**ПРОБЛЕМА РЕАЛИЗАЦИИ ТЕХНОЛОГИИ СОХРАНЕНИЯ И СТИМУЛИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ 2 – 3 ЛЕТ В ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ И СЕМЬЕ**

Объектом исследования являются дети 2 – 3 лет. В статье рассматриваются общие вопросы, связанные постановкой проблемы реализации технологии сохранения и стимулирования здоровья детей данного возраста.

***Ключевые слова***: дошкольный возраст, педагогическая технология, технология сохранения и стимулирования здоровья детей 2 – 3 лет, дошкольная образовательная организация и семья.

В разнообразных научных исследованиях, посвященных сохранению и укреплению здоровья детей, постоянно обращается внимание на устойчивую в последние десятилетия тенденцию к ухудшению физического и психического здоровья детей дошкольного возраста, на значительное увеличение числа показателей в нарушении детского иммунитета, на болезни костно-мышечной системы, органов дыхания, нервной системы, которые занимают ведущее место.

Именно поэтому в настоящее время, по мнению многих специалистов дошкольного образования, разработка и реализация новых педагогических технологий и подходов к совершенствованию физического воспитания и образования детей дошкольного возраста является приоритетным направлением в этой сфере (Г.Н. Голубева, 2008, 2012; И.И. Гайдадина, 2010; Г.В. Ильина, 2015; Г.М. Хусаенова, 2010 и мн. др.).

Рассмотрение проблемы реализации технологии сохранения и стимулирования здоровья применительно к детям 2 – 3 лет 2 объясняется особенностью этого возраста, определяемого как наиболее плодотворный и интенсивный период накопления ребенком социального опыта, становления физических функций, психических свойств и процессов [Б.Т. Лихачев].

Существует множество подходов к определению педагогической (воспитательной и обучающей) технологии, сопоставление некоторых из них позволяет сформулировать рабочее определение педагогической технологии (см. табл. 1).

**Таблица 1**

**Подходы к определению понятия педагогической**

**(воспитательной и обучающей) технологии**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Автор** | **Авторские понятия педагогической технологии** | **Краткое определение****технологии** |
| Г.В. Ильина | «Технология – специальный набор форм, методов, способов, приёмов обучения и воспитательных средств, системно используемых в образовательном процессе на основе декларируемых психолого-педагогических установок, приводящий всегда к достижению прогнозируемого образовательного результата с допустимой нормой отклонения» (2015, с. 3)  | Технология – это **набор форм, методов, способов, приёмов обучения и воспитательных средств**, системно используемых в образовательном процессе |
| Казакова Е.Н.  | «Воспитательные и обучающие технологии – это модель педагогической деятельности, в которой учитываются возрастно-половые особенности детей, состояние их здоровья и индивидуальные психофизиологические особенности. Они включают рациональную организацию режима дня и максимально допустимого объёма образовательной нагрузки, в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами (СанПин) к созданию условий для жизнедеятельности детей, двигательные и эмоционально-психологические разгрузки в режиме дня и в образовательной деятельности, гуманный стиль общения детей и взрослых, эмоционально положительный микроклимат, взаимодействие с семьями воспитанников» (2014). | Технология – это **модель педагогической деятельности**, учитывающей – возрастные и половые особенности детей, – состояние их здоровья, – психофизиологические особенности; – условия их жизнедеятельности; – гуманный стиль общения детей и взрослых; – взаимодействие с семьями детей. |
| Лихачев Б.Т.Педагогика: Курс лекций / Учеб. пособие для студентов педагог, учеб.заведений и слушателей ИПК и ФПК. – 4-е изд., перераб. и доп. – М. : Юрайт-М., 2010. – б47с. | «Педагогическая технология – совокупность психолого-педагогических установок, определяющих специальный набор и компоновку форм, методов, способов, приемов обучения, воспитательных средств; она есть организационно-методический инструментарий педагогического процесса» (С. 135) | Технология – это: – **совокупность психолого-педагогических установок**, определяющих специальный набор и компоновку форм, методов, способов, приемов обучения, воспитательных средств; – **организационно-методический инструментарий** педагогического процесса. |

Понятие педагогической технологии можно рассматривать как модель педагогической деятельности, организованной на основе психолого-педагогических установок, определяющих как инструментарий педагогического процесса специальный набор методов, способов, приёмов обучения и воспитательных средств, направленных на достижение положительного результата за счёт динамичных изменений в личностном и физическом развитии детей в современных социокультурных условиях дошкольной организации с привлечением семьи.

