

**РАЗВИТИЕ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА
ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О СОХРАНЕНИИ И УКРЕПЛЕНИИ ЗДОРОВЬЯ
НА ОСНОВЕ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ**

**DEVELOPMENT OF PRESENTATIONS ABOUT PRESERVATION
AND STRENGTHENING OF HEALTH IN OLDER PRESCHOOL CHILDREN
BASED ON VALEOLOGICAL KNOWLEDGE**

Л. Д. Глазырина¹, Т. А. Осокина²
L. Glazyrina¹, T. Osokina²

¹БГПУ им.М.Танка, г.Минск, Республика Беларусь

²Минский педагогический колледж, г.Минск, Республика Беларусь
tanya.osokina.95@bk.ru

¹BSPU M. Tanka, Minsk, Republic of Belarus

²Minsk Pedagogical College, Minsk, Republic of Belarus

В статье проанализировано понятие «здоровье ребенка», рассматриваются компоненты здоровья, задачи и образовательная работа по развитию у детей представлений о сохранении и укреплении здоровья на основе валеологических знаний. Представлены основы валеологического воспитания.

The article analyzes the concept of “child’s health”, examines the components of health, tasks and educational work to develop children’s ideas about maintaining and strengthening health on the basis of valueological knowledge. The basics of valeological education are presented.

Ключевые слова: здоровье, здоровый образ жизни, развитие представлений о сохранении и укреплении здоровья, валеологическая культура, валеологическое воспитание.

Key words: health, a healthy lifestyle, the development of ideas about the preservation and strengthening of health, valeological culture, valeological education.

<https://doi.org/10.46646/SAKH-2020-1-143-146>

Настоящее время характеризуется достаточно быстрыми изменениями природной и социальной среды, а также ведет к физическим, психическим, культурным, нравственным и другим переменам каждого человека. Поэтому самой актуальной проблемой на сегодняшний день является развитие у детей представлений о сохранении и укреплении здоровья.

Здоровье—это полное физическое, духовное, умственное и социальное благополучие. Гармоническое развитие физических и духовных сил, принцип единства организма, саморегуляции и уравновешенного взаимодействия всех органов. [2, с.10]

Согласно определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствия болезней и физических дефектов. Однозначного и всеобъемлющего определения понятия «здоровья» нет.

Наука свидетельствует, что формирование здоровья детей, полноценное развитие их организма - одна из основных проблем в современном обществе. Вопросами здоровья детей занимаются многие ученые в различных областях знаний: Н.А. Берштейн, А.А. Ухтомский (физиология), В.Т. Кудрявцев, А.В. Запорожец (психология), Э.В. Ильенков (философия), Ю.Ф. Змановский (педиатрия, педагогика), Г.Л. Билич,

Л.В. Назаров (валеология) и др. Анализ научно-исследовательской литературы позволяет выявить интерес к проблеме развития представлений о сохранении и укреплении здоровья дошкольников, что находит свое отражение в трудах многочисленных исследований А.А. Антонова, В.Г. Бакашвили, Э.С. Вильчковского, Т.В. Волосниковой, А.М. Воропаева, О.М. Гребенниковой, Т.А. Тарасовой, С.О. Филипповой, Ю.К. Чернышенко и др. При этом, необходимо отметить, что очень подробно и основательно разработаны теоретические и практические аспекты по данной проблеме в основном для детей старшего дошкольного возраста.

В последние годы формируется новое научное направление «психология здоровья»—наука о психических причинах здоровья, о методах и средствах его сохранения, укрепления (В. А. Ананьев, А. В. Басов, В. В. Ветрова, Н. Е. Водопьянова, И. Н. Гурвич, Ю. И. Мельник, Г. С. Никифоров, В. А. Урываев). Отношение к здоровью является одним из центральных, но пока еще слабо разработанных вопросов психологии здоровья.

В психологии придерживаются мнения о том, что здоровье есть не отсутствие болезни, а скорее ее отражение, в смысле преодоления: здоровье— не только состояние организма, но и стратегия жизни человека [3, С.6].

Анализируя определения здоровья, предложенные разными авторами, можно выделить общие положения: здоровье—это состояние оптимальной жизнедеятельности организма, позволяющее адаптироваться к условиям

окружающей среды; здоровье обеспечивается процессами сохранения и развития различных функций человека как индивида, личности, индивидуальности; здоровье является условием полноценной жизни человека, удовлетворения его материальных и духовных потребностей, участия в труде и социальной жизни.

