

Нежура Тетяна Володимирівна,

викладач фахових дисциплін дошкільної освіти
Педагогічний коледж Львівського національного
університету імені Івана Франка

Оздоровчі технології в освітньому процесі дошкільного навчального закладу

Вступ. Проблема погіршення здоров'я населення країни і особливо дітей стала національною. Сьогодні важливо нам, дорослим, формувати і підтримувати інтерес до оздоровлення, як самих себе, так і своїх дітей.

Відомо, що дошкільний вік є вирішальним у формуванні фундаменту фізичного і психічного здоров'я. Адже саме, до 6 років людина проходить величезний шлях розвитку. Саме в цей період йде інтенсивний розвиток органів і становлення функціональних систем організму, закладаються основні риси особистості, формується характер, ставлення до себе і оточуючих. Дуже важливо саме на цьому етапі сформувати у дітей базу знань і практичних навичок здорового способу життя, усвідомлену потребу в систематичних заняттях фізичною культурою і спортом.

Сучасні діти потребують індивідуального підходу у фізичному вихованні й оздоровчо-профілактичній роботі. Змінити цю ситуацію мають дорослі - батьки, медики, педагоги. Особливу роль відіграють дошкільні заклади, адже саме в них діти проводять більшу частину свого часу. Отже, стає очевидним, що важливою складовою іміджу сучасної дошкільної установи є турбота про збереження й зміцнення здоров'я вихованців, створення умов для їхнього повноцінного фізичного й психологічного розвитку[5].

Турбота про здоров'я дітей як важлива складова іміджу сучасного дошкільного закладу. Сучасні батьки мають право обирати той освітній заклад, який максимально задовольнить їхні запити щодо розвитку й

виховання власної дитини. Якщо ж батьки знають про проблеми зі здоров'ям дитини, то вони цілеспрямовано обиратимуть заклад, який якнайкраще забезпечить збереження й зміцнення здоров'я дитини, використовує інноваційні технології, зорієнтовані на індивідуальні можливості й потреби вихованця. Так, стає зрозумілою необхідність створення такого образу дошкільного навчального закладу, який би чітко й зрозуміло презентував батькам вихованців високий і якісний рівень здійснення оздоровчої діяльності й фізичного виховання дітей у цілому[4].

Фізично здорова дитина — це здорова психіка, здорова духовність і достатній обсяг набутих із досвідом знань. Оздоровче спрямування освітнього процесу та лікувально-профілактичні заходи — це зміст роботи та створення іміджу ДНЗ.

Імідж дошкільного закладу - це стихійно й цілеспрямовано сконструйований образ освітнього закладу, який покликаний завоювати суспільне визнання, довіру й симпатії батьків вихованців[2,С.72].

На створення позитивного середовищного іміджу дошкільного закладу впливає оформлення й наповнення кабінетів завідувача й методичного, оформлення фойє, групових кімнат, різноманітне фізкультурне обладнання для оснащення фізкультурних, фізкультурно-музичних, тренажерних залів, басейнів, фізкультурних і групових майданчиків та ділянки, спортивний інвентар є вагомою складовою загального предметного середовища і водночас іміджу дошкільного закладу. У групових кімнатах доцільно мати відповідним чином обладнані куточки усамітнення, релаксації, достатню кількість моторних іграшок тощо. Ефективним у ДНЗ є створення фіто-бару, який залюбки відвідують діти будь-якої пори року. У затишному фіто-барі дітям пропонують різні збори з трав і кисневі коктейлі, фіто-чаї згідно з річним планом оздоровлення.

Імідж колективу дошкільного закладу , який складається з іміджу кожного працівника й вихователя в першу чергу.

Імідж вихователя розкривається у двох планах: 1) з погляду вимог до вихователя з боку суспільства - яким має бути педагог як просвітитель і носій соціального досвіду; 2) з позицій самого вихователя - яким він прагне презентувати себе дітям, їхнім батькам, колегам, що він хоче заявити про себе суспільству[2,С.75].

Імідж закладу та його колективу ніколи не залишається сталим. Щоб відповідати новим вимогам часу, він має постійно змінюватися, уточнюватися, з урахуванням динамічних економічних, технічних, соціальних та демографічних процесів. Імідж через рекламу повинен систематично трансливатися громадськості й потенційним батькам вихованців. При цьому реклама іміджу дошкільного закладу має бути зрозумілою, чесною, переконливою. Саме такий підхід до реклами та впровадження інноваційних технологій робить імідж ДНЗ соціально орієнтованим[2,С.84].

