

ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ В ПРОЦЕССЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ДОШКОЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ И СЕМЬИ

М. Н. Дедулевич

(МГУ имени А. А. Кулешова, Могилев, Беларусь)

Аннотация. В статье рассматривается проблема взаимодействия учреждений дошкольного образования с семьями воспитанников по вопросам формирования у детей навыков здорового образа жизни. Анализируются полученные в процессе анкетирования представления родителей и педагогов о здоровом образе жизни и о роли взрослых в формировании навыков ЗОЖ у детей.

Ключевые слова: семьи воспитанников, учреждения дошкольного образования, навыки здорового образа жизни, взаимодействие.

Понятие взаимодействие дошкольного учреждения с семьями воспитанников мы рассматриваем как взаимообогащение информацией, способами деятельности, триединство субъектов воспитания «педагоги-дети-родители». При этом семья выступает в качестве основного института воспитания, учреждение образования — основной источник информации о средствах здоровья ребенка [1].

При изучении состояния взаимодействия дошкольных учреждений с семьями были выделены следующие направления:

- как в семьях понимается и принимается проблема здорового образа жизни (ЗОЖ);

- как педагоги дошкольных учреждений понимают и оценивают свои обязанности по укреплению здоровья детей через организацию ЗОЖ;

- какое содержание вкладывается в понятие «взаимодействие» в вопросах организации ЗОЖ в дошкольном учреждении и семье.

Об отношении к ЗОЖ в семьях воспитанников мы попытались узнать с помощью анкетирования родителей. Были предложены такие вопросы: считают ли родители ЗОЖ главным фактором здоровья, насколько рационально питание детей в семье, уделяется ли в семье достаточно внимания двигательной активности детей, отношение родителей к курению, наличие физкультурных уголков и спортивного инвентаря в семье. Особо поставлен вопрос, в котором необходимо было оценить уровень ЗОЖ детей в учреждениях дошкольного образования.

Анализ анкет показал, что фактически все родители признают ЗОЖ главным фактором здоровья, 98% понимают вред курения, но при этом 56% респондентов курят. Около 70% семей не имеют физкультурных уголков для детей, а 58% – спортивного инвентаря.

Считают питание в семье рациональным 46% респондентов, не рациональным 44%; не смогли (или не захотели) ответить на вопросы о питании 10% респондентов. Важность двигательной активности для детей признают 61% опрошенных, заботятся о психологическом комфорте ребенка – 21%. Даже такая минимальная информация дает возможность определить основные направления взаимодействия с семьей по вопросам организации ЗОЖ.

Изучение вопросов здоровьесбережения в учреждениях дошкольного образования проводилось методами самооценки и анкетирования. В исследовании приняли участие педагоги г. Могилева. Они оценили свою деятельность в вопросах обеспечения ЗОЖ по количеству набранных условных баллов за ответы на предложенные вопросы.

Результаты показали, что педагоги оценивают свою компетентность в области организации ЗОЖ детей в дошкольном учреждении достаточно высоко. Так, к низкому уровню компетентности отнесли себя 2 педагога из 69 человек (3%), среднему – 23 человека (33,3%), к высокому – 44 человека 63,7%.

Однако изучение состояния отдельных компонентов ЗОЖ показало менее радужную картину. Педагоги предлагают решать проблемы здоровья детей нетрадиционными методами. Например, используется аутотренинг для быстрого засыпания детей и снятия стрессов, специальные упражнения на расслабление для восстановления пульса детей после физических нагрузок на физкультурных занятиях. Применяются различные методики лечебной дыхательной гимнастики (Стрельниковой, Бутейко, Йога и др.). Включаются элементы из оздоровительных и развивающих систем, которые органично не вписываются в условия быта и воспитания конкретного учреждения образования.

