**Психолого-педагогические аспекты организации здоровьесберегающей деятельности в период детства**

В современной стратегии образования выделяется значимость здоровья детей и педагогов как необходимого компонента образования, как одного из приоритетных направлений гуманизации. Формирование здоровья, его структурных компонентов - физического, психического здоровья и социаль­ного благополучия - является непременным условием и базисом раскрытия потенциала личности.

В настоящее время неизмеримо возрастает ответственность общественности, педагогов, родителей за здоро­вую жизнь и счастливую судьбу каждого ребенка, которого надо вписать не только в существующий уклад, но и подготовить к стремительным измене­ниям социокультурного контекста. Конечной целью образования и воспита­ния мы должны видеть формирование здорового человека, активной, целе­устремленной, ответственной личности, способной выполнять различные со­циальные роли в быстро изменяющемся мире. Дальнейшее невнимание к этой проблеме может привести к планетарным кризисам.

Педагогика каждого исторического периода является отражением по су­ти этого времени.

Надо признать, что проблемы воспитания физически и духовно здорово­го ребенка, поиска эффективных для этого средств и методов занимали зна­чительное место и в античной педагогике , и в педагогике всех по­следующих эпох. А идеи про­шлого о гармоничном развитии человека остаются и сегодня актуальными и привлекательными.

Фридрих Фребель, создатель оригинальной системы дошкольного вос­питания, отводил в ней значительное место совместным подвижным играм, выделяя как наиболее эффективные в укреплении здоровья и физическом развитии игры с мячом. «...Мяч является для ребенка образцом собственной силы, способности к работе и жизни, особенно образцом собственной под­вижности. Каждое прочное и самостоятельное движение ребенка, движение или всего его тела или одного из его членов, доставляет ребенку радость, уже благодаря чувству силы, которое оно в нем возбуждает» .

Английский педагог Самуил Уильдерспин четко определил требования к здоровьесберегающей среде школы для маленьких детей, особое внимание уделил описанию площадки для игр .

Раскрывая значение и место элементарного физического образования, швейцарский педагог Песталоцци отмечал, что правильно поставленное, оно обеспечивает здоровье человека, продлевает жизнь, улучшает осанку, предо­храняет от многих заболеваний, вырабатывает нравственно-волевые качества. А главный результат - здоровье, нужное для труда и нормальной жизнедея­тельности. «В отношении физического воспитания школа должна обладать психологически обоснованными средствами, побуждать и оживлять все физические задатки и силы ребенка» . Песталоцци утверждал, что в основе физического развития ребенка лежит стремление к деятельности, а средства физического воспитания ребенка следует искать до известного мо­мента в самой его природе, в ее естественных внешних проявлениях.

Прогрессивный деятель народного образования Франции, видный теоре­тик дошкольного воспитания Полина Кергомар отмечала: «Природа требует для ребенка горячего солнца, живительного воздуха, движений, усиливаю­щих кровообращение, упражнений мускулов, укрепляющих его, и естествен­ных упражнений органов, благодаря которым они совершенствуются» . Она указывала на необходимость развития жизненных сил и способно­стей человека, физических и нравственных сил ребенка, раскрыла условия, необходимые для этого (игра, горячее питание, нравственное благополучие, игрушки, пространственная среда и т.д.).

В своей сложной интегральной системе воспитания французский со­циалист-утопист Шарль Фурье обращает внимание на необходимость полного развития физических и умственных способностей, призывает к при-родосообразному воспитанию, относит здоровье к «внутренней роскоши».

Педагогические идеи Роберта Оуэна также были направлены на то, чтобы «поддерживать детей в наилучшем состоянии здоровья и духа», воспитывать разумные привычки.

В современном дошкольном воспитании находят поддержку идеи итальянского педагога Марии Монтессори . Она подчеркивала необхо­димость иметь благоговейное чувство перед жизнью, понимала воспитание как активное содействие нормальному развитию жизни в ребенке, подразу­мевая при этом, что развитие должно быть как физическое, так и духовное. В своей теории и практике воспитания М. Монтессори значительное место от­водила зрительно-двигательным упражнениям, двигательным и двигательно-слуховым играм.

