**Валеологическое образование в дошкольном образовательном учреждении (ДОУ)**

**Безручко Елена Алексеевна: учитель-логопед**

**Разделы: Работа с дошкольниками**

Охрану здоровья детей можно назвать приоритетным направлением деятельности всего общества, поскольку лишь здоровые дети в состоянии должным образом усваивать полученные знания и в будущем способны заниматься общественно-полезным трудом.

Исследованиями отечественных и зарубежных учёных давно установлено, что здоровье человека лишь на 7-8 % зависит от успехов здравоохранения и на 50% от образа жизни. На фоне экологической и социальной напряженности в стране, на фоне небывалого роста болезней, чтобы быть здоровым, нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления. Этому искусству и должно уделяться как можно больше внимания в дошкольном учреждении, так как дошкольный возраст самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников методам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам.

**Сущность и понятийный аппарат**

Для того чтобы понять, что такое валеологическое образование необходимо рассмотреть каждое понятие: валеология и образование.

Практически все современные авторы вслед за И. И. Брехманом начинают свои рассуждения о валеологии с выявления этимологии слова. В его основе лежат латинские “vale” и “logos”, которые переводятся соответственно “будь здоров” и “учение, знание, наука”. Сам И. И. Брехман, врач-фармацевт, в 1980 году пишет: “Трудно удержаться от соблазна придумать название для этой науки. Может быть, её следует назвать валеологией”. Сущность валеологического образования он видел в том, что человеку нужно ровно столько медицинских знаний, чтобы уметь правильно оценивать своё состояние и принимать решение: обращаться к врачу или прибегнуть к самокоррекции своего состояния дополнительным отдыхом, изменением питания и объема двигательной активности. [6, с. 4]

Ещё в начале XX века С. И. Гессен, осмысливая многовековой опыт мировой педагогики, говорил: “Вся работа образования и вся его теория будут тщетны, если в процессе образования разрушится тело человека, этот носитель и орудие его образовательной работы”. В конце 70-х годов XX века Б. Г. Ананьев акцентировал внимание на наметившиеся тенденции сближения педагогики и медицины в отношении решения проблемы обеспечения здоровья подрастающего поколения. Интеграция стала возможной с появлением в 80-е годы XX в. новой синтетической области научного знания – валеологии. [11]

Проект государственного образовательного стандарта дошкольного образования рассматривает образование в дошкольном учреждении как целенаправленный процесс воспитания и обучения детей дошкольного возраста: охрана и укрепление их физического и психического здоровья, развитие их индивидуальных способностей и необходимой коррекции нарушения развития этих детей.

Основоположник педагогики Ю. К Бабанский даёт следующее определение “Образование – это процесс и результат овладения учащимися системой научных знаний и познавательных умений и навыков, формирования на их основе мировоззрения, нравственных и других качеств личности, развитие её творческих сил и способностей”. Ведущую роль в осуществлении образования играет систематическое обучение. [13, с. 10]

Несмотря на разнообразные трактовки понятия образования в дошкольном учреждении, авторы едины в том, что образование это процесс воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста.

Таким образом, объединив все понятия, я вывела следующее определение: “Валеологическое образование – целенаправленный процесс воспитания и обучения детей дошкольного возраста способам укрепления и сохранения своего здоровья; это процесс и результат овладения учащимися системой научных знаний и познавательных умений и навыков, формирования на их основе валеологического сознания (я могу и хочу быть здоровым), а также культуры здоровья личности и общества”.

Переработав имеющуюся у себя литературу по теме исследования, я разработала презентацию для расширения представлений о валеологии и валеологическом образовании.

**Практическая часть**

Я работаю в МКДОУ “Детский сад №6” 10 лет на логопункте с дошкольниками, имеющие различные по диагнозу нарушения речи : фонетико –фонематическое недоразвитие речи (ФФНР) и общее недоразвитие речи (ОНР). В практике работы достаточно часто имеет место сочетание речевого недоразвития с рядом неврологических и психопатологических синдромов. Для таких дошкольников характерны быстрая утомляемость, раздражительность, двигательная расторможенность, повышенная возбудимость или преобладание вялости, пассивности, расторможенности.

Речевые нарушения детей следует рассматривать во взаимосвязи речи с другими сторонами психического развития. Четыре психических процесса - восприятие, внимание, намять, мышление - составляют психологическую базу речи.

У детей - логопатов имеют место нарушения процесса восприятия:

наблюдается нарушение обобщенного представления о цвете;

часто дети не могут воспринимать два изображения, так как у них сужен объем зрительного восприятия;

ребенок смешивает буквы, близкие по оптической конфигурации;

наиболее часто нарушается способность детей к анализу и синтезу речевых звуков, к различению фонем родного языка;

не дифференцированно произносят свистящие, шипящие, соноры.

