

**ПУТИ ОПТИМИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В
ДОШКОЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ РАЗНОГО
ТИПА В УКРАИНЕ**

Н. В. Москаленко, А. В. Полякова

Днепропетровский государственный институт физической культуры и спорта, Украина

Постановка проблемы. Анализ последних исследований и публикаций. Проблема укрепления здоровья детей является одной из главных задач нашего общества. Решения данной проблемы необходимо начинать с дошкольного возраста, который относится к числу наименее социально-защищенных категорий населения. Загрязнение окружающей среды, нерациональное питание, низкий

уровень валеологической культуры, снижение двигательной активности приводит к ухудшению состояния здоровья [1].

Известно, что дошкольный возраст - это период, когда происходят наиболее интенсивные процессы роста и развития организма, формирование личности ребенка. Именно в этом возрасте закладываются основы будущего состояния здоровья, физической подготовленности, умственной деятельности человека [4].

В последние десятилетия мировая наука отнесла проблему здоровья в широком смысле в круг глобальных проблем, решение которых обуславливает не только количественные, но и качественные характеристики будущего развития человечества.

Исследование Н.А. Тупчий [7] свидетельствует о том, что большинство обследованных детей 3-4 лет имеют низкие показатели физического состояния. Высокий уровень функциональных и двигательных возможностей у девочек был только в 5,89% случаев, выше среднего - 5,89%, средний - 58,82%, ниже среднего - 11,76%, низкий - 17,64%. Следует отметить, что среди мальчиков наблюдается отсутствие детей, отнесенных к группе с высоким и выше среднего уровнями.

Как показывает статистика, за последние десятилетия проявляется тенденция снижения уровня здоровья и увеличение заболеваемости детей дошкольного возраста [7]. Согласно исследованиям специалистов, 60% болезней взрослых закладываются в детстве. Каждый четвертый ребенок дошкольного возраста болеет в течение года более 4 раз. Отмечается высокий уровень заболеваемости детей дошкольного возраста: 62,5% составляют болезни органов дыхания, 50% - имеют неврологические заболевания, 18,75% - болезни желудочно-кишечного тракта, около 80% имеют отклонения в состоянии опорно-двигательного аппарата. У 40% детей дошкольного возраста развитие двигательных способностей характеризуется уровнем ниже среднего [5].

Как свидетельствуют результаты исследований, среди дошкольников количество практически здоровых детей составляет лишь 9-10% [3, 5]. Ухудшение уровня физического здоровья детей обусловлено социально-экономическими, экологическими и комплексом педагогических факторов, а именно интенсификацией учебной деятельности, ранним началом дошкольной системы обучения, несоответствием программ и технологий обучения функциональным и возрастным особенностям детей [5].

Интенсификация современной жизни, развитие и внедрение новых технологий в различных сферах общества обусловили процесс реформирования системы и содержания деятельности образовательных учреждений, в том числе дошкольных детских учреждений. Эти реформы связаны с ранним обучением и усложнением учебных программ, сопровождающиеся повышенными умственными и физическими нагрузками, которые негативно влияют на состояние здоровья детей и вызывает нарушение осанки, снижение сопротивляемости организма к негативным факторам окружающей среды, нервные заболевания [2, 7].

Поэтому, научное обоснование организационной структуры системы физического воспитания детей раннего дошкольного возраста, способствует решению вопросов оздоровления детей, является актуальной научной проблемой.

Цель нашей работы - научно обосновать пути совершенствования организационной структуры системы физического воспитания в дошкольных учреждениях.

На данном этапе исследования решалась следующая **задача** - исследовать состояние проблемы организации системы физического воспитания детей раннего дошкольного возраста по сохранению и укреплению здоровья.

Объект исследования - система физического воспитания детей раннего дошкольного возраста.

Предмет исследования – организационная структура системы физического воспитания детей дошкольного возраста.

Методы исследования: анализ и обобщение научно-методической литературы, изучение опыта работы по физическому воспитанию в дошкольных учреждениях, анализ документации.

