(cc) BY

Бахтинова Людмила Михайловна
старший воспитатель
Степанова Людмила Александровна
инструктор по физической культуре
МБДОУ «Кугесьский Д/С «Крепыш»
п. Кугеси, Чувашская Республика

НЕДЕЛЯ ЗДОРОВЬЯ В ДОО

Аннотация*: в статье обозначена актуальность обращения к вопросу оздоровления детей дошкольного возраста, выделены цели и задачи организации и проведения Недели здоровья с вовлечением всех участников образовательного процесса. Авторами представлено краткое описание одной из Недель здоровья по теме «За здоровьем в детский сад».*

Ключевые слова*: физическая культура, здоровый образ жизни, дошкольный возраст, Неделя здоровья.*

Во все времена отмечается важность обращения к вопросу оздоровления подрастающего поколения, т.к. от этого зависит развитие всего общества и страны в целом. Трудно переоценить оздоровительно-образовательный потенциал физической культуры, поскольку это понятие предусматривает: а) процесс формирования культуры движения, осознанной установки человека на здоровый образ жизни; б) понимание ценности здоровья; в) выработку активной жизненной позиции по отношению к собственному здоровью. В связи с этим, во многих исследованиях указывается на необходимость формирования начал здорового образа жизни начиная с дошкольного возраста. Это связано с тем, что именно в это время закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые культурно-гигиенические навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, происходит выработка черт характера, без которых невозможно вести здоровый образ жизни (ЗОЖ).

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Основываясь на этих постулатах, все образовательные организации постоянно организуют различные физкультурно-оздоровительные мероприятия, среди которых особо можно выделить так называемые «недели здоровья». Само название этого мероприятия предполагает комплексный характер его проведения в целях формирования у всех участников образовательного процесса (педагоги, родители, дети) потребности в здоровом образе жизни, а также развития интереса к физической культуре и спорту на протяжении одной недели. Согласно рекомендациям специалистов, Недели здоровья в дошкольных организациях проводятся один раз в сезон (осенью, зимой, весной и летом) как подведение итога всей физкультурной деятельности за определенный период, включающий в себя помимо общеизвестных, новые виды и формы здоровьесберегающих технологий, чтобы интерес к этому мероприятию не угас. При этом каждый раз решаются практически одни и те же задачи. Так, работа с педагогами предусматривает: а) анализ педагогической деятельности по формированию ЗОЖ и укреплению здоровья участников образовательного процесса, чтобы определить пути и способы совершенствования работы в этом направлении; б) обеспечение информацией для формирования собственных стратегий и технологий в целях сохранения и укрепления здоровья всех участников образовательного процесса; в) мотивацию к решению задач здоровьесберегающей педагогики. Сотрудничество с родителями предполагает: а) ознакомление с основными факторами, которые способствуют формированию ЗОЖ у дошкольников путем просветительской работы; б) пропаганду активного семейного отдыха, спортивных семейных традиций, здоровых привычек; в) привлечение к участию в спортивно-оздоровительных мероприятиях. И самое главное, с воспитанниками решаются следующие задачи: а) содействие формированию сознательного отношения к своему здоровью как естественной основе умственного, нравственного и физического развития; б) стимулирование желания к самостоятельным занятиям физическими упражнениями; в) проведение оздоровительных мероприятий с целью сохранения и укрепления здоровья, повышения сопротивляемости организма к различным заболеваниям, работоспособности и продуктивности обучения;

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

г) создание положительного настроя и благоприятной обстановки для обучения и воспитания [1].

Согласно рекомендациям специалистов, каждая Неделя здоровья должна иметь свою тематику. Так, на базе нашей ДОО осенью была организована Неделя здоровья по теме «За здоровьем в детский сад». При этом каждый день недели предусматривал свою подтему и целевую направленность. К примеру, цель подтемы понедельника «Секреты здоровья» предполагала формирование у дошкольников представлений о здоровом образе жизни путем выработки эмоционально-положительного отношения к подвижным играм, спортивным упражнениям и соревнованиям, к занятиям физической культурой. А цель подтемы среды «Витаминка в гостях у ребят» предусматривала расширение знаний воспитанников о наличии витаминов во фруктах и овощах, создание условий для формирования представлений о полезных и вредных продуктах на нашем столе, выработку мотивации к организации правильного питания.

Следует учесть, что Неделя здоровья – это не экстренный комплекс мер по поддержанию и укреплению здоровья дошкольников. Педагогический коллектив ДОО ежедневно работает в целях улучшения физического и психического здоровья детей, воспитывает в них желание активно жить, правильно питаться, отдыхать с пользой. В целом, Неделя здоровья – это праздник спорта, здорового образа жизни длиною в неделю. Поэтому подготовка и организация этой важной недели должна быть направлена на то, чтобы дошкольники впитали максимум полезной информации о здоровье и здоровом образе жизни и зарядились позитивным настроением на долгое время.

Список литературы

1. Косарева Т.А. Организация и проведение Недели здоровья в образовательном учреждении [Электронный ресурс] / Т.А. Косарева, Е.А. Полигошко [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://urok.1sept.ru/articles/649262

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)