

УДК 37.037.1:373
ББК 74.100.54
Б 71

Н.Ш. Блягоз

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры общей педагогики Адыгейского государственного университета; E-mail: nafiset.kuprina@yandex.ru

Н.К. Куприна

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры общей педагогики Адыгейского государственного университета; E-mail: nafiset.kuprina@yandex.ru

ЦЕЛОСТНЫЙ ПОДХОД В РЕАЛИЗАЦИИ ЗДОРОВЬЕСОЗИДАЮЩЕГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

(Рецензирована)

Аннотация. В статье обоснована актуальность реализации в современных условиях российской действительности здоровьесозидающей функции дошкольного образовательного учреждения и рассмотрена ее реализация средствами физического воспитания детей. Авторы показывают составляющие понятия «здоровьесбережение» исходя из сущности ребенка, целостности понятия «здоровье», представляют его как имманентное качество целостного педагогического процесса, раскрывают значимость холистического подхода в его реализации.

Ключевые слова: целостность, целостный (холистический) подход, целостный педагогический процесс, физическое воспитание, здоровье, здоровьесозидание.

N.Sh. Blyagoz

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the General Pedagogics Department, Adyghe State University; E-mail: nafiset.kuprina@yandex.ru

N.K. Kuprina

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the General Pedagogics Department, Adyghe State University; E-mail: nafiset.kuprina@yandex.ru

A HOLISTIC APPROACH TO HEALTH- CREATION EDUCATION THROUGH PHYSICAL TRAINING IN PRESCHOOL INSTITUTION

Abstract. The paper justifies relevance of health-creation function in preschool institutions in Russia. Its realization is considered by means of physical training of children. The authors show the constituents of the concept of “health-saving”, proceeding from essence of the child, integrity of the concept «health», being represented as immanent quality of complete pedagogical process, and disclose the importance of a holistic approach in its realization.

Keywords: integrity, holistic approach, integral pedagogical process, physical training, health, health creation.

Формирование социально устойчивой, адаптированной к условиям жизни здоровой личности — важнейшая цель каждого образовательного учреждения, реализация которой должна начинаться с дошкольного образова-

тельного учреждения. Согласно Федеральному Закону от 29.12.2012. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» дошкольное образование направлено на формирование общей культуры, развитие физических, ин-

теллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста (статья 64).

Именно в дошкольном детском возрасте происходит созревание органических структур, развитие и функциональная дифференциация участков коры головного мозга, связи между ними и органами движения, становление двигательных и других способностей ребенка. Для детей дошкольного возраста характерна повышенная потребность в двигательной активности, и для «здорового» развития детского организма обязательным условием является активная мышечная деятельность, оказывающая мощное физиологическое воздействие на организм. Так, при активной мышечной работе активизируются процессы обмена веществ, кровообращения, перестраивается работа всех внутренних органов и систем, уменьшается или полностью снимается перевозбуждение систем мозга, улучшается его кровоснабжение, повышается общий тонус коры, улучшаются основные свойства нервной системы и т.д. Между тем за последние десятилетия наблюдается недостаточная двигательная активность у детей — гипокинезия и увеличилось число детей, имеющих нарушение осанки, с проблемами сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, центральной нервной системы.

Большую работу в направлении оценки состояния здоровья и физического развития детей в сфере дошкольного образования провели такие ученые, как Т.И. Алиева, В.Г. Алямовская, Л.Н. Волошина, О.М. Дьяченко, М.Н. Кузнецова, С.А. Лившиц, О.В. Нагорная, Л.А. Парамонова и другие. По результатам исследований С.А. Лившиц и О.В. Нагорной, у 39,7% дошкольников — болезни костно-мышечной, у 13,5% грыжи, у 64,9% имеются заболевания органов дыхания, у 28,5% болезни нервной системы, от 18 до 33,7% детей имеют патологию сердечно-сосудистой системы, а 30-35%

дошкольников страдают хроническими заболеваниями. Наибольшее количество часто болеющих детей (дети, перенесшие от четырех и более заболеваний в году) приходится на 6-7 летний возраст [1]. Это тот период, когда дети поступают в первый класс и у них увеличиваются нагрузки как в физическом, так и психоэмоциональном планах.

В современной России начавшийся в 90-е годы прошлого столетия процесс уменьшения здоровья подрастающего поколения продолжается, остается декларированным принцип оздоровительной направленности и всестороннего развития личности в дошкольных образовательных учреждениях, направленный на сохранение и укрепление здоровья детей как многомерного интегрального личностного образования.