Разные подходы к пониманию здоровья человека объединены валеологической парадигмой, в которой здоровье рассматривается как междисциплинарная категория, подчеркивающая целостность существования человека (Г. К. Зайцев, В. В. Колбанов, В. Т. Лободин, В. Н. Максимова, Н. М. Полетаева и др.).

Валеология (наука о здоровье) - это отрасль знания, возникшая на стыке таких наук, как биология, гигиена и экология. Это наука о формировании, развитии и сохранении здоровья человека, учение о здоровье и здоровом образе жизни. [1, с.13]

Рассматривая в статье проблему развития у детей старшего дошкольного возраста представлений о сохранении и укреплении здоровья на основе валеологических знаний, нельзя ни сказать о таком понятии, как валеологическая культура дошкольника, которая определяется как осознанное отношение ребёнка к здоровью и жизни человека. По сути, это валеологическая компетентность ребенка как готовность самостоятельно и эффективно решать задачи, связанные с поддержанием, укреплением и сохранением здоровья.

Формированию валеологических знаний у детей в дошкольных учреждениях Республики Беларусь, уделяется большое внимание. Необходимо развивать у детей представления о сохранении и укреплении здоровья с «молodu» и понимать, что здоровье не подарок, который ребенок получает на всю жизнь, а результат его сознательного поведения. А чтобы сохранить здоровье, нужно овладеть искусством его укрепления.

У детей старшего дошкольного возраста есть все предпосылки для овладения правилами здорового поведения, которые подчёркиваются в Учебной программе дошкольного образования (2019 г.):

- активно развиваются психические процессы, растёт самооценка, чувство ответственности;
- заметны положительные изменения в физическом и функциональном развитии; дети умеют сохранять и демонстрировать правильную осанку;
- дети способны самостоятельно выполнять бытовые поручения, владеют навыками само-обслуживания, прилагают волевые усилия для достижения поставленной цели в игре, в проявлении физической активности.

Развивать у дошкольников представления о сохранении и укреплении своего здоровья на основе валеологических знаний – задача не из легких. Нужна ежедневная работа, проводимая согласно четкой системе в различных формах обучения и воспитания. Развивать представления о сохранении и укреплении здоровья надо учить так же, как обучать счету, письму чтению. Не нужно забывать, что старший дошкольный возраст – самый благоприятный для выработки правильных привычек. Именно до семи лет ребенок проходит огромный путь развития, не повторяемый на протяжении последующей жизни. Этот возраст является наиболее оптимальным для развития представлений о сохранении и укреплении здоровья на основе валеологических знаний. Важно на этом этапе сформировать у детей основу валеологических знаний и практических навыков здорового образа жизни.

Пути решения этой проблемы следующие:

- Начинать с себя (педагога), совершенствоваться: перестраивать мышления на здоровый образ жизни; пополнять собственный багаж основами валеологических знаний; овладевать оздоровительными системами и технологиями в области валеологических знаний; приобретать и закреплять практические навыки здорового образа жизни (зарядка, закаливание, регулярные пешие прогулки и т.д.).
- Второй аспект – работа с родителями: проведение мероприятий по вопросам валеологического воспитания, практических семинаров, соревнований, дней открытых дверей и т.д. Только совместная деятельность педагогов, родителей и детей может дать значимый результат.
- Дошкольники все еще не понимают самооценности здоровья, имеют низкий уровень валеологических знаний о закономерностях сохранения и укрепления здоровья, у них слабо развита волевая сфера и др. Необходимо создать своеобразный «детский сад радости», развивать представления о сохранении и укреплении здоровья, где каждый член коллектива – как ребенок, так и взрослый – будет чувствовать себя комфортно.
- Развитие жизненно необходимых представлений о сохранении и укреплении здоровья может осуществляться через основы валеологических знаний.

В связи с вышесказанным, необходимо сохранять и укреплять здоровье детей старшего дошкольного возраста посредством развития представлений о своем организме и о фактах, влияющих на него. Чем раньше ребенок получит представление о строении своего тела, узнает о важности закаливания, движения, правильного сна, тем раньше он будет приобщен к ведению здорового образа жизни.

