уровень владения двигательными умениями. Содержание этой деятельности определяется самими детьми, однако это не значит, что взрослые могут не обращать на неё внимания. В освоении детьми новых движений, в развитии самостоятельной двигательной активности ребенка взрослому принадлежит ведущая роль [4].

Высокий интерес к какой-либо деятельности, проявление творчества в значительной степени свидетельствуют о психологическом комфорте ребенка, ибо интересы выражают его специфическое отношение к объекту, обусловленное жизненным значением и эмоциональной привлекательностью.

При внимательном наблюдении за детьми можно достаточно отчетливо по этим критериям оценить их психологическое благополучие в определенный период бодрствования. Если ребенок не хочет идти в детский сад, с трудом расстается с родителями, малоподвижен, часто грустит, капризничает, плачет, ссорится со сверстниками, не активен в период бодрствования, если он зажат, скован, значит, психологический дискомфорт наличен и надо срочно принимать меры [6].

Формы работы по физическому воспитанию для конкретной группы или детского сада в целом, как считает В. А. Шишкина, отбираются по принципу системности. Учитываются состояние здоровья детей в группе, особенности их физического развития, возраст, общая физическая подготовленность, условия семейного воспитания, профессионально-личностные интересы воспитателей, задачи дошкольного учреждения в области физической культуры на предстоящий период.

Каждое дошкольное учреждение имеет право на свои подходы в физическом воспитании; педагогический коллектив детского сада сам определяет, каким формам физической культуры отдать предпочтение, оценивая их эффективность по динамике здоровья и развития детей. Воспитатели групп также могут по своему усмотрению останавливать выбор на тех или иных системных и эпизодических физкультурных мероприятиях, подчинив их решению выдвинутых задач [7].

В старшем дошкольном возрасте на фоне общего физического развития улучшается подвижность, уравновешенность, устойчивость нервных процессов, накапливается резерв здоровья: снижается частота заболеваний, они протекают сравнительно легко, чаще всего без осложнений. Однако дети всё ещё быстро устают, «истощаются», и при перегрузках возникает охранительное торможение. Поэтому одним из основных условий эффективности физического воспитания детей старшего дошкольного возраста (пять—шесть лет) и развития двигательной активности является учёт их возрастных особенностей и использование всей системы средств руководства двигательной активностью детей [5].

Заключение. Таким образом, двигательная активность должна считаться важнейшим показателем двигательного развития дошкольника. Для осуществления оптимальной двигательной активности детей необходимо создать условия для самореализации ребенка и обеспечить его психологическую безопасность, правильно и грамотно организовать двигательный режим, цель которого состоит в том, чтобы удовлетворять естественную биологическую потребность детей в движении, добиваться повышения уровня здоровья детей, обеспечивать овладение двигательными умениями и навыками [2].

Знание особенностей двигательной активности детей и степени обусловленности её воспитанием и обучением необходимо для правильного построения процесса физического воспитания детей [6].

Список источников

1. Воронова, Е. К. Игры-эстафеты для детей 5—7 лет : практ. пособие / Е. К. Воронова. — М. : Аркти, 2009. — 88 с.
2. Мащенко, М. В. Физическая культура дошкольника : пособие для педагогов дошкольных учреждений, методистов по физ. воспитанию / М. В. Мащенко, В. А. Шишкина. — Минск : Ураджай, 2000. — 156 с.
3. Рауцкис, Ю. Ю. Обучение основным движениям детей старшего дошкольного возраста / Ю. Ю. Рауцкис // Физ. подготовка детей 5—6 лет к занятиям в школе. — М. : Просвещение, 1980. — С. 6—19.