Очевидно, что в этих условиях недостаточно говорить о здоровьесбережении и актуальным становится оптимальная реализация здоровьесозидающей функции образовательного учреждения, которая аккумулирует в себе здоровьесберегающую, здоровьеразвивающую, здоровьесформирующую направленности деятельности и обеспечивает сохранение, становление и приращение здоровья, формирование у детей основ здорового образа жизни — готовности личности творить, создавать собственное здоровье.

Здоровьесозидающее образование — это качественная характеристика специально организованного целостного педагогического процесса, обеспечивающего сохранение, поддержание, укрепление и наращивание здоровья детей, формирование у них готовности к здоровьесозидающей деятельности как интегративного качества целостной личности, обуславливающего здоровый образ жизни.

Прилагательное «созидающий» в феномене «здоровьесозидающей» функции образовательного учреждения означает «создающий новое, творческий». Созидание здоровья — это, прежде всего, творческий педагогический процесс по физическому воспитанию личности, требующему непрерывного поиска эффективных путей развития

физической культуры ребенка, как базового компонента его здоровья.

Исходя из целостности человека как биопсихосоциального существа, целостности понятия «здоровье» как многомерного интегрального личностного образования, наиболее эффективным и правильным путем здоровьесозидания детей является организация физического воспитания, которое опирается на целостный подход в педагогическом процессе.

В словаре С.И. Ожегова понятие «подход» означает: 1) подойти (действие); 2) место, где подходят к чему-н.; 3) совокупность приемов, способов (в воздействии на кого-нибудь или что-нибудь, в изучении чего-нибудь, в ведении дела) [2].

Целостный подход в реализации здоровьесозидающей функции дошкольного образовательного учреждения средствами физического воспитания означает осуществление единства и гармоничного взаимодействия всех компонентов здоровья в целостном педагогическом процессе. Здоровьесозидающий результат физического воспитания детей мы рассматриваем как имманентное качество целостного педагогического процесса, основанного на педагогической поддержке ребенка в становлении его как целостной личности путем одновременного формирования всех составляющих здоровья (физического, психического, духовного, социального здоровья).

Деятельность в области физического воспитания только тогда становится фактором здоровьесозидающего развития ребенка, гармонизации компонентов здоровья, стабильного приобщения его к физической культуре, когда она рассматривается с точки зрения человеческой значимости и ценности. При этом:

— философскими основаниями физического воспитания являются целостный (холистический) подход к сущности ребенка, здоровью и педагогическому процессу, а также осознание им и обществом культурной ценности деятельности в области физической культуры;

— теоретическими основаниями являются педагогические принципы организации деятельности детей по физической культуре: гуманизация, поливариантность, интеграция, последовательность, систематичность и гармонизация содержания деятельности в области физической культуры;

— технологическими — деятельностный подход, где на занятиях по физической культуре приоритеты отдаются эмоциональному аспекту, эффекту удовольствия и успеха.

Таким образом, главной целью физического воспитания в дошкольном образовательном учреждении должна быть педагогическая поддержка в становлении целостной личности как высшей ценности, а фундаментальной, методологической позицией в подходе к процессу освоения здоровья как ценности физической культуры — гармония физического (телесного) и духовного, где главным является принцип их единения, целостности в педагогическом процессе.

Целостность многопланова и многоаспектна. Она является синтетической характеристикой педагогического процесса и проявляется в неразрывности воспитания, обучения и развития, единстве процессов физического, духовного, психического составляющих здоровья; в содержании и организации педагогического процесса. В содержательном плане целостность педагогического процесса реализуется посредством отражения в цели и содержании образования взаимосвязи четырех элементов: знаний, умений и навыков, опыта творческой деятельности, опыта эмоционально-ценностного и волевого отношения к окружающему миру. Во взаимосвязи этих элементов реализуется единство основных функций педагогического процесса: образовательной, развивающей и воспитательной, которые трансформируются в единство образовательных, развивающих и воспитательных задач, комплексное решение которых обеспечивает достижение цели педагогического процесса: формирования гармонично развитой, здоровой целостной личности.

Сущность ребенка, его природа заключается в его целостности, а слово «здоровье» первоначально означало «целостность», и только целостный (холистический) подход к здоровью ребенка позволит осуществить в полной мере в процессе его физического воспитания здоровьесозидающую функцию. Соответственно педагогический процесс в дошкольном образовательном учреждении должен строиться на понимании целостности природы ребенка, его здоровья, что находит свое воплощение, прежде всего, в целостном, взаимосвязанном решении задач: образовательной (формирование у ребенка осознанного отношения к своему здоровью), воспитательной (развитие качеств личности и потребности в физическом совершенстве), оздоровительной (обеспечение здоровьесбережения и здоровьесозидания детей).