Решение данной проблемы возможно при поэтапном решении задач:

- создать условия для закаливания, предоставив ребенку возможность самому решать, как закалять организм;
- сформировать навыки ухода за телом, закрепить культурно-гигиенические навыки;
- убедить в том, что, если беречь свое тело, правильно питаться, заниматься физкультурой, результатом будет красота, ум, сила, выносливость;
- выявить интересы, склонности, способности детей к физической культуре, поддерживать и развивать их через систему физкультурно-оздоровительной работы;
- дать детям основные представления о строении и функциях тела;
- научить ребенка обращаться с предметами, веществами, которые могут стать опасными при неправильном использовании; познакомить детей с возможными травмирующими ситуациями;

- научить некоторым приемам первой медицинской помощи в случае травмы (ушиб, порез, ссадина);
- дать представления о правилах ухода за больными;
- развивать у детей эмоциональное отношение к природе, желание охранять окружающую среду как важный фактор, влияющий на здоровье.

Содержание образовательной работы по развитию у старших дошкольников представлений о сохранении и укреплении здоровья на основе валеологических знаний может быть равномерно распределено в структуре режимных моментов, осуществляется ежедневно (в утренние промежутки времени, во время дневной прогулки, во второй половине дня), через:

- специально организованные занятия;
- организацию игр, развлечений, праздников;
- общение, художественно-речевую деятельность;
- изобразительную деятельность;
- познавательно-практическую деятельность;
- максимальное использование учебно-методических материалов, наглядности (планов, альбомов, иллюстраций, видеофильмов).

Для эффективного развития представлений о сохранении и укреплении здоровья на основе валеологических знаний образовательная деятельность должна быть интегрированной, соединять разные направления: ознакомление с окружающей средой, валеологическую культуру, изобразительную и игровую деятельность. Содержание и формы работы на основе валеологических знаний должны сформировать у детей представления о сохранении и укреплении своего здоровья. При этом не только следовать принципу информативности, но и учитывать эмоционально чувственные особенности детей старшего дошкольного возраста.

Образовательная работа с детьми может осуществляться в следующих направлениях:

1. Человек и его жизнь среди людей в предметном и природном окружении.
2. Основы безопасного поведения человека.

Ознакомление детей старшего дошкольного возраста с человеческим организмом и его жизнью среди других людей в предметном и природном окружении, с основами его безопасного поведения включает в себя следующие компоненты:

- Ценностный – формирование ценностного отношения к человеческой жизни, ответственность за свою жизнь, уважение к чужой жизни и здоровью;
- Развивающий – формирование у ребенка активной позиции, направленной на саморазвитие (на здоровье, счастливую жизнь);
- Практический - практическое осуществление и применение познанных [4, с.34].

Важное средство для реализации задач по формированию представлений о сохранении и укреплении здоровья – приобщение детей к природе, так как она является не только средой обитания человека, но и значимым источником его физического развития. Солнце, воздух, земля и вода прекрасно способствуют укреплению и сохранению здоровья, если уметь с благодарностью принимать эти дары, жить в гармонии с природой.

Стержнем всей работы по развитию у детей старшего дошкольного возраста представлений о сохранении и укреплении здоровья является планирование образовательной работы. Это могут быть беседы, экскурсии, обсуждение ситуаций, заучивание стихов, чтение художественной литературы, путешествия, походы, просмотр видеофильмов, проведение различных игр и др. Основная цель – дать детям не только представления о сохранении и укреплении здоровья, но и научить их думать, размышлять.

Одним из важных направлений в деятельности по сохранению и укреплению здоровья ребенка является работа педагога по поддержанию психологического здоровья или эмоционального благополучия, душевного комфорта. Забота о психологическом здоровье прежде всего предполагает внимание к внутреннему миру воспитанника, его чувствам и эмоциональному состоянию.

Особая роль в успешном решении задач по развитию представлений о сохранении и укреплении здоровья на основе валеологических знаний отводится взаимосвязанной работе дошкольного учреждения и семьи. Важно, чтобы у родителей формировался и поддерживался интерес к сохранению и укреплению здоровья на основе валеологических знаний как у самих себя, так и развитию представлений у своих детей. Знание воспитателям основ валеологического воспитания и психологических особенностей взаимодействия с семьей, наличие профессиональных умений в осуществлении режима оздоровления способствуют приобщению родителей к участию в проведении тематических занятий, физкультурно-оздоровительных мероприятий, подбору материала, совместному изготовлению пособий.

