ВНЕДРЕНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ТЕХНОЛОГИИ В.Ф.БАЗАРНОГО КАК ПУТЬ К ОЗДОРОВЛЕНИЮ ДОШКОЛЬНИКОВ

*Петренко Н.Н.,*

*Халиева Т.П.,*

 *Чигринская Г.В.*

*МБДОУ «Колокольчик» п.Чернянка*

Здоровье – одна из высоких социальных ценностей. Забота общества, государства, системы образования о поддержке и сохранении здоровья молодого поколения страны - важнейшая из современных задач. В ДОУ задача сохранения и укрепления здоровья детей всегда была приоритетной.

 В.Ф.Базарный считает, что здоровье – категория педагогическая [4]. Оно либо формируется и развивается, либо расстраивается и утрачивается в процессе воспитания человека. Поэтому проблемы здоровья современных детей нуждаются в пристальном внимании не только медицинских работников, но и педагогов, родителей, общественности. Особое место и ответственность в этом оздоровительном процессе отводится образовательной системе, которая может и должна сделать образовательный процесс здоровьесберегающим.

 Дошкольное детство является значимым этапом в формировании здоровья ребенка,  развития у него физических навыков и умений. ФГОС нацеливают на создание образовательной среды, которая:

- гарантирует охрану и укрепление физического и психического здоровья детей;

- обеспечивает эмоциональное благополучие детей.

В связи со сказанным возникает настоятельная необходимость формирования здоровьесберегающего пространства дошкольного образовательного учреждения, направленного на сохранение и укрепление здоровья как отдельного ребенка дошкольного возраста, так и всех участников образовательного процесса в целом (включая педагогов и родителей).

 Охрана жизни и укрепление здоровья дошкольников остается приоритетным направлением в работе МБДОУ «Колокольчик» п.Чернянка. За многие годы коллективом ДОУ выбран определенный алгоритм развития двигательной активности, который способен решать задачи обозначенные ФГОС ДО.

 В течение нескольких лет наше дошкольное учреждение работает над реализацией проекта «Создание здоровьесберегающего пространства в дошкольном образовательном учреждении».

 Здоровьесберегающее пространство  предполагает:

- формирование у детей осмысленного отношения к здоровью как важной жизненной ценности, реализации комплекса здоровьесберегающих технологий в ходе воспитательно-образовательного процесса, создания психолого-педагогических условий развития двигательной сферы и здоровья детей на основе их творческой активности;

- формирование осознанного отношения к здоровью и жизни;

- повышение активности родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, проводимых в ДОУ;

- положительная мотивация к здоровому образу жизни в семье: устойчивое желание отказаться от вредных привычек;

-активный отдых вместе с детьми;

- посещение кружков, проведение закаливающих мероприятий, использование рекомендаций педагогов и врачей.

 В ходе реализации содержания образовательной области «Физическое развитие» попытались создать «свободное пространство», используя элементы здоровьесберегающей технологии доктора медицинских наук В.Ф. Базарного, в основе которой лежит комплексное воздействие на детей через повышение телесно-моторной активности, снятие утомления, использование хорового пения.

 За основу оздоровительной технологии В.Ф.Базарного принят режим меняющихся поз, в частности перевод детей из позы «сидя» в позу «стоя». Это один из немедикоментозных методов коррекции здоровья воспитанников.

 Режим «динамической смены поз» укрепляет позвоночник, повышает общую сопротивляемость организма к инфекционным заболеваниям, осуществляется профилактика близорукости, обеспечивается оптимальное функциональное состояние сердечно-сосудистой системы организма, стабилизируются процессы возбуждения и торможения в центральной нервной системе.

 Внедрить методику динамических поз, возвратиться к оптимальной для зрительного труда наклонной рабочей поверхности позволили приобретенные конторки для детей. Во время организованной образовательной деятельности и свободной деятельности дошкольники чередуют работу за столами с работой за конторкой, тем самым предотвращая усталость, близорукость. Дети, занимающиеся в режиме динамической позы, отличаются
раскрепощенностью, повышенной работоспособностью, становятся более спокойными и уравновешенными.

 Использование динамических поз в образоваетльном процессе повышает уровень физического и психического развития дошкольников, сохраняет здоровье, а также является одним из условий для построения занятий в режиме диалога и коллективного сотрудничества.

