



УДК 796:373.2

COMPETENT APPROACH TO THE ORGANIZATION OF PHYSICAL AND HEALTH WORK IN PRE-SCHOOL EDUCATION INSTITUTIONS**КОМПЕТЕНТНІСНИЙ ПІДХІД ДО ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ РОБОТИ В ЗАКЛАДАХ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ****Malakhova O./Малахова О. Г.***teacher/ викладач***Cherevko L./Черевко Л.В.***teacher /викладач***Cherevko O./ Черевко О.Д.***teacher /викладач**Municipal Institution «Uman Taras Shevchenko Professional College Of Education and Humanities of Cherkasy Regional Council»**КЗ «Уманський гуманітарно-педагогічний фаховий коледж ім. Т.Г.Шевченка Черкаської обласної ради»*

Анотація. У статті розкрито сучасні підходи до організації фізкультурно-оздоровчої роботи в закладах дошкільної освіти. Визначено умови розвитку дитини з використанням в закладах дошкільної освіти здоров'язбережувальних та здоров'яформувальних технологій. Запропоновано форми підтримки здоров'я дітей, що сприяють формуванню у них ціннісного ставлення до власного здоров'я.

Ключові слова: фізкультурно-оздоровча робота, діти дошкільного віку.

Вступ.

Пріоритетний напрям освітньо - виховної роботи у закладі дошкільної освіти є організація фізкультурно-оздоровчої роботи, що органічно пов'язана з активною руховою діяльністю дітей та має на меті забезпечити оптимальний стан їхнього здоров'я, успішний фізичний розвиток, подолання гіподинамії, формування рухових умінь та навичок, розвиток фізичних якостей та формування інтересу до різних видів рухової діяльності.

У Базовому компоненті дошкільної освіти чітко визначені рухова, здоров'язбережувальна та особистісна компетентності, в освітньому напрямку «Особистість дитини», які розкривають емоційно-ціннісне ставлення, формують знання і навички в процесі участі у фізкультурно-оздоровчій роботі ЗДО. Вони тісно пов'язані між собою, передбачають результат розвитку та сформованості кожної з компетентностей, виявляють ставлення та розкривають мотивацію до активної рухової діяльності.

Основний текст.

Робота у закладах дошкільної освіти спрямовується на виявлення резервів повноцінного фізичного розвитку дітей та формування основ здорового способу життя. Для цього система фізичного виховання дітей володіє багатим арсеналом різноманітних фізкультурно-оздоровчих засобів. Чим різноманітніші засоби виховного впливу на дітей використовуємо в своїй роботі, тим динамічнішим є перебіг процесу фізичного розвитку дошкільнят.

Людина може розвиватися і жити нормально лише в тому випадку, коли її дії резонують із закономірностями, встановленими оточуючою нас природою. Процедури загартовування є включенням людини в цілющі впливи Природи.



Основні показники фізичного здоров'я дитини – загартованість організму (ступінь розвитку адаптивних можливостей організму проти негативних змін навколишнього середовища); повноцінний фізичний розвиток; рівень рухової підготовленості; розвиток фізичних якостей та тренуваність організму [3].

Для загартовування використовують повітря, сонце, силу землі, воду. Основні процедури: повітряні і сонячні ванни, обтирання, обливання, душ, купання, ходіння босоніж. При проведенні холодової загартовуючої процедури подразнюють терморцептори шкіри, від яких нервовими волокнами миттєво посиляються сигнали в центральну нервову систему.

Запорука позитивних зрушень – систематичність, послідовність, позитивне ставлення дитини до загартовувальних процедур, відсутність примусу.

Позитивний результат загартовування можливий при дотриманні умов:

- регулярність загартовування протягом року з урахуванням клімату і погоди;
- застосування декількох індивідуально підібраних процедур;
- тривалість процедур і сила їх впливу варіюються в залежності від стану здоров'я і індивідуальних особливостей;
- за наявності ознак захворювання загартовування слід відкласти до повного одужання[1].

Актуалізації знань дітей, їхніх умінь та навичок, особистісних досягнень у сфері рухового досвіду сприятиме й залучення їх до планування варіантів виконання рухових завдань на прогулянці, під час пішого переходу. Більшої самостійності варто надавати малюкам і в рухливих іграх, заохочувати їх самостійно організовувати знайомі ігри, розподіляти ролі, продумувати й ускладнювати правила. Саме такий підхід допоможе деяким дітям, які звикли перебувати під пильною опікою дорослих, доцільно й цікаво організовувати власне дозвілля.

Здоровий спосіб життя має бути не лише засобом досягнення міцного здоров'я, а нормою щоденного життя.

Умовами цілісного розвитку дитини є використання в дошкільних навчальних закладах здоров'язбережувальних та здоров'я формувальних технологій, які реалізуються комплексно через створення:

- безпечного розвивального середовища;
- екологічно сприятливого життєвого простору;
- повноцінного медичного обслуговування, харчування;
- оптимізації рухового режиму;
- системного підходу до формування у дітей ціннісного ставлення до власного здоров'я;
- мотивації щодо здорового способу життя;
- гармонійних, доброзичливих взаємин між педагогом та вихованцями, самими дітьми.

Фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня є обов'язковими для дітей дошкільного віку. Вони мають мету – сприяти зміцненню здоров'я, підвищенню розумової працездатності дітей, активізації рухового режиму у дошкільному закладі.



Щоденно перед сніданком у режимі дня дошкільнят проводиться ранкова гімнастика. Вона є обов'язковою складовою організації життєдіяльності дітей у дошкільньому навчальному закладі. Ранкова гімнастика сприяє поглибленню дихання, посиленню кровообігу, обміну речовин, розвитку різних груп м'язів, правильній поставі, розгальмовуванню нервової системи після сну, викликає позитивні емоції.