Результаты исследования и их обсуждение. Анализ системы физического воспитания в дошкольных заведениях Украины свидетельствует о необходимости создания структуры физического воспитания, которая будет способствовать решению следующих задач:

- снижению показателей заболеваемости;
- повышению уровня здоровья;
- повышению уровня физической подготовленности;
- стабильности физической и умственной работоспособности;

- наличия определенных знаний из основ формирования собственного здоровья и умение реализовать их в практической деятельности;
- успешному развитию (в пределах возрастной нормы) основных психических процессов, творческих способностей, личностных черт;
- сформированности потребности в движениях;
- устойчивой мотивации к занятиям физической культурой и спортом.

Реализация данных задач требует создания условий для:

- формирование культуры здоровья у детей, родителей, педагогов;
- повышение квалификации медработников по вопросам здорового образа жизни;
- осуществление комплексного психолого-педагогического, физического и медицинского контроля и сопровождения дошкольников;
- овладение знаниями и умениями по сохранению и укреплению здоровья;
- развитие личностных качеств и творческих способностей детей.

Одной из основных проблем обновления дошкольного образования является обеспечение целостного педагогического воздействия, ориентированного не на отдельные качества личности, а на структуру личности в целом, поскольку эффективность педагогических технологий в значительной степени определяется интеграцией психологических и педагогических факторов, влияющих на процесс обучения, с внутренней структурой личности ребенка, с его индивидуальными возможностями и общей направленностью [5]. Совершенствование системы физического воспитания в дошкольных учреждениях предусматривает улучшение всех составляющих здоровья ребенка (рис.1.).

Особое внимание необходимо уделить повышению уровня психического здоровья, которое связано с психической сферой человека, обеспечивающей адекватное поведение личности, формирование сознания и развитие мышления.

Как отмечает врач-психотерапевт Г. Черкашин [8], психопрофилактика может проводиться по трем направлениям:

1. Работа со дошкольниками, имеющих факторы риска, физически ослабленными детьми, в которых легко возникают неврозы, детей с отдельными болезненными симптомами.
2. Работа с детьми, у которых наблюдаются клинические проявления заболевания.
3. Работа со здоровыми детьми с целью улучшения их адаптационных возможностей.

Психопрофилактика, как комплекс мероприятий имеет несколько этапов:

1. Медико-психологическое обследование детей.
2. Проявление группы риска, учеников с начальными нарушениями в функционировании организма и детей с болезненным состоянием.
3. Проведение заключительной диагностики с каждым ребенком, имеет отклонения из-за неудовлетворительного состояния здоровья.
4. Консультация родителей, имеющих детей, у которых выявлена патология.
5. Составление и реализация медико-психологических оздоровительных программ.

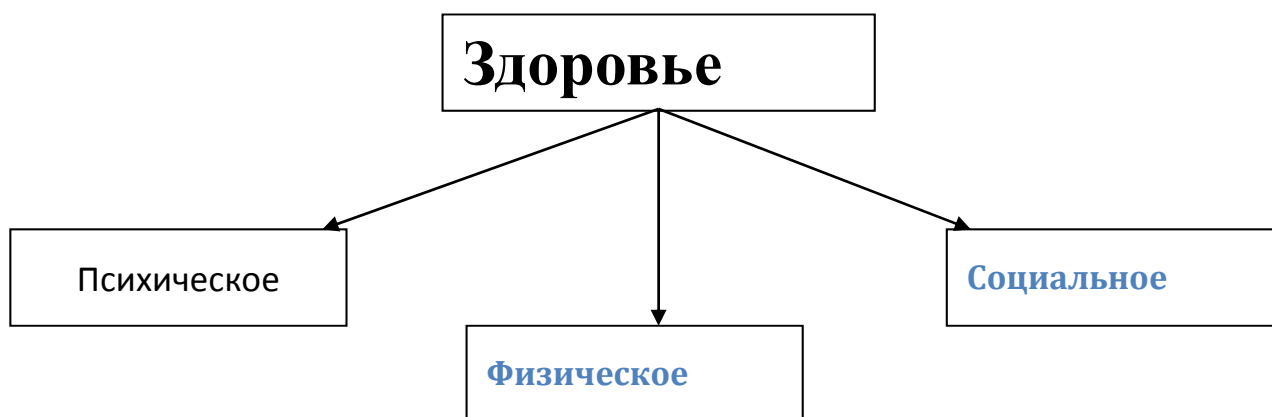


Рис. 1. Составляющие здоровья детей

Индивидуальная медико-психологическая программа для детей должна включать: психологические, психотерапевтические, медикаментозные мероприятия, фитотерапию, лечебную физкультуру, закаливание и другие мероприятия.