У детей с нарушениями речи возможны расстройства внимания:

отмечается трудность сосредоточения, невозможность концентрировать внимание на выполнении определенного задания, повышенная отвлекаемость;

труднее сосредоточивается и удерживается внимание детей на чисто словесном материале вне наглядной ситуации. Поэтому дети не могут воспринимать в полном объеме пространные, неконкретные объяснения, длинные инструкции, продолжительные оценки их деятельности;

сосредоточение на непроизвольном уровне происходит значительно лучше.

Речевая недостаточность сказывается и на развитие памяти:

при относительно сохранной смысловой, логической, у таких детей заметно снижены вербальная память и продуктивность запоминания по сравнению с нормально говорящими детьми;

дети часто забывают сложные инструкции, опускают некоторые их элементы и меняют последовательность предложенных заданий;

у ряда детей отмечается низкая активность припоминания.

Связь между речевыми нарушениями детей и другими сторонами психического развития обуславливает некоторые специфические особенности их мышления.

обладая в целом полноценными предпосылками для овладения мыслительными операциями, доступными их возрасту, дети, однако, отстают в развитии наглядно-образного, словесно логического мышления;

без специального обучения с трудом овладевают анализом и синтезом, сравнением, обобщением, классификацией, абстракцией и конкретизацией;

нередко их суждения и умозаключения бедны, отрывочны, логически не связаны друг с другом.

Также в ходе наблюдений и бесед с детьми я выявила следующие представления детей о здоровье и здоровом образе жизни:

дети имеют неточные, расплывчатые, малодифференцированные, в некоторых случаях, даже ошибочные представления о человеке, об организме, о своем здоровье, о способах улучшения здоровья;

многие дети самостоятельно не придерживаются гигиенических правил (не моют руки, не следят за своей одеждой, не носят носовых платков и т.д.), а только выполняют под руководством воспитателя;

дети не проявляют заботу к своему здоровью, многие кричат, неправильно одеваются, часто забывают надеть тёплые вещи, не осознавая последствий такого поведения;

в разговоре о том, как улучшить своё здоровье, большинство детей отвечают, что надо пить таблеточки и сиропы.

 Единицы называют занятия физкультурой, зарядку, закаливание. Это связано с тем, что многие родители не формируют у детей потребности быть здоровыми, просто лечат их, когда возникает необходимость.

В начале года я провела опрос среди родителей на тему исследования. Анкета показала низкий уровень активности родителей. Многие не придерживаются режима дня дошкольника, большинство знают распространенные способы защиты организма, но на практике мало используют, объясняя это нехваткой времени и сил. А если и делают, то от раза к разу, не придерживаясь системы.

Анализируя полученные данные и, исходя из наблюдений за детьми в течение продолжительного времени, я считаю необходимым проводить занятия по формированию культуры здоровья, для обучения детей способам оздоровления и поддержания своего организма. А главное не просто учить, а доказывать детям необходимость защиты своего организма, формировать в сознании детей ответственность за своё здоровье. Параллельно необходимо вести работу с родителями, чтобы они стали активными участниками валеологического процесса.

При этом, исходя из психофизиологических особенностей детей-логопатов, необходимо строить обучение, сходя из следующих положений:

пособия, игрушки, лексический, наглядный и демонстрационный материал необходимо отбирать с учётом психологических особенностей детей- речевиков;

на первом этапе обучения выводы в основном оречествляет педагог (из-за дефектной речи детей);

педагог дает лаконичные образцы грамматически правильных, фонетически чистых и отчетливых ответов;

вопросы к детям должны быть тщательно продуманы и четко сформулированы, а также должны исключать возможность ответов детей на дефектном материале;

педагог должен внимательно следить за фонетической и грамматической правильностью речи детей;

строить обучение на доступном для детей материале;

многократно возвращаться к темам пока у детей не сформируются прочные и точные представления;

большую роль в формировании сознания и общей направленности личности играет практическая деятельность ребёнка по реализации принципов здорового образа жизни;

формирование сознательного отношения к своему здоровью у дошкольников должно осуществляться на основе теории развития понятий;

специфика ознакомления дошкольников с человеческим организмом заключается и в том, что благодаря присущему детям наглядно-образному мышлению они не способны усваивать знания в словесной форме, в виде готовых обобщений. В основе процесса познания законов природы лежат многочисленные наблюдения и эксперименты, которые позволяют детям, используя преимущества наглядно-образного мышления, самостоятельно улавливать общие закономерности процессов, происходящих в организме, и понимать биологический смысл гигиенических и здоровьесберегающих процедур.