

ФОРМИРОВАНИЕ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВЬЮ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ ИНТЕГРАЦИИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ И ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

А. Н. Гайсёнок

(БарГУ, Барановичи, Беларусь)

В статье исследуется проблема формирования ценностного отношения к здоровью у детей дошкольного возраста в условиях учреждения дошкольного образования. Обосновывается необходимость интеграции двигательной и познавательной деятельности, как ведущего педагогического подхода для решения данной проблемы.

Ключевые слова: здоровье, здоровый образ жизни, интеграция, двигательная деятельность, физическое воспитание.

Современная система образования нашего государства, ориентируясь на цель устойчивого развития, определяет укрепление здоровья подрастающего поколения в качестве одной из приоритетных задач. Основной целью является разностороннее развитие личности воспитанника раннего и дошкольного возраста в соответствии с его возрастными и индивидуальными возможностями, способностями и потребностями, формирование у него нравственных норм, компетенций, необходимых для приобретения социального опыта, подготовки к продолжению образования [1].

Направление «Физическое развитие» включает содержание, которое обеспечивает гармоничное физическое развитие детей и предусматривает формирование культуры здоровья (первичных ценностных представлений о здоровье, здоровом образе жизни человека), физической культуры ребенка (формирование двигательных умений и навыков, развитие физических и личностных качеств, воспитание потребности в физическом совершенствовании) [1].

Именно в дошкольном возрасте закладывается фундамент не только физического, но и психологического благополучия, формируются базовые привычки и установки (умения и навыки). Анализ практики работы в учреждении дошкольного образования показывает, что физическое воспитание зачастую сводится к развитию двигательных умений и навыков, выполнению нормативов и проведению оздоровительных процедур. При этом формирование осознанного, ценностного отношения к здоровью как к важнейшей жизненной потребности остается на периферии педагогического процесса [2]. Воспитанники знают, что «быть здоровым – хорошо», но не всегда понимают, почему это важно, и как конкретные действия (умывание, зарядка, правильное питание и др.) связаны с состоянием их организма. Поэтому для преодоления этого разрыва между знанием и действием требует новых педагогических подходов.

Целью данной статьи является теоретическое обоснование и методическая разработка подхода к формированию ценностного отношения к здоровью у дошкольников на основе интеграции двигательной и познавательной деятельности.

Рассмотрим сущность и компоненты ценностного отношения к здоровью у детей дошкольного возраста. Ценностное отношение к здоровью – это сложное личностное образование, включающее три взаимосвязанных компонента [5]:

1. Когнитивный компонент: система знаний и представлений о здоровье как ценности, о строении тела, основах гигиены, питании, правилах безопасного поведения, а также о взаимосвязи между физической активностью и самочувствием.

2. Эмоционально-мотивационный компонент: переживание удовольствия от движений, чувства радости и удовлетворения от выполнения оздоровительных процедур, осознанное желание заниматься физкультурой, следить за чистотой, чтобы быть сильным, ловким и не болеть.

3. Поведенческий (деятельностный) компонент: готовность и умение самостоятельно выполнять доступные возрасту действия, направленные на сохранение и укрепление здоровья (регулярно делать зарядку, мыть руки перед едой, выбирать полезные продукты и т. д.).

Интегративный подход, объединяющий движение и познание, позволяет одновременно воздействовать на все три компонента, что делает его максимально эффективным.

Рассматривая методические аспекты интеграции двигательной и познавательной деятельности, можно сказать, что интеграция предполагает не простое соседство, а смысловое объединение двух видов деятельности в едином образовательном пространстве. Двигательная активность становится не целью, а средством познания, а познавательная задача решается через движение, делая процесс увлекательным и лично значимым для ребенка [4].

Выделим ключевые формы и методы реализации данного подхода:

1. Интегрированные физкультурно-познавательные занятия. Такие занятия строятся вокруг единой темы, которая раскрывается через двигательные и интеллектуальные задания. Например: Тема «Строение человека», включает в себя блоки:

- Познавательный блок: беседа «Для чего нам руки и ноги?», рассмотрение плаката со строением тела, дидактическая игра «Угадай часть тела».