Головна вимога до гімнастики у літній період – проведення її на свіжому повітрі, а взимку – у добре провітреному приміщенні.

Ранкову гімнастику в усіх вікових групах починають з шикування дітей в колону по одному. Якщо ранкова гімнастика проводиться з предметами, треба заздалегідь продумати спосіб їх роздавання. Під час ходьби, перед шикуванням, діти беруть предмет і проходять з ним одне коло, а потім перешиковуються. Важливе значення при цьому має спосіб тримання предмета в руці під час ходьби. Гімнастичну палицю, обруч, м'яч, складену вдвоє скакалку тримають у правій руці; прапорці, кубики, брязкальця – в обох руках, опущених донизу.

Для організованого проведення гімнастики вихователь шикує молодших дошкільнят у коло. Щоб зручніше було виконувати вправи, групу треба розімкнути. За командою вихователя діти роблять два-три кроки назад – коло стає широким і ніхто нікому не заважає. Середню і старшу групи перешиковують з утворенням ланок. Щоб не витратити зайвого часу на розімкнення у колонах і по рядах, використовують певні орієнтири. Діти, які утворюють ланки, йдуть у напрямку кеглів (кубиків або прапорців на підставці), поставлених на певній відстані один від одного в кінці зали [2].

У базовому компоненті дошкільньої освіти робиться акцент саме на компетентнісному підході до проблеми здоров'язбереження, оскільки він є одним із стратегічних напрямів розвитку системи освіти України, її новим концептуальним орієнтиром.

Здоров'язбережувальні технології, що створюють безпечні умови для перебування, навчання та праці в школі та ті, що вирішують завдання раціональної організації виховного процесу, відповідність навчального та фізичного навантажень можливостям дитини.

Сутність здоров'язбережувальних та здоров'яформуючих технологій постає в комплексній оцінці умов виховання і навчання, які дозволяють забезпечувати добрий стан здоров'я дітей, дбати про високий рівень їхньої самореалізації, навичок здорового способу життя, здійснювати моніторинг показників індивідуального розвитку, прогнозувати можливі зміни здоров'я і проводити відповідні психолого-педагогічні, корегувальні, реабілітаційні заходи з метою забезпечення успішності навчальної діяльності та її мінімальної фізіологічної «вартості», поліпшення якості життя суб'єктів освітнього середовища [3].

До здоров'язберігаючих технологій відносяться не лише традиційні методи, а й інноваційні технології. Оскільки на фізкультурних заняттях вирішується цілий комплекс оздоровчих, освітніх, виховних завдань, то застосування інноваційних технологій має відбуватися відповідно до структури заняття.



Змістовним наповненням організаційними формами роботи в дошкільному закладі є: позитивний приклад здоров'язбережувальної діяльності дорослих, рухливі ігри та вправи, сюжетно-рольові ігри, стежинки здоров'я, фізкультурні свята і розваги, різні види масажу, імпровізація рухів (молодша група); ігри-подорожі, ігри-інсценівки, рухливі вправи-імпровізації, змагання, вправи із психогімнастики, практичні завдання і вправи, доручення, фітбол - гімнастика, кольоротерапія, сміхотерапія, створення «Екрану настрою», оформлення плакатів, прийом перевтілення, моделювання ситуацій, Дні дорослих, «Тиждень радості», банкомат приємних слів, зустрічі зі спортсменами та довгожителами, степ-аеробіка, конкурси для родин, піклування про мешканців куточка природи (додано в середній групі); вправи для релаксації, складання реклами, включення нових елементів у відомі ігри, завдання парадоксального характеру, створення портфоліо «Я здоровий», етюди-пантоміми на запропоновану тему, стретчинг, мудри, бестінг «Коло побажань», «Коридор успіху».

Висновки. Впровадження в освітній процес закладів дошкільної освіти технології формування здоров'язбережувальної компетентності дошкільників забезпечує вихованців знаннями щодо різноманітних форм підтримки здоров'я, сприяє формуванню у них ціннісного ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих, надає можливість реалізації отриманих знань у практичній діяльності, набуття здоров'язбережувальних життєвих навичок

Література:

1. Сучасні здоров'язбережувальні технології : монографія / за загальною редакцією проф. Ю. Д. Бойчука. Харків: Оригінал, 2018. 724 с.

2. Валеологічна освіта дітей дошкільного віку (теоретико-методичні засади): навчально-методичний посібник/ Олена Олександрівна Максимова.. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2018. 213 с.

<https://naurok.com.ua/praktichniy-posibnik-formuvannya-ekologichno-kulturi-molodi-66035.html>

3. Волошин О.Р. Роль здоров'язбережувальних технологій в освітньому процесі /О.Р.Волошин//Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання та спорту. 2012. №6. С. 47-50.

Literature:

1. Modern health-saving technologies: a monograph / edited by Prof. Yu. D. Boychuk Kharkiv: Original, 2018. 724 p.

2. Valeological education of preschool children (theoretical and methodological principles): educational and methodological manual/ Olena Oleksandrivna Maksimova.. Zhytomyr: Ed. AND. Franka, 2018. 213 p.

3. Voloshyn O.R. The role of health-preserving technologies in the educational process / O.R. Voloshyn// Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education

Annotation. The article reveals modern approaches to the organization of physical culture and health work in preschool education institutions. The conditions of child development with the use of health-preserving and health-forming technologies in preschool education institutions have been determined. Offered. forms of supporting children's health, which contribute to the formation of a valuable attitude towards their own health.

Keywords: physical culture and health work, children of preschool age.