Таким образом, анализ генезиса педагогической мысли, конкретные примеры из истории педагогики подтверждают ориентированность воспитания во все периоды и эпохи и у разных народов на комплексный подход к охране и укреплению здоровья детей, постоянный поиск содержания, наибо­лее эффективных методов и средств, обеспечивающих гармоничное физиче­ское, духовное, интеллектуальное развитие ребенка.

Итогом монографического исследования В.Н. Ирхина стало изу­чение генезиса здоровьетворческих идей в отечественной педагогике. Как отмечает автор, развитие отечественной педагогики здоровья с одной сторо­ны связано с народными обычаями, российскими традициями воспитания и обучения, а с другой - с общечеловеческими ценностями европейской и ми­ровой гуманистической мысли. Истоки, идеи воспитания здорового поколе­ния восходят к педагогической мысли Древней Руси. Коренные свойства бы­тия Древней и Средневековой Руси отражены в уникальном документе -«Домострое», который вызывал неоднозначную оценку. Строгая регламента­ция, упорядоченное социальное существование в русском понимании может обеспечить здоровую и благополучную жизнь. В замечательном памятнике педагогической мысли России XVII в. «Гражданство обычаев детских» Епи-фания Славинецкого выражены мысли о связи умственного, нравственного и физического воспитания, интереснейшим образом изложена методика прове­дения подвижных игр, их целесообразность .

Программа физического воспитания от рождения до юношества пред­ставлена в трудах видного деятеля в области просвещения России И.И. Бец­кого, «... дабы для юношества все то наблюдаемо было, что в жизни, целости здравия и крепости сложения их служить может» . И.И. Бецким подчеркивается важность забав, игр для ребенка, бодрости духа, описывают­ся требования к одежде, сну, питанию, закаливанию, развитию движений. Выдвигаются принципы гуманного отношения к детям, учета склонностей каждого ребенка, поддержания жизнерадостности.

В работе «О воспитании и наставлении детей» выдающийся русский просветитель Н.И. Новиков отмечал: «Дети наши должны образованы быть, счастливыми людьми и полезными гражданами. При сем опыт и человеческая натура напоминают нам, что здоровье и крепкое сложение тела весьма споспешествуют нашему удовлетворению и что в молодости лежит основа­ние как здравия и крепости, так и слабости и болезней тела. Сию часть вос­питания называют ученые физическим воспитанием, а первая она есть пото­му, что образование тела и тогда уже нужно, когда иное образование не име­ет еще места» .

В тесной связи развитие умственных, духовных и физических сил ре­бенка рассматривал писатель, философ-материалист, просветитель А.Н. Ра­дищев. Он призывал укреплять телесные силы и чувства, что укрепит здоро­вье и служит долголетию. «Нега, излишнее и неумеренное чувств услажде­ние губят и тело и дух» .

Воплощение идей прогрессивной педагогики, гуманизма нашли в тру­дах писателя, крупного общественного деятеля В.Ф. Одоевского. Теплая за­бота о нравственном образовании, здоровье, здравый смысл, чувство любви должны сопровождать ребенка в детском приюте. По мнению В.Ф. Одоев­ского, забота о здоровье проявляется в чистоте, свежем воздухе, осмотре де­тей, назначение в холодный период года специальных травяных отваров, сбитней, мерах безопасности .

Много ценных мыслей о теории воспитания для здоровья и здоровье как «естественном гармоническом развитии всего организма» высказал Н.А. Добролюбов .

Важное значение для развития теории и практики общественного до­школьного воспитания имели взгляды А.С. Симонович. Они не потеряли своей актуальности и сейчас, А.С. Симонович отмечала, что в детском саду не должно быть одностороннего систематического обучения, гармоничное, всестороннее развитие всех органов тела - вот воспитание детского сада .

Подтверждение вольтеровской аксиомы «движение - есть жизнь», рас­крывающей основное содержание физического развития человека сообразно природе окружающих вещей и явлений, находит отражение в научной систе­ме П.Ф. Лесгафта: «Новорожденный младенец не в состоянии управлять своими движениями, первые его движения бессознательны, рефлексивны, и только мало-помалу он научается управлять ими и применять их сознатель­но. Задача воспитания состоит в том, чтобы гармонически развить и научить управлять всеми существующими в человеческом организме органами дви­жения...» . Опубликовав в 1874 году «Основы естественной гим­настики», он заложил научный фундамент системы физического воспитания в России, на который впоследствии неоднократно опирались и продолжают это делать последующие поколения российских исследователей.

