

И. В. СТАРОДУБЦЕВА —

*Тюменский государственный университет,
г. Тюмень, Россия,*

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВЬЯ ДОШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Современное образование характеризуется наличием множества проблем, к числу которых относятся и вопросы сохранения здоровья подрастающего поколения. На их решение направлены усилия многих педагогов и, прежде всего, специалистов по физическому воспитанию.

Анализ современных здоровьесберегающих технологий в области физического воспитания дошкольников, прошедших научно-экспериментальное обоснование и представленных в отечественных изданиях, показывает большое разнообразие авторских подходов к решению проблемы здоровьесбережения в условиях дошкольного учреждения. В частности, А. П. Антропова (2001) считает физическое воспитание одним из важнейших средств формирования культуры здоровьесбережения и оздоровления подрастающего поколения. Однако, по мнению автора, эффективность здоровьесберегающей функции физического воспитания зависит от учета индивидуальных особенностей ребенка при реализации физкультурно-оздоровительных мероприятий.

В технологию подбора оздоровительных мер физического воспитания дошкольников, исследователь включает такие элементы как диагностика здоровья, разделение воспитанников на подгруппы, в зависимости от особенностей здоровья, подбор средств оздоровления и методик их реализации для каждой подгруппы (физических упражнений, закаливающих процедур, коррекционной работы, музыкотерапии, сказкотерапии, арттерапии, цветотерапии и др.). Этому же мнению придерживается М. Д. Маханева (1998), предлагая строить физкультурные занятия с учетом функционального состояния здоровья каждого ребенка и уровня его подготовленности, дифференцируя при этом сложность движений и нагрузку, определяя четкую последовательность обучения, подбора и сочетания учебного материала. Обобщая результаты исследования физических качеств дошкольников 4-6 лет в зависимости от соматотипа, А. А. Бланин (2000) также указывает на необходимость осуществления индивидуального подхода, который, по его мнению, должен учитывать конституциональный тип ребенка. Так по данным автора к заболеваниям верхних дыхательных путей наиболее склонны дети торакального и дигестивного типов, а нарушения ОДА чаще встречаются у детей с астеноидным и дигестивным типом телосложения.

Поддерживая общую идею индивидуализации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками М. А. Рунова (2000) и Г. Н. Голубева (2006) определяют в качестве основного критерия индивидуализации параметры двигательной активности дошкольников, отмечая, что самое низкое количество случаев заболеваемости фиксируется у детей с высоким уровнем двигательной активности.

Говоря о формировании основ здорового образа жизни у детей 4-5 лет, О. С. Шнейдер (1999), полагает, что данную работу це-

лесообразно организовывать в виде системы урочных и неурочных форм валеологической направленности. Важную роль в обеспечении эффективности организации данной работы автор отводит родителям и воспитателям, с которыми необходимо осуществлять систематическую работу в таких формах как лекции, консультации, валеологическая помощь на дому и др.

Определенный интерес вызывает диссертационное исследование О. И. Плешаковой (1998), в котором указывается на существование в каждом годовом цикле трех сезонных «зон риска» (периодов, когда здоровье детей подвергается ярко выраженным сезонно-климатическим воздействиям). Для полноценного решения задач укрепления здоровья детей исследователь предлагает авторскую систему планирования физической нагрузки, способствующую благоприятной адаптации к сезонно-климатическим изменениям. Тенденцией последних лет стал постепенный переход от разрозненных локальных методик и частных практик физкультурно-оздоровительной работы к комплексным полномасштабным исследованиям.

Сегодня специалисты рассматривают здоровье как целостное, многомерное, динамическое состояние, развивающееся в процессе реализации генетического потенциала в условиях конкретной социальной и экологической среды и позволяющее человеку в различной степени осуществлять его биологические и социальные функции (Дик Н. Ф., 2005; Д. Т. Чичуа, 2005). При этом отмечается, что на реализацию функций здоровья влияют многие факторы, как внешние, так и внутренние, в том числе социально-культурные, индивидуально-личностные, наследственно-обусловленные, средовые и др. Это многообразие делает проблему оздоровления междисциплинарной, требующей консолидации усилий всего общества (Т. П. Завьялова, 2006, 2007; Н. В. Седых, 2006; Н. А. Фомина, 2005).

Наиболее перспективным путем в этом направлении, по мнению Н. В. Седых (2006), является системная интеграция психолого-педагогических и естественных наук с целью создания единого информационного пространства для обучения основам здорового образа жизни, формирования мотивации к нему и коррекции нарушенных функций детей дошкольного возраста. При этом физическая культура должна взять на себя роль интегратора, являющегося исключительным фактором воздействия на сохранение и приумножение здоровья человека. В основу педагогической системы, как отмечает автор, должен

быть положен синергетический подход к организации обучения, рациональное применение технологий построения функционального профиля и адаптивного биоуправления с учетом экономических условий жизни и биосоциальных особенностей современных дошкольников.

Таким образом, анализ современных здоровьесберегающих технологий в области физического воспитания свидетельствует о неоднородности взглядов их авторов на проблемы укрепления здоровья и формирования основ здорового образа жизни у дошкольников. Исследователями делаются попытки решить вопросы проведения оздоровительной работы с учетом различных аспектов индивидуального развития и состояния детей путем варьирования нагрузки, повышения двигательной активности, оптимизации санитарно-гигиенических условий, использования комплекса физиотерапевтических, закаливающих и психорегулирующих мероприятий. При этом намечается постепенный поворот от узкоспециализированных методик физкультурно-оздоровительной работы к целостным концепциям и педагогическим системам формирования здорового образа жизни дошкольников.

Сохранение повышенного интереса ученых и общественности к этой проблеме (в том числе на территории Сибири и в условиях Крайнего Севера), накопление большого объема исследовательских данных, обобщение практического опыта, использование достижений множества отраслей научного знания (педагогике, психологии, физиологии, валеологии, медицины) позволяет надеяться на появление положительных тенденций в деле сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения уже в ближайшее время.

Список литературы

1. Завьялова Т. П. Проблемы оздоровления дошкольников в условиях детского сада северных городов / Т. П. Завьялова // Национальный проект «Здоровье»: медико-социальные и психолого-педагогические аспекты сохранения здоровья детей, подростков и юношества: Сб. научных статей. Орел: ОГУ, 2007. С. 25-27.
2. Седых Н. В. Педагогическая система формирования основ здорового образа жизни детей в дошкольных образовательных учреждениях: Автореф. дис. ... д. п. н. / Н. В. Седых. Волгоград, 2006. 45 с.
3. Чичуа Д. Т. Формирование физического здоровья населения / Д. Т. Чичуа // Вестник спортивной науки. 2005. № 1 (6). С. 35-39.