Впровадження здоров'язберезувальних технологій у роботу дошкільного навчального закладу. Для сучасного етапу розвитку освіти в Україні, зокрема дошкільної, характерна широка наявність у ньому інноваційних процесів.

Серед інноваційних оздоровчих технологій для дітей дошкільного віку в ДНЗ слід виокремити: фітболгімнастику, один із видів арт - терапії кольоротерапію, бебі-йога, психомасажі, рефлексотерапія, фітнес, мудри, гідроаеробіку[1].

Для зміцнення фізичного здоров'я дітей і формування в них упевненої красивої постави, створення позитивних емоцій і оптимістичного світовідчуття, як нетрадиційні методи оздоровлення, використовують також елементи хатха-йоги, ремксагії, масажу і самомасажу. Ці методики мають ряд переваг серед інших видів фізичної активності: вони не вимагають великих приміщень і дорогого обладнання для занять, можуть проводитися з дітьми як молодшого, так і старшого віку.

Сьогодні фітнес широко використовують у дошкільних навчальних закладах як комплексну здоров'язберезувальну технологію[3].

Основними фітнес-програмами, за якими займаються з дошкільниками є: аеробіка, степ-аеробіка, хореографія, фітболаеробіка.

Рефлексотерапія - масаж активних точок, розташованих на пальцях рук, вушних раковинах, на стопах ніг, на обличчі.

Психомасажі - це пластичний масаж зі спілкуванням який має важливе значення: психомасажі формують тілесну самосвідомість і довір'я до людей, дають можливість співвіднести слово з тактильним відчуттям.

За останні роки популярності набуло застосування в практиці роботи ДНЗ оздоровчих технологій, що використовуються з профілактично-лікувальною метою, серед них можна виділити наступні: фітотерапія (чаї, коктейлі, фітомішечки); ароматерапія (ароматизація приміщення); вітамінотерапія (вітамінізація страв) [1].

Як показала практика, досить ефективним є впровадження у процеси життєдіяльності дитини оздоровчих технологій терапевтичного спрямування. до яких відносяться: арттерапія, піскова терапія, казкотерапія, ігрова терапія, сміхотерапія, музична терапія, кольоротерапія тощо[3].

Бєбі-йога - це розвиваюча програма із застосуванням комплексу елементів, таких як дотики, рухи, ритм і глибока релаксація.

Мудри. Це пальчикові вправи, розроблені японськими вченими. Результати використання таких вправ переконують в тому, що вони сприяють мовленнєвому розвитку, зміцнюють здоров'я та наповнюють гармонійністю життєдіяльність малюків [1].

Висновки. Завдання забезпечення здорового дитинства актуальна і вимагає впровадження в практику дошкільної установи інноваційних технологій здоров'я, які дозволять отримати більш повну інформацію про дітей і підібрати ефективні способи компенсації здоров'я.

В дошкільному віці слід закласти фундамент знань про основи здоров'я, прищепити гігієнічні навички і вміння – адже це той життєвий багаж, який ніколи не девальвується.

Список використаних джерел

1. Денисенко Н. Оздоровчі технології - в освітній процес / Неля Денисенко // Дошкільне виховання. - 2009. - № 11. - С. 7-8.
2. Загородня Л. П. Фізичне виховання дітей дошкільного віку: навчальний посібник / Л. П.Загородня, С. А Тітаренко, Г. П. Барсуковська; за заг. ред. Л.П.Загородньої. - Суми : Університетська книга, 2011. - 272с.
3. Олійник Н.В. Упровадження інноваційних технологій у фізкультурно-оздоровчу роботу ДНЗ/ Н.В.Олійник// Дошкільне виховання.-2011.-№2.- С.8-20.
4. Погрібняк Н. Створення іміджу сучасного дошкільного закладу / Ніна Погрібняк // Дошкільне виховання. - 2004. - № 11. - С. 10—11.
5. Терентьева Н. Фізичне виховання: інноваційний підхід / Наталія Терентьева // Дошкільне виховання. - 2007. - № 7. - С. 6-7.