С позиций целостного подхода педагогический процесс по физическому воспитанию детей в дошкольном образовательном учреждении, направленный на формирование ценности здоровья и основ здорового образа жизни, должен быть здоровьесозидающим, направленным на обеспечение физического, психического и социального (нравственного) здоровья ребенка.

Для реализации данной цели в систему физического воспитания в дошкольном учреждении должны входить различные формы работы физкультурно-оздоровительной направленности: утренняя гимнастика, игры, физкультурное занятие, упражнения на прогулке и др.; использоваться средства оздоровления: закаливание водой, воздухом, солнцем в сочетании с физическими упражнениями, ароматерапия, фитотерапия, цветотерапия, фитонцидотерапия и т.д. Вся работа должна планироваться согласно принципам, приведенным выше.

Исходя из того, что деятельность ребенка дошкольного возраста выражается, прежде всего, в движениях, то и деятельность педагога заключается в развитии у детей координации движений; способности запоминать последовательность движений и двига-

тельных операций; внимания к своим движениям и действиям других; умения выполнять движения по словесной инструкции; анализа движения по качеству его выполнения; развитие речевых умений и навыков. Чем разнообразнее движения, тем больше информации поступает в мозг, тем интенсивнее интеллектуальное развитие и повышение познавательной активности детей.

При целенаправленном педагогическом взаимодействии с детьми на основе диалога за период дошкольного детства движения развиваются от хаотичных до вполне уверенных основных движений, входящих в спортивные упражнения.

Развитость движений — один из показателей правильного психического развития и здоровья ребенка, педагогическими показателями которого являются положительный эмоциональный фон, оптимистический настрой, способность к эмоциональному сопереживанию, доброжелательное отношение к окружающим, полноценное общение, мысли, чувства, поведение ребенка, адекватные окружающим условиям и событиям, устойчивая познавательная активность, которая соответствует возрастным нормам. Получение такого результата тем более важно, потому что, как пишут Л.Х. Цева, В.В. Зайко, «в современном обществе многим детям для положительного прохождения кризиса (6-7 лет) требуется психологическое сопровождение, помощь в формировании тех или иных навыков, осознании себя» [3: 99].

Соответственно в процессе физического воспитания детей в дошкольном образовательном учреждении необходимо решать задачи, направленные на психологическое развитие детей как компонента целостной категории «здоровье». Это может быть обучение детей положительному взаимоотношению и принятию других детей, обучение рефлексивным умениям, формирование потребности в саморазвитии, проведение специально разработанных упражнений, психологических занятий, игр (подвижные игры, игры-драматизации,

творческие игры), разрешение проблемных ситуаций, бесед, элементов арттерапии, организация коллективного радостного труда. В итоге формирования физического, психического составляющих здоровья происходит формирование социального составляющего, а именно таких качеств, как ловкость, смелость, сила воли, стремление к преодолению трудностей, чувство товарищества, взаимопомощи, которые, конечно, требуют конкретного внимания в целенаправленном целостном процессе обучения, воспитания и развития ребенка [4].

Основной формой обучения ребенка движениям и развития физических качеств, решающей и задачи воспитания и развития личности ребенка, являются занятия по физической культуре, где при целостном подходе важно не только разогреть мышцы и суставы детей, научить правильно делать упражнения, но и подключить чувства, эмоции. Это можно сделать, обучая детей «вслушиваться» в свои ощущения, возникающие во всем теле, в мышцах при выполнении физических упражнений, запоминать их, наслаждаться ими; выражать эмоциональное состояние души в жесте, мимике, движениях тела; использовать музыкальное сопровождение, красочные рисунки, световые эффекты, показывающие суть выполняемых упражнений и вызывающие эмоциональный подъем.

Занятия физическими упражнениями, построенные на танцевальном и литературном материале, также позволяют более эффективно повысить уровень физического и эмоционального развития детей. Веселые сказочные персонажи, аттракционы, игры — забавы, танцевальные движения благоприятствуют созданию психологического здорового эмоционального комфорта и формированию желания у детей заниматься физическими упражнениями.

Включая в занятие по физической культуре задания на придумывание названий выполняемых движений, ребенок воображает, экспериментирует, что развивает у него умение входить в образ, способность к творческому ос-

воению двигательного действия, эмоционально переживать целостное движение. На таких занятиях хорошо развивается двигательное воображение, которое выступает базовой основой творческой, осмысленной моторики. Для развития творчества ребенка эффективными являются специальные игровые задания, выполняя которые ребенок преодолевает стереотип движения с данным спортивным предметом, придумывая новые способы его применения.