- Двигательный блок: комплекс ОРУ (общеразвивающих упраж-

нений) «Умные ручки» (сжимание – разжимание пальцев, круговые движения кистями), полоса препятствий «Проворные ножки», подвижная игра «Доктор Айболит», где дети не только бегают, но и «лечат» (наклеивают пластырь на нарисованную на картоне руку или ногу), закрепляя знания о частях тела.

2. Проектная деятельность. Долгосрочные проекты позволяют глубоко погрузить воспитанников в тему здоровья, сочетая исследование, творчество и движение. Например: Проект «Овощи и фрукты – полезные продукты».

- Исследовательский этап: беседы о витаминах, дидактическая игра «Вершки и корешки», опыт «Где больше витамина С?».

- Двигательный этап: Утренняя гимнастика «Сбор урожая», подвижная игра «Огуречик, огуречик...», сюжетно-ролевая игра «Овощной магазин» с элементами ходьбы, наклонов, переноски предметов.

- Итоговый этап: Совместное с родителями приготовление и дегустация фруктового салата, что способствует формированию положительных эмоций и закрепляет здоровую поведенческую модель.

3. Проблемно-игровые и моделирующие ситуации. Этот метод направлен на активацию эмоционально-мотивационной и поведенческой сфер. Например: Ситуация «Мишка простудился». Педагог создает проблему «Мишка любил есть снег и не носил шапку, и теперь у него болит горло». Дети вместе с педагогом обсуждают, почему так произошло (когнитивный компонент). Затем они «помогают» Мишке: выполняют дыхательную гимнастику («помогаем дышать»), делают веселую зарядку, чтобы «согреться» (эмоционально-мотивационный компонент), и учат его правилам: мыть руки после прогулки и правильно одеваться (поведенческий компонент).

4. Использование здоровьесберегающих технологий с познавательным элементом. Технологии наполняются смыслом, понятным ребенку.

- Кинезиологические упражнения («Колечко», «Кулак-ребро-ладонь») преподносятся не как механические действия, а как «гимнастика для ума», которая помогает стать внимательнее и сообразительнее [7].

- Двигательная гимнастика («Паровозик», «Ветерок») объясняется необходимостью «накормить кислородом» каждую клеточку тела, чтобы она хорошо работала.

Формирование ценностного отношения к здоровью у детей дошкольного возраста – это сложный, многогранный процесс, который не может быть реализован в рамках узконаправленных, изолированных занятий. Предложенный в статье интегративный подход, основанный на органичном соединении двигательной и познавательной деятельности, позволяет преодолевать формализм в воспитании здорового образа жизни.

Такой подход обеспечивает:

1. Осознанность: Воспитанники понимают зачем нужно то или иное действие, видят причинно–следственные связи.

2. Эмоциональную вовлеченность: Занятия проходят в интересной, игровой форме, вызывая положительные эмоции и устойчивую мотивацию.

3. Прочность усвоения материала: Знания, подкрепленные практическим двигательным опытом и личными переживаниями, становятся основой для реальных поведенческих стратегий.

Для успешной реализации данного подхода необходима целенаправленная подготовка педагогов учреждения дошкольного образования, способных проектировать интегрированное образовательное пространство, и пересмотр традиционных форм планирования физкультурно-оздоровительной работы.

Перспективой дальнейшего исследования может стать разработка и апробация комплексной программы по формированию культуры здоровья для воспитанников учреждений дошкольного образования, построенной на принципах интеграции.

Список литературы

1. Учебная программа дошкольного образования / М-во образования Респ. Беларусь. – Минск : НИО, 2023. – 380 с.
2. Шебеко, В. Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : учебник / В.Н. Шебеко. – Минск : Вышэйшая школа, 2021. – 278 с. : ил.
3. Шебеко, В. Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : учеб пособие / В. Н. Шебеко. – 2-е изд. – Минск : Выш. шк., 2013. – 288 с. : ил.
4. Глазырина, Л. Д. Физическая культура – дошкольникам. Старший возраст. Пособие для педагогов дошк. Учреждений. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000. – 264 с.
5. Казин, Э. М. Основы индивидуального здоровья человека: Введение в общую и прикладную валеологию: Учеб. пособие / Э. М. Казин, Н. Г. Блинова, Н. А. Литвинова. – М. : ВЛАДОС, 2000. – 192 с.
6. Сиротюк, А. Л. Коррекция развития интеллекта дошкольников / А. Л. Сиротюк // М. : – 2002. – 28 с.