Как отмечается во всех современных методических рекомендациях для дошкольных учреждений, проблемы здоровья можно решать более рационально с помощью средств ЗОЖ: через организацию рационального распорядка дня и оптимального двигательного режима, обеспечение эколого-гигиенических условий, психологического комфорта, закаляющих мероприятий и пр. Так, для улучшения аппетита, сна, повышения эмоционального тонуса эффективным средством может стать

содержательная двигательная деятельность, оптимальные физические нагрузки, правильно организованный распорядок дня.

К сожалению, в современном взаимодействии дошкольных учреждений с семьями воспитанников характерными являются взаимные упреки: родители обвиняют в нездоровье детей дошкольные учреждения, педагоги – родителей.

Отметим, что в целом в учреждениях дошкольного образования система ЗОЖ достаточно хорошо отработана. Однако она не транслируется для семей в должной мере как эталон, которому хочется следовать.

Так, на вопрос: «Как Вы оцениваете уровень ЗОЖ в дошкольном учреждении?» были получены следующие ответы родителей: «Высокий уровень» – 33%, «Низкий уровень» – 10%; «Не могу сказать» – 57%. В данном случае мы видим пример явно недостаточной (или плохой) трансляции работы учреждений дошкольного образования.

Рассматривая вопросы здоровья детей нельзя обойти проблему здоровья педагога. Доля непосредственного контакта с детьми занимает у воспитателя до 80% рабочего времени, требуя здоровья, выдержки, эмоциональной устойчивости, терпения и физического напряжения. Актуальной, социально значимой остается проблема зависимости: здоровье педагога – эффективность его профессиональной деятельности – психофизическое здоровье детей – положительный пример для семей воспитанников.

Необходимо, чтобы у самих педагогов сложилось правильное, ценностное отношение к своему здоровью. Специальные исследования, и жизненная практика доказывают, что огромные резервные силы организма дают человеку возможность управлять своим здоровьем через осознанное здоровьесозидающее поведение, включающее физическую активность, культуру питания, широкое приобщение к природе, умение правильно организовать свой режим труда и отдыха, создать и поддерживать вокруг себя благоприятный микроклимат, освобождение от вредных привычек, если они успели образоваться. Важна психологическая настроенность на здоровьесбережение в процессе профессиональной деятельности, поиск разумных средств не только сохранения, но и оптимизации здоровья при выполнении служебных обязанностей. В этом контексте здоровье педагога может рассматриваться как особый инструмент воздействия на качественные изменения показателей здоровья детей.

Полученные в ходе исследования материалы дают основание сделать следующие выводы:

- семья и дошкольное учреждение – это те социальные институты, которые в единстве должны и могут внести самый большой вклад в решение проблемы здоровьесозидания населения страны через нормы ЗОЖ;

- в учреждениях дошкольного образования сложилась научно обоснованная система ЗОЖ, однако трансляция ее недостаточна, в работе с семьей в этом направлении нет четкой системы;

- основные направления взаимодействия должны органично вписываться в систему оздоровительной работы в дошкольных учреждениях;

- при организации взаимодействия с семьями воспитанников необходимо повышать компетентность родителей в вопросах ЗОЖ, обратив особое внимание на рациональный распорядок дня ребенка, оптимизацию его двигательной активности, создание физкультурно-игровой среды, дающее возможность ребенку систематически заниматься физическими упражнениями [2,3].

Список литературы

1. Шишкина, В. А. В детский сад – за здоровьем: пособие для педагогов, обеспечивающих получение дошк. образования / В. А. Шишкина. – Минск: Зорны верасень, 2006. – 184 с.
2. Шишкина, В. А. Физическое здоровье ребенка дошкольного возраста: как обрести его в семье: пособие / В. А. Шишкина. – Минск: БГАТУ, 2011. – 28 с.
3. Дедулевич, М. Н. Развитие здоровьесберегающих компетенций родителей и детей посредством совместной физкультурной деятельности / М. Н. Дедулевич // Философско-педагогические проблемы непрерывного образования : сборник научных статей / под ред. Е. И. Снопковой. – Могилев : МГУ имени А. А. Кулешова, 2022. – С. 128–131.