 90% всей информации об окружающем мире человек получает с помощью органов зрения. Нагрузка на глаза у современного ребенка огромная, а отдыхают они только во время сна. Для профилактики близорукости и замедления ее прогрессирования используем в своей работе гимнастику для глаз, специально разработанную схему зрительно- двигательных траекторийВ.Ф.Базарного. С помощью стрелок указаны основные траектории по которым должен двигаться взгляд ребенка в процессе выполнения физкультурных минуток: вверх-вниз, влево - вправо, по и против часовой стрелке, по восьмерке. Каждая траектория изображается разным цветом. Это делает схему яркой и привлекает внимание. Упражнения выполняются коллективно и только стоя.

 Одним из методов оздоровительной технологии В.Ф.Базарного является детское хоровое пение, основанное на народных песнях и классической музыке [6].

 Хоровое пение - наиболее доступный для большинства людей, детей в частности, вид творчества и идеальное средство оздоровления детей.

Пение как целенаправленный и организованный процесс, хорошо продуманный и педагогически, психологически, методически грамотно реализованный педагогом, оказывает разнообразное оздоравливающее воздействие на детский организм.

Пение, особенно хоровое, совместное – это верный показатель духовного здоровья нации. Поэтому именно хоровое пение в школах и детских садах, основанное на народных традициях и классической музыке, создающее вокруг детей гармонично звучащее жизненное пространство, способно преодолеть тот хаос, который сегодня захватывает души детей с самого раннего возраста и блокирует развертывание и реализацию их генетических человеческих программ. Поэтому детское хоровое пение – это природосообразная (сообразная природе народа) педагогическая технология формирования в детях гармоничного строя души как способности к восприятию и сопереживанию гармоничной целостности жизни, что является основой строительства в человеке его человеческой сути – его нравственного сознания, его Личности.

Активное вокальное музицирование с самых ранних лет – кратчайший путь становления и развития сферы личности. Хоровое пение эмоционально активизирует межличностные отношения, закладывает оптимистическое восприятие жизни. Совместное пение объединяет детей и доставляет им радость.

В.Ф. Базарный считает, что детское хоровое пение созидает ребенка, лечит не только душу, но и тело. Пение содействует развитию дыхательных мышц, является и мощным средством балансировки нервной системы и психики, профилактики заболеваний голосового аппарата и органов дыхания, помогает устранению некоторых дефектов речи: заикания, картавости, гнусавости; способствует формированию и укреплению «мышечного корсета» ребенка, а значит, представляет собой природосообразную оздоровительную технологию – необходимое условие физического и психического здоровья человека. Кроме того правильный подбор вокальных и дыхательных упражнений способствует более качественному функционированию сердечно-сосудистой системы, поскольку большая нагрузка приходится на диафрагму, межреберные мышцы, мышцы брюшного пресса, благодаря активной работе которых массируются внутренние органы.

 Подытоживая оценку внедрения оздоровительной технологии В.Ф.Базарного можно отметить, что результаты обучения показывают снижение показателей заболеваемости детей, улучшение психологического климата в детском коллективе, активное приобщение родителей воспитанников к работе по укреплению их здоровья.

Список литературы:

1. Базарный В.Ф.//Начальная школа, № 2, 1992.
2. Базарный В.Ф. Школьный стресс и демографическая катастрофа России. - Сергиев Посад, Весь Сергиев Посад, 2004, 96с.
3. Базарный В.Ф. Нервно-психическое утомление у учащихся в традиционной школьной среде. - Сергиев Посад, 1995, 42с.
4. Базарный В.Ф. Программа экспресс диагностики динамики психосенсорного, функционального и физического развития учащихся. - Сергиев Посад, 1995, 30с.
5. Базарный В.Ф. Методология и методика. - Сергиев Посад, 1995, 32с.
6. Базарный В.Ф. Повышение эффективности психомоторных функций в процессе развития и обучения детей с помощью произвольных ритмов телесных усилий. - Сергиев Посад, 1995, 40с.
7. Базарный В.Ф. Раскрепощение духовно-психических потенциалов ребенка средствами художественно-образных экологически «чистых» прописей. - Сергиев Посад, 1996, 70с.
8. Каркушина М.Ю. Зеленый огонек здоровья. Программа оздоровления дошкольников. – Москва, ТЦ Сфера, 2007, 14с.
9. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации

(Минобрнауки России) г.Москва «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»// «РГ» - Федеральный выпуск №6241 от 25 ноября 2013 г.