

ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО ВОСПИТАНИЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ БУДУЩИМИ СПЕЦИАЛИСТАМИ ДОО

С.С.Сайфиева

самостоятельный соискатель ТГПУ им. Низами

АННОТАЦИЯ

В статье рассматриваются вопросы необходимости применения здоровьесберегающих знаний в работе специалистов дошкольных образовательных организаций для воспитания здорового образа жизни, оздоровления и укрепления здоровья детей дошкольного возраста.

Ключевые слова: *здоровьесберегающее воспитание, здоровьесбережение, здоровьесберегающая деятельность, здоровьесберегающие технологии, знания.*

ABSTRACT

The article discusses the need to apply health-preserving knowledge in the work of specialists in preschool educational organizations to foster a healthy lifestyle, improve the health and strengthen the health of preschool children.

Key words: *health education, health-saving, health-saving activities, health-saving technologies, knowledge.*

ANNOTATSIYA

Maqolada sog'lom turmush tarzini shakllantirish, maktabgacha yoshdagi bolalarning sog'lig'ini mustahkamlash va sog'lig'ini mustahkamlash bo'yicha maktabgacha ta'lim tashkilotlari mutaxassislari ishida salomatlikni saqlash bo'yicha bilimlarni qo'llash zarurati muhokama qilinadi.

Kalit so'zlar: *sog'likni saqlaydigan ta'lim, sog'liqni saqlash, sog'liqni saqlash faoliyati, sog'liqni saqlash texnologiyalari, bilim.*

Несмотря на то, что проблема сохранения здоровья детей дошкольного возраста является актуальной уже довольно длительное время, на сегодняшний день, она не только не утрачивает своей значимости, но и является насущной в современном обществе.

Известно, что период дошкольного возраста имеет огромное значение в формировании основ физического и психического здоровья ребенка. Именно до 7 лет происходит процесс развития, который оказывает огромное влияние на всю последующую жизнь. На данном этапе интенсивно развиваются органы, функциональные системы организма, формируются и закладываются основные черты личности, характер, отношение к себе и окружающим. В это время важно создать у детей основу здоровьесберегающих знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Данная проблема признана на государственном уровне в сфере образования, поэтому вопросы сохранения здоровья и меры, направленные на здоровьесбережение отражены в Постановлениях и Законах Республики Узбекистан. Закон Республики Узбекистан «О дошкольном образовании и воспитании» 16 декабря 2019 года [1], Постановление Президента Республики Узбекистан: от 30 сентября 2018 года №ПП-3955 «О мерах по совершенствованию системы управления дошкольным образованием, об утверждении Концепции развития системы дошкольного образования Республики Узбекистан до 2030 года [2], Постановление Президента Республики Узбекистан «О дополнительных мерах по совершенствованию системы защиты прав ребенка» от 29 мая 2020 года [3]; Государственные требования к развитию детей раннего и дошкольного возраста Республики Узбекистан 2018 (обновленные в 2022 году) [4]; Государственная учебная программа дошкольного образовательного учреждения «Илқ қадам» Ташкент 2022 [5].

Следовательно, одной из важнейших задач педагогов дошкольных образовательных организаций (ДОО), является реализация здоровьесберегающего воспитания, а также создание здоровьесберегающей среды для сохранения и укрепления здоровья детей. В этой связи здоровьесберегающая деятельность педагогов ДОО должна выполняться наряду с воспитанием, обучением, развитием дошкольников, подготовкой их к школе и к повседневной жизни.

Понятие здоровьесбережение (здоровьесберегающее воспитание) – это система мер по охране и укреплению здоровья обучающихся, учитывающая важнейшие характеристики образовательной среды и условия жизни ребенка, направленные на сохранение здоровья на всех этапах его обучения и развития [6]. Усилия работников дошкольной образовательной организации на сегодняшний день направлены на оздоровление и культивирование здорового образа жизни у дошкольников. В этом важную роль играют в применении практической работе здоровьесберегающих технологий, оказывающих большое влияние на решение задач, которые применяются в современном дошкольном образовании и являются одним из ключевых инструментов в педагогическом процессе воспитателей.

Согласно литературным данным, здоровьесберегающие педагогические технологии делятся на три группы: технологии сохранения и стимулирования здоровья, технологии обучения здоровому образу жизни, коррекционные технологии.

К технологиям сохранения и стимулирования здоровья относятся такие как: релаксация, подвижные и спортивные игры, стретчинг, динамические паузы, гимнастика (пальчиковая, для глаз, дыхательная и др, гимнастика динамическая, корригирующая, ортопедическая).

К технологии обучения здоровому образу жизни относятся: коммуникативные игры, физкультурные занятия, игротерапия, точечный самомассаж.

К коррекционным технологиям относятся: технологии воздействия цветом, арт-терапия, сказкотерапия, технологии музыкального воздействия, психогимнастика, фонетическая ритмика [7].

Все эти технологии нужно использовать систематически, придавая им игровой или творческий характер, повышающих эффективность здоровьесберегающего воспитания. Дело в том, что каждая из перечисленных технологий должна применяться комплексно, так как они направлены на оздоровление и улучшение здоровья детей. Использование в процессе здоровьесберегающего воспитания и здоровьесберегающих технологий, дети формируют привычку к здоровому образу жизни, улучшают свои физические и эмоциональные показатели. Активное использование всех направлений здоровьесберегающего воспитания за пятилетний период пребывания ребенка в детском саду, наблюдается положительная динамика в состоянии здоровья дошкольников, повышается их общая физическая подготовленность, а также воспитываются их позитивные личностные качества.

Резюмируя вышеизложенное, следует отметить, что здоровьесберегающее воспитание в ДОО включает в себя методы формирования здорового образа жизни у детей дошкольного возраста, которые направлены на развитие осознанное отношения и ответственности к своему здоровью и умению его поддерживать. Важной целью здоровьесберегающего воспитания является развитие у детей здоровьесберегающей компетентности, позволяющей им самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни, безопасного поведения, а также в приобретении навыков, оказания первой медицинской и психологической помощи в кризисных и экстремальных ситуациях.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Закон Республики Узбекистан «О дошкольном образовании и воспитании» 14 декабря 2019 г., №ЗРУ-595.
2. Постановление Президента Республики Узбекистан: от 30 сентября 2018 года №ПП-3955 «О мерах по совершенствованию системы управления дошкольным образованием, об утверждении Концепции развития системы дошкольного образования Республики Узбекистан до 2030 года.
3. Постановление Президента Республики Узбекистан «О дополнительных мерах по совершенствованию системы защиты прав ребенка» от 29 мая 2020 года.
4. Государственные требования к развитию детей раннего и дошкольного возраста Республики Узбекистан 2018 (обновленные в 2022 году).
5. Государственная учебная программа дошкольного образовательного учреждения «Илқ қадам» Ташкент 2022.
6. <https://infourok.ru/zdorovesberegayushie-tehnologii-v-obrazovatelnom-processe-6082590.html>
7. Феоктистова В.Ф. Образовательные здоровьесберегающие технологии /В.Ф. Феоктистова // 2009. – 4. – С.35–38.