4. Степаненкова, Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка : учеб. пособие для студентов / Э. Я. Степаненкова. — М. : Академия, 2008. — 368 с.
5. Шебеко, В. Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : учеб. пособие / В. Н. Шебеко. — Минск : Высш. шк., 2010. — 384 с.
6. Шебеко, В. Н. Формирование личности дошкольника средствами физической культуры : моногр. / В. Н. Шебеко. — Минск : Белорус. гос. пед. ун-т им. М. Танка, 2000. — 178 с.
7. Шишкина, В. А. Здоровый ребёнок: физическое воспитание — основа здоровьесберегающего образовательного процесса в дошкольном учреждении / В. А. Шишкина // Пралеска. — 2006. — № 9. — С. 25—28.
8. Учебная программа дошкольного образования / М-во образования Респ. Беларусь, Нац. ин-т образования. — Минск : НИО, 2013. — 415 с.

Материал поступил в редакцию 04.01.2015 г.

УДК 373.2

Т. Ю. Зборовская

Санаторный ясли-сад № 13, Мозырь

СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ ВНЕДРЕНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ТЕХНОЛОГИИ В САНАТОРНОМ ДЕТСКОМ САДУ

Введение. Ведущим стратегическим направлением развития системы дошкольного образования сегодня день является личностно-ориентированное обучение и воспитание. Личностно-ориентированное обучение понимается как обучение, выявляющее особенности ребёнка, признающее самобытность и самоценность субъектного опыта, выстраивающее педагогические взаимодействия на основе этого опыта [1, с. 28].

Теория и практика личностно ориентированного обучения разрабатывалась А. В. Петровским, В. И. Слободчиковым, Г. А. Цукерман, И. С. Якиманской. Все педагоги-исследователи считают, что при личностно-ориентированном образовании на первый план выходит развитие личности. Таким образом, осуществление личностно-ориентированного подхода в образовании возможно при соблюдении следующих условий: наличие комфортных, здоровьесберегающих безопасных условий обучения; осуществление воспитания саморегулирующего поведения личности; формирование и развитие мышления; учёт уровня способностей и возможностей каждого ребёнка в процессе дошкольного обучения; адаптация образовательного процесса к особенностям групп воспитанников [2].

Целью здоровьесберегающих технологий является обеспечение ребёнку возможности сохранения здоровья, формирование у него необходимых знаний, умений, навыков по здоровому образу жизни.

Основная часть. Определяя основные концептуальные подходы к проектированию создания здоровьесберегающей, здоровьесформирующей среды образовательного учреждения, мы ориентируемся на определение понятия здоровья, представленное в Уставе Всемирной организации здравоохранения, — «состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней».

В учебной программе дошкольного образования определён базис физического воспитания детей дошкольного возраста, обязательный к исполнению. При этом каждый педагогический коллектив и отдельный специалист вправе вести собственный поиск новых интересных форм, методов физкультурно-оздоровительной работы. В учреждении создана система физического воспитания, основной задачей которой является оздоровление детей с использованием всего арсенала средств и методов традиционной физической культуры, физио- и фитотерапии (при обязательном учёте индивидуальных особенностей организма каждого ребёнка). Дошкольное учреждение посещают дети с различными заболеваниями: пищевая аллергия, заболевания верхних дыхательных путей. Есть малыши с дефектами речи, есть часто и длительно болеющие. Поэтому в штате есть врач-педиатр, медицинский персонал, педагог-психолог, учитель-дефектолог.

Работа педагогического коллектива направлена на реализацию следующих задач: создание здоровьесберегающей системы в дошкольном учреждении, сохранение и укрепление физического здоровья, воспитание потребности и навыков здорового образа жизни у детей, создание оптимальных условий развития ребёнка и снижение заболеваемости, установление партнёрских отношений между родителями и сотрудниками, скоординированных на совместную реализацию задач воспитания, обучения и развития ребёнка с учётом многоаспектной специфики каждой семьи.

В учреждении дошкольного образования создана развивающая предметно-игровая среда. Она изменяема, информативна, удовлетворяет потребности ребёнка в деятельности. Созданы условия для самостоятельной двигательной активности детей. Для обеспечения полноценного развития ребёнка особое значение придаётся совершенствованию физкультурно-оздоровительной работы. Медицинское наблюдение за детьми начинается с момента их поступления в учреждение дошкольного образования.