Таким образом, представленные стратегии на основе валеологических знаний призваны содействовать развитию представлений о сохранении и укреплении здоровья, развитию личности дошкольника в целом. В результате у детей старшего дошкольного возраста развиваются не только представления о сохранении и укреплении здоровья, но и понимание, что здоровье – это очень важно. Они приходят к выводу, что здоровым быть хорошо, а болеть – плохо. Развитие представлений о сохранении и укреплении здоровья детей на основе валеологических знаний позволяет снизить заболеваемость детей, добиться хороших результатов в их общем развитии, а также с малых лет формировать саногенное мышление, т.е. способность управлять своим умственным миром, совершенствовать свое нравственное сознание, выстраивать свое поведение так, чтобы не быть предрасположенным

к нездоровому образу жизни. Результат всей работы заключается в развитии у детей представлений о сохранении и укреплении здоровья на основе валеологических знаний, которые далее могут воспроизводиться в режиме дальнейшего развития.

ЛИТЕРАТУРА

1. Билич Г.Л., Назаров Л.В. Основы валеологии / Билич Г.Л., Назаров Л.В. – СПб., «Водолей», Санкт-Петербург, 1998.–560 с.
2. Зайцев, Г.К. Валеология: Культура здоровья: Книга для учителей и студентов педагогических специальностей / Г.К. Зайцев, А.Г. Зайцев.–М.: Бахрах-М, 2003.–272 с.
3. Клименов, М.Ф. Здоровье детей в образовательных учреждениях / М.Ф. Клименов.–Ростов н/Д.: Феникс, 2005.–376 с.
4. Лебедева, Н.Т. Формирование здорового стиля жизни дошкольника /Н.Т. Лебедева.–Минск: Народная асвета, 1996.–144с.
5. Озеров, В.П. Основы здоровой жизнедеятельности. Активизация психофизической работоспособности человека: Учебное пособие / В.П. Озеров.– М.: Илекса, 2006.–472 с.

ОБ ЭФФЕКТИВНОСТИ ИНТЕГРИРОВАННОГО ПОДХОДА ДЛЯ РАЗВИТИЯ КОММУНИКАТИВНЫХ НАВЫКОВ И ФОРМИРОВАНИЯ УМЕНИЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ОРИЕНТИРОВАННОГО ИНОЯЗЫЧНОГО ОБЩЕНИЯ

THE EFFECTIVENESS OF AN INTEGRATED APPROACH FOR THE DEVELOPMENT OF COMMUNICATION SKILLS AND THE FORMATION OF PROFESSIONALLY ORIENTED FOREIGN LANGUAGE COMMUNICATION SKILLS

Н. А. Грицай, Н. Н. Довгулевич
N. Gritsai, N. Dovgulevich

*Белорусский государственный университет, МГЭИ им. А. Д. Сахарова БГУ,
г. Минск, Республика Беларусь
kfl@iseu.by*

Belarusian State University, ISEI BSU, Minsk, Republic of Belarus

Доклад рассматривает особенности интегрированного подхода в обучении студентов неязыковых вузов как эффективного методического инструмента для развития коммуникативных навыков и формирования умений профессионально-ориентированного иноязычного общения на примере апробации данного подхода в МГЭИ им. А. Д. Сахарова БГУ.

The report considers the features of an integrated approach in teaching students of non-linguistic universities as an effective methodological tool for the development of communicative skills and the formation of professionally oriented foreign language communication skills on the example of approbation of this approach at the International Sakharov Environmental Institute of Belarusian State University.

Ключевые слова: профессионально-ориентированное иноязычное общение, интегрированный подход, CLIL, аудиовизуализация, графические организаторы.

Key words: professionally oriented foreign language communication, an integrated approach, CLIL audiovisualization, graphic organizers.

<https://doi.org/10.46646/SAKH-2020-1-146-149>

Широкие масштабы межнациональных контактов, в том числе, профессиональных, ставят задачу подготовки специалистов, владеющих умениями профессионального иноязычного общения на иностранном языке. Поэтому сегодня обучение иностранному языку становится одним из главных компонентов системы высшего образования любой профессиональной сферы.

Практическое владение иностранным языком для профессионального общения является одним из ведущих показателей образованности и конкурентоспособности на современном рынке труда. Владение иностранным языком стало одним из требований, предъявляемых к молодым специалистам – выпускникам вузов, стремящимся к самореализации в разных сферах профессиональной деятельности [1, с. 243]. В связи с этим значительно возросла роль дисциплины «иностраный язык» в неязыковых вузах, преподавание которой требует учета профессиональной специфики при изучении иностранного языка, его нацеленности на реализацию задач будущей