Физическое здоровье связано с биологической структурой человека и функциями, обеспечивающими определенную физическую работоспособность, согласно с возрастными особенностями детей. Обязательным условием нормального физического развития ребенка, укрепление его здоровья, поддержания оптимального уровня физической и умственной работоспособности является правильно организованный режим дня. Для детей каждой возрастной группы он предполагает рациональное чередование различных видов деятельности и отдыха (занятия, прогулки, еда, сон и т.д.).

Система физкультурно-оздоровительных занятий должна обеспечивать оптимальный двигательный режим, который составляет 22-26 часов в неделю для детей дошкольного возраста и включать физкультурные занятия, утреннюю гимнастику, гигиеническую гимнастику после дневного сна, физкультминутки, физкультурные паузы, подвижные игры на прогулке, дни здоровья, физкультурные развлечения, физкультурное образование, самостоятельную двигательную деятельность, закаливание.

Система построена таким образом, чтобы все дети имели возможность заниматься физическими упражнениями. Особое внимание уделяется детям, имеющим отклонения в состоянии здоровья. Следует отметить, что реализация различных форм физкультурно-оздоровительных занятий предусматривает внедрение новых подходов к их проведению.

Социальное здоровье определяется условиями социальной среды, поэтому необходимо предусмотреть мероприятия, участие всех участников педагогического процесса в реализации программы физкультурно-оздоровительной работы, акцентируя внимание на проблеме улучшения здоровья и формирования здорового образа жизни. Особое внимание надо обратить на повышение уровня знаний педагогов и родителей, которые влияют на формирование мотивации детей к физической деятельности.

Социальное здоровье также зависит от физической среды дошкольного учреждения. Для этого необходимо обеспечить:

- высокое качество для физической работы;
- рациональное и "здоровое" питание;
- адекватные помещения для отдыха, развлечений, обучения, физического воспитания.

Ведущую роль в формировании социального здоровья имеет семья, поскольку социальный статус семьи обеспечивает формирование мотивации к здоровому образу жизни и возможность занятий физической культурой и спортом. Достичь высокого уровня можно, если педагоги и родители будут способствовать формированию позитивного настроения, иметь позитивный настрой, поощрять на достижение, проявлять внимание и ценить детей, способствовать формированию всех составляющих здоровья в системе физкультурно-оздоровительной работы.

Широкого внедрения приобретают в последние годы инновационные подходы к организации системы физической воспитания в дошкольных учреждениях. Дошкольные учреждения, которые ориентированы на изменения благодаря появлению нововведений получают возможности и стимулы для своего развития, что приводит к обновлению системы образования.

Выводы. Решение проблемы сохранения здоровья, обеспечения гармоничного развития личности в дошкольных учреждениях является весьма актуальной проблемой, имеющей большой практический интерес. В связи с этим перед физической культурой, как основой обеспечения укрепления здоровья детей выдвигаются новые задачи, которые требуют разработки современных педагогических технологий организации системы физического воспитания, программы физкультурно-оздоровительной работы, которая обеспечивает улучшение всех составляющих здоровья - психического, социального, физического.

Литература:

1. Заець Л.В. Комплексна оцінка стану соматичного здоров'я дітей старшого дошкільного віку / Л.В. Заець// Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. – Л:НВФ «Українські технології», 2002 – Вип.6. – т.1. – С. 252-255
2. Круцевич Т.Ю. Перспективи совершенствования физического воспитания в системе образования школьников и учащейся молодежи. / Т.Ю.Круцевич. – К. ВУЗ: Здоровье.
3. 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.

4. 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.

5. Пангелова Н. Нетрадиційні методи оздоровлення у системі фізичного виховання дошкільників /Н.Пангелова, І. Сагунова // Спортивний вісник Придніпров'я, -Д. -2011.-№1 – С.22-24.

6. 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.

7. Тупчій Н.О.Режими 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.

8. Черкашин Г. Вирішення проблеми збереження та зміцнення здоров'я школярів / Г. Черкашин // Директор школи ліцею гімназії. – 2006. – №4. – С. 44-46.