Педагогические технологии имеют свою специфику и при этом характеризуются как целостная система воспитательных, оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, осуществляющихся в процессе взаимодействия детей и всех субъектов этой деятельности. Целью технологии сохранения и стимулирования здоровья детей 2 – 3 лет является обеспечение каждому из них необходимых условий для сохранения и стимулирования здоровья.

Рассмотрим перечень и краткую характеристику достаточно известных в настоящее время технологийсохранения и стимулирования здоровья.

**Таблица 2**

**Технологии сохранения и стимулирования здоровья**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Название технологии** | **Краткая характеристика** | **Особенности технологии** |
| 1. **Ритмопластика**. | Во время занятий ритмопластикой у детей развивается музыкальный слух, чувство ритма, гибкость и пластичность, формируется правильная осанка.  | Обращается внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и её соразмерность возрастным показаниям ребенка. |
| **2. Подвижные и спортивные игры** | Используется для детей с малой и со средней степенью подвижности. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребёнка, местом и временем её проведения.  | Подвижные и спортивные игры проводятся ежедневно:– как часть физкультурного занятия,– на прогулке, – в групповой комнате |
| **3. Динамические паузы****(физкультминутки)** | Во время их проведения включаются элементы гимнастики для глаз, дыхательной, пальчиковой и других в зависимости от вида занятия. | Динамические паузы проводятся во время занятий, 2 – 5 минут и по мере утомляемости детей. |
| **4. Релаксация.** | Релаксация необходима для сохранения психического здоровья детей  | Используется спокойная классическая музыка (Чайковский, Рахманинов и др.), звуки природы и упражнения для расслабления определенных частей тела и всего организма (с элементами игры).  |
| **5. Пальчиковая гимнастика** | Пальчиковая гимнастика тренирует мелкую моторику, стимулирует речь, пространственное мышление, внимание, кровообращение, воображение, быстроту реакции. Полезна всем детям, особенно с речевыми проблемами.  | Проводится ежедневно и в любое удобное время, индивидуально или с подгруппой детей. |
| **5. Гимнастика для глаз** | Гимнастика для глаз способствует снятию статического напряжения мышц глаз, кровообращения.  | Гимнастика для глаз проводится в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки.Во время её проведения используется наглядный материал. |
| **6. Бодрящая гимнастика**  | Целибодрящей гимнастики: – формирование валеологической компетентности у дошкольника для самостоятельного и эффективного решения задач здорового образа жизни и безопасного поведения, осознанного отношения к своему здоровью и жизни человека, накопления знаний о здоровье; – развитие умения оберегать, поддерживать и сохранять здоровье.  | Бодрящая гимнастика проводится ежедневно после дневного сна 5 – 10 минут.В её комплекс входят упражнения:– на кроватках на пробуждение,– на коррекцию плоскостопия,– воспитания правильной осанки, – обширное умывание. |
| **7. Утренняя гимнастика** | У детей во время утренней гимнастики формируются ритмические навыки и умения. | Проводится 6 – 8 минут до завтрака в игровой форме и с музыкальным сопровождением, с открытыми форточками. |
| **8. Дыхательная гимнастика** | Во время дыхательной гимнастики у детей активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом. | Дыхательная гимнастика проводится в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. |
| **9. Самомассаж** | Самомассаж улучшает кровообращение, нормализует работу внутренних органов, улучшает осанку, способствует физическому укреплению и оздоровлению психики. | Выполняется ежедневно самими детьми в игровой форме в течение 5 минут как занятие или во время динамической паузы на занятиях |

Практически все исследователи подчеркивают, что в дошкольном возрасте у детей интенсивно формируются морфологические, психологические, двигательные функции, развиваются потребности в активной деятельности и механизмы развития всех способностей [1 – 10].