Основатель отечественной теории физического воспитания П.Ф. Лес-гафт придавал исключительное значение периоду накопления жизненного опыта ребенка (от рождения до 8 лет), раскрыл закономерности физического развития ребенка, цели, задачи, содержание и методы воспитания в семье.

Автор педагогических сочинений и мемуаров Е.Н. Водовозова идеал дошкольного воспитания видела в создании «здорового человека с твердою волею, с сильным и великодушным характером, умственно и нравственно развитого» .

На основе педагогических трудов прошлого мы ви­дим, что в проблеме сбережения здоровья детей выделяются как социальные, так и личностные предпосылки, особая роль отводится воспитательным моментам .

В настоящее время ведутся актуальные исследования, направленные на системное построение физического воспитания дошкольников, повышение оздоровительного воздействия занятий физической культурой, разработку здоровьесберегающих технологий

Современное общество уже не удовлетворяет традиционная система об­разования, в которой критерием оценки эффективности служит только обу-ченность и воспитанность детей. Становление общественной потребности за­ключается в новой организации образовательного процесса, определяющего здоровье как цель, объект и результат деятельности, гарантирующей опти­мальные условия физического и психического становления подрастающего поколения.

Каждый ребенок самой природой от рождения наделен собственным по­тенциалом здоровья, который часто оказывается не до конца востребован­ным. Резервы здоровья ребенка формируются, развиваются и укрепляются в процессе воспитания. А воспитание - это уже область педагогики, что позво­ляет нам также отнести здоровьесбережение к категории педагогической.

Кроме того здоровьесбережение и воспитание - процессы взаимообу­словленные и взаимопроникающие. Внутриличностные структуры субъектов образовательного процесса, установки на здоровьесбережение, являясь инте­гральными образованиями, объединяющими когнитивные, эмоциональные, поведенческие компоненты психики, развиваются в процессе воспитания. Они определяют в итоге индивидуальную феноменологию здоровья с пози­ции целостности. Системный подход позволяет реализовать единство про­цессов развития, образования и сохранения здоровья.

Определяя здоровьесбережение как вид жизнедеятельности индивида, социальной группы, общества в целом, следует учесть, что на каждом этапе оно имело в своем арсенале такие нормы жизнедеятельности, которые в ко­нечном счете были нацелены на созидание и сотворение материальных и ду­ховных ценностей, на преобразование и процветание общества, на развитие человека, на раскрытие его нравственных черт, умственных и физических способностей и возможностей.

Совершенно очевидно, что здоровьесберегающая деятельность будет целенаправленной и надежной, если всесторонне и глубоко осознать и при­держиваться здорового образа жизни. Образ жизни ребенка - основа здо-ровьесбережения. Он формируется и поддается коррекции в процессе воспи­тания. А воспитание, как известно, осуществляется не только образовательными учреждениями, но и всей средой, где растет и развивается ребенок, семьей. Здоровый образ жизни выступает как эталон (к чему стремится здоровьесберегающая деятельность) и как ее результат, который нужно получить.

Образ жизни - это совокупность типичных видов жизнедеятельности индивида, социальной группы, общества в целом, которые берутся в единст­ве с условиями жизни.Результаты аспектного анализа генезиса педагогической мысли о целях и содержании здоровьесбережения в период детства показывают, что по дан­ной проблеме выделяются как социальные, так и личностные предпосылки. Идеи и положения выдающихся мыслителей и педагогов прошлого о гармо­ничном развитии детей с малых лет, природосообразности, единстве духов­ного и физического воспитания, о роли двигательной активности ребенка служат отправной точкой современной науки о здоровьесбережении ребенка в образовательном процессе.

Становится очевидным, что в организации и осуществлении здоровье-сберегающего процесса в дошкольных учреждениях необходимо учесть все выявленные наукой факторы; обеспечить комплексный, междисциплинарный подходы к проблеме здоровьесбережения; осмыслить как социокультурные, так и индивидуально-личностные ее составляющие.

Потребность в самосохранении личности и нации может быть реализо­вана при условии активного развития здоровьесберегающей деятельности, обеспечивающей физический, психический и социальный комфорт.

Исследование здоровьесберегающей функции воспитательного процесса ДОУ с позиций целостности, путем применения системного подхода позво­ляет реализовать единство процессов развития, образования и воспитания сохранения здоровья.