Непременной частью физкультурного занятия является восстановление организма (психогимнастика, релаксация), что воспитывает у ребенка чувство удовлетворения от проведенного занятия, создает позитивный эмоциональный настрой на предстоящую деятельность. В совокупности такое занятие помогает гармоническому развитию целостной личности ребенка.

Целостный подход в осуществлении физкультурно-оздоровительной, здоровьесозидающей работы в дошкольном образовательном учреждении требует разработки системы работы со всеми участниками образовательного процесса: с детьми, родителями и педагогами. Опыт показывает, что даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа не сможет дать эффективных результатов, если она не решается совместно с семьей, если в дошкольном учреждении не создано детско-взрослое сообщество (дети — родители — педагоги), построенное на реализации возможностей и интересов каждого, его прав и обязанностей и сотрудничестве друг с другом.

Мы считаем, что важнейшим показателем эффективности физкультурно-оздоровительной, здоровьесозидающей работы воспитателей, инструктора по физическому воспитанию является отношение семьи к детскому саду, ибо только при условии положительных результатов родители начинают доверять рекомендациям воспитателей и идут с ними на контакт. Безусловно, что в своей деятельности воспитатели, инструктор по физической работе должны делать главный акцент

на этом сотрудничестве. Это предполагает необходимость нахождения подхода к членам семьи ребенка, создание общей атмосферы доверия, выявление микроклимата в семье, традиций проведения и организации досуга ребенка и пр. Результаты бесед с родителями показывают, что они мало знают о том, как укрепить здоровье ребёнка с помощью физических упражнений и подвижных игр. Они испытывают трудности из-за недостатка психолого-педагогических знаний, знаний физиологии и возрастных особенностей собственного ребенка, опыта, недооценки важности данного вида деятельности, незнания способов организации деятельности детей и т.д. Этому есть объяснение — не каждый родитель имеет педагогическое образование, и этот факт диктует необходимость организации с родителями педагогической работы. Она включает ознакомление родителей с результа-

тами диагностики состояния здоровья ребенка, его психомоторного развития, с содержанием физкультурно-оздоровительной работы, направленной на физическое, психическое и социальное (нравственное) развитие ребенка; обучение методам и приёмам оздоровления: дыхательной гимнастике, самомассажу, разнообразным видам закаливания и т.д.

Хорошие результаты даёт организация встреч родителей и дискуссий с участием психолога, медиков, проведение «открытых дней» для родителей, совместная организация и проведение спортивных мероприятий, праздников и развлечений, обучение родителей навыкам совместного занятия с детьми подвижными играми, которое, помимо реализуемого физкультурно-оздоровительного потенциала, является хорошим средством их успешного взаимодействия, значительно укрепляющего их взаимопонимание.

Примечания:

1. Лившиц С.А., Нагорная О.В. Анализ состояния здоровья длительно и часто болеющих детей дошкольного возраста на современном этапе // Современные проблемы науки и образования. 2013. №2.
2. Ожегов С.И. Словарь русского языка / под ред. Н.Ю. Шведовой. М.: Рус. яз., 1989. 750 с.
3. Цеева Л.Х., Зайко В.В. Социально-личностное развитие детей младшего школьного возраста в условиях поликультурного пространства // Вестник Адыгейского государственного университета. Сер. Педагогика и психология. Майкоп: Изд-во АГУ, 2012. Вып. 2 (97). С. 99-103.
4. Leslie T. Lambert. The New Physical Education // Healthy Bodies, Minds, and Buildings. 2000. Vol. 57. №6. P. 34-38.

References:

1. Livshits S.A., Nagornaya O.V. The analysis of the state of health of preschool age children who are ill for a long time and often at the present stage // Modern problems of science and education. 2013. No. 2.
2. Ozhegov S.I. Dictionary of the Russian language / ed. by N.Yu. Shvedova. M.: Rus. yaz., 1989. 750 pp.
3. Tseeva L.Kh., Zayko V.V. Social and personal development of children of younger school age in the conditions of polycultural space // Bulletin of the Adyghe State University. Ser. Pedagogy and Psychology. Maikop: ASU publishing house, 2012. Iss. 2 (97). P. 99-103.
4. Leslie T. Lambert. The New Physical Education // Healthy Bodies, Minds, and Buildings. 2000. Vol. 57. No. 6. P. 34-38.