Следовательно, в дошкольный период является особенно важным в создании основы для сохранения и стимулирования здоровья детей, для развития их основных физических качеств, существенных в различных формах двигательной активности. Создание такой основы становится, возможно, главным условием для физического воспитания детей и реализации прав детей на полноценное развитие, собственно, именно оно и обеспечивает их будущее биологическое и психологическое здоровье [В.И. Анферова, 2012; Г.В. Ильина, 2015; Г.Н. Голубева, 2012; Е.Ф. Желобкович, 2012; Г.В. Александрова, В.Т. Лободин, А.Д. Федоренко, 2011; и др.].

Недостаточная же двигательная активность и отсутствие соответствующей тренировки систем кровообращения, дыхания часто являются причиной ухудшения здоровья детей, особенно в период их активного роста. Организм детей подвергается внешним влияниям. Однако с момента рождения их высокая чувствительность к движениям позволяет вырабатывать приспособительные механизмы к реальным условиям жизнедеятельности. Необходимо только целенаправленно и вовремя использовать комплекс оздоровительной физической культуры [Т.В. Ахутина, 2000; Г.В. Ильина, 2015 и др.].

Движения – основной компонент любого вида детской деятельности. Именно этим обстоятельством объясняется необходимость тщательного изучения двигательной активности детей в единстве с их разнообразной другой деятельностью и в тесной взаимосвязи с различными сторонами их развития. Инструкторы дошкольных образовательных организаций в процессе занятий постоянно выявляют детей, отличающихся высокой степенью двигательной активности, которые быстрее и легче других добиваются спортивных успехов. Но важно видеть и других детей.

Так, в исследованиях Г.Н. Голубевой было установлено, что детей по объему их двигательной активности можно достаточно легко разделить на три группы [4].

Кратко рассмотрим особенности детей по соотношению уровня их двигательной активности и ее объема (см. табл. 3).

**Таблица 3**

**Соотношение двигательной активности детей с ее объемом**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Уровень двигательной активности детей** | **Объем самостоятельной активности** | **Объем организованной активности** |
| **Высокий** | Значительный  | Небольшой  |
| **Средний** | Снижается | Увеличивается |
| **Низкий** (малоподвижные дети) | Незначительный | Играет большую роль |

Такой подход предоставляет педагогам дошкольного образования хорошую возможность целенаправленно и наилучшим способом изучать двигательные особенности детей. Реализация технологии сохранения и стимулирования здоровья детей 2 – 3 лет связана с изучением двигательных особенностей детей и организационно-педагогических условий сохранения и стимулирования их организованной и самостоятельной двигательной активности.

Так как здоровье детей зависит от многих факторов (от физических особенностей, от условий жизни в семье, от санитарной грамотности, гигиенической культуры населения в целом), а в центре всей деятельности по оздоровлению детей находятся две социальные структуры – семья и дошкольная организация, то здесь нельзя не заметить преемственности, которая должна быть установлена между семьей и детсадом, в ходе которой корректируется воспитательная позиция и родителей, и педагогов [11]

Работа педагогов дошкольного образования с родителями не менее важное направление во всей деятельности по формированию психически и физически здорового ребенка. Известно, что многие родители рассматривают здоровье собственных детей только как отсутствие у них заболеваний, а средствами оздоровления признают лишь лечебные и закаливающие мероприятия, не осознавая взаимосвязи физического, психического, социального компонентов здоровья. Поэтому педагогический коллектив дошкольной организации обязан повышать педагогическую культуру родителей, изучать и распространять положительное семейное воспитание, включать родителей в совместную деятельность по реализации технологии сохранения и стимуляции здоровья детей 2 – 3 лет и использовать новые формы работы с ними.

При это межличностное взаимодействие между педагогическим коллективом и родителями становится успешнее, если коллектив дошкольной организации соблюдает психологические условия работы с родителями, а именно: проявляет постоянно внимание, терпение, деловитый, неторопливый подход к решению всех вопросов, знакомит родителей с технологией сохранения и стимуляции здоровья и показывает на практике, как может осуществляться ее реализация, например, в течение одного дня и что конкретно можно в этот день сделать. Рассмотрим пример.

**Таблица 4**

**Реализация технологии сохранения и стимуляции здоровья**

**(на примере одного дня)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Утро** | **После сна** | **Вечер** |
| 1. **До занятий:** уделить внимание каждому ребенку, создать у него бодрое, радостное настроение, вызвать желание заняться интересной, полезной двигательной деятельностью.**Что можно использовать**:Дорожки для повышения двигательной активностиТочечный массаж и дыхательная гимнастика (К.К. Утробиной)Пальчиковые игрыЗарядкаФизкультминутки во время занятийДинамические паузы между занятиями.**2. Прогулка.****Что можно сделать во время прогулки:**Провести с детьми индивидуальную работу, организовать совместную двигательную деятельность.Одна подвижная игра со всей группой и 2 – 3 подгруппами детей; подготовительные упражнения для новых основных движений; несложные игры для закрепления двигательных навыков; сюжетные подвижные игры для автоматизации основных движений; спортивные игры и спортивные упражнения; катание на санках, лыжах, велосипеде, скольжение и т. д. | Создать положительное эмоциональное настроение, организовать активный отдых детей.**Для этого можно использовать:**Гимнастика после снаЗакаливаниеПолоскание горла, комплекс оздоровительных упражнений для горлаСамомассажСамостоятельная двигательная активность детей с различными тренажерамиСпортивные досуги, праздники, развлечения | Малоподвижные игры, дыхательные упражнения, игры со спортивным инвентарем.Работа с семьей по организации совместной двигательной активности родителей и детей. Участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях детского сада. |

**СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ**

1. Анферова, В.И. Физкультурные сюжетные занятия с детьми 3 – 4 лет / В.И. Анферова. – М. : ТЦ Сфера, 2012. – С. 18 – 21.
2. Ахутина, Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения, индивидуальный подход / Т.В. Ахутина // Школа здоровья. – 2000. – № 2. – С. 21 – 28.
3. Гайдадина, И.И. Повышение уровня физической культуры детей 5-6 лег на основе интенсификации совместной с родителями физкультурно-спортивной деятельности : автореф. дис. … кандидата педагогических наук. / И.И. Гайдадина. Краснодар, 2010. – 23 с.
4. Голубева, Г.Н. Педагогическая система формирования активного двигательного режима ребенка до 6-ти лет средствами физического воспитания / Г.Н. Голубева. – LAMBERT Academic Publishing (IISBN 978-3-8473-7710-8). – 2012. – 156 с.
5. Гунн, Г.М., Современные технологии проблемы охраны здоровья.[Текст]: учебное пособие/ Г.М.Гунн. – СПб. – 2000. – 192с.
6. Желобкович, Е.Ф. Физкультурные занятия в детском саду. 2-я младшая группа. / Е.Ф. Желобкович. – М. : 2012. – С. 28 – 30.
7. Ильина, Г.В. Теории и технологии физического воспитания и развития детей дошкольного возраста: учебно-методическое пособие – М. – Магнитогорск : Изд-во Магнитогорск. гос. техн. ун-та им. Г.И. Носова, 2015. – 191 с.
8. Казакова, Е.Н. Здоровьесберегающие технологии в дошкольной образовательной организации / Е.Н. Казакова: автореферат дисс. … кандидата педагогических наук. – М., 2014. –
9. Лободин, В.Т. В стране здоровья. [Текст]: программа эколого-биологического воспитания дошкольников / В.Т. Лободин, А.Д. Федоренко, Г.В. Александрова. – М.: Мозаика-Синтез, 2011. – 80 с.
10. Параничева, Т.М. Динамика состояния здоровья детей дошкольного и младшего школьного возраста / Т.М. Параничева, Е.В. Тюрина // Новые исследования. – М., 2012. – С. 68 – 78.
11. Савинова, С.В. Как воспитать здорового ребенка / С.В. Савинова // Воспитатель ДОУ, 2011. – № 3. –. С. 7.
12. Хусаенова, Г. М. Роль управления дошкольного образования в охране и укреплении здоровья детей / Г.М. Хусаенова // Современный детский сад. – 2010. – № 3. – С. 28.