

Сніжана ВИХОР,
вихователька ЗДО №4 «Казочка»
м. Ніжина



СПЕЦИФІКА ПРОВЕДЕННЯ В ЗДО ЗАХОДІВ ОЗДОРОВЛЕННЯ ДІТЕЙ У ЛІТНІЙ ПЕРІОД

Постановка проблеми. У наш час у галузі валеології простежуються нові тенденції та проблеми, що свідчать про необхідність виходу здоров'язбереження на якісно новий рівень. Все більш очевидним стає протиріччя між тими вимогами, які пред'являє до людини епоха екологічних катастроф і реальним станом здоров'я молодого покоління. Безперечно, ситуація, в якій опинилося людство з початком всесвітньо пандемії Ковід-19 вказало на неготовність людей до боротьби із раніше невідомими захворюваннями. Для переважної більшості людей визначилося важливим оцінювання стану власного здоров'я, можливостей його підтримки через відповідні засоби оздоровлення. До переліку останніх можна віднести: раціональне харчування, вітамінізацію страв за сезонами, оздоровчі сили природи, рухову активність, дотримання режиму дня тощо.

Усе зазначене стосується проведення відповідних заходів підтримки та зміцнення здоров'я дітей дошкільного віку в закладі дошкільної освіти в період літнього перебування у ньому дітей. Цей період ще має назву періоду літнього оздоровлення. Традиційно в цей час заняття з дітьми не проводяться, а увага працівників ЗДО зосереджена на тому, щоб діти максимально ефективно фізично й психологічно оздоровилися, загартувалися, набралися сил, зміцнили здоров'я.

Саме тому на порядку денному постає питання необхідності розробки проблеми організації оздоровчої роботи в літній період. Цим і обумовлена *актуальність статті*.

Мета статті: розкрити методичні засади організації оздоровчої роботи з дошкільниками у літній період у закладі дошкільної освіти.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. У контексті валеологічного виховання дітей проблема, що досліджується, розглядалася в працях Г. Беленької, О. Богиніч, Е. Вільчовського, Л. Волкова, О. Гаврило, Н. Денисенко, О. Дубогай, М. Єфіменка, Л. Лохвицької, М. Машовець, С. Петренко, О. Потужній, Л. Сварковської, С. Юрочкіної, Ю. Шевченко та ін. вчених. Підготовка майбутніх педагогів до проведення валеологічної роботи та оздоровлення дітей досліджувалася О. Іванашко, Т. Книш, В. Нестеренко та іншими вченими.

Викладення основного матеріалу. Період літнього оздоровлення дітей є особливо важливим з огляду на проведення комплексу безпосередньо оздоровчих заходів та здійснення роботи щодо формування в дошкільників засад здорового способу життя.

У дисертаційному дослідженні М. Наказного аналізується діяльність дитячого закладу оздоровлення та відпочинку. Дослідник зазначає, що організація оздоровчої роботи базується, перш за все, на існуючих інструктивно-нормативних документах [2, с. 32].

Нині, у зв'язку із важкою суспільною ситуацією, пов'язаною із військовим станом в Україні, це питання скеровується низкою інших документів, зокрема – прийнятим у 2023 році документом Міністерства освіти і науки України «Про методичні рекомендації щодо організації літнього відпочинку дітей у 2023 році». У цьому документі акцентується на

необхідності дотримання в усіх закладах, які забезпечують організацію літнього відпочинку дітей (це також стосується і діяльності закладів дошкільної освіти за умови проведення оздоровчого періоду) умов безпеки перебування дітей [4].

Оздоровча робота закладу дошкільної освіти повинна здійснюватися відповідно до принципів педагогіки здоров'я (В. Оржеховська, Г. Беленька, В. Казначеев). Її проведення має сприяти розвитку в дітей творчої уяви; формуванню під час дій осмисленої моторики; створенню та закріпленню цілісного позитивного психосоматичного стану при виконанні різних видів діяльності; формування в дошкільників здатності до сприяння та співпереживання в межах емоційно-психологічного розвитку.

Оздоровча робота з дітьми включає максимальне перебування дітей на свіжому повітрі, створення умов для підвищення рухової активності. Разом з цим, педагогами закладу дошкільної освіти проводяться ритмічна гімнастика на повітрі, аеробіка, загартовування протягом дня (сонячні ванни, ігри з водою, ходіння босоніж по траві), оздоровча ходьба. Доцільно проводити спеціальні заняття для профілактики сколіозу, плоскостопості, формування правильної постави, вітамінізація страв, масаж, фітотерапія, дихальну та звукову гімнастику, релаксаційні техніки, елементи точкового масажу, пальчикові вправи, музичні та фізкультурні розваги, заняття[3].

У процесі роботи вихователями та методичним працівником закладу дошкільної освіти на кожну дитину складається паспорт здоров'я, який містить антропометричні показники дитини, рівень її фізичної підготовленості, характеристику здоров'я дітей, психологічні особливості дітей, відомості про стан постави та показання ортопедії. Для дітей, які часто хворіли у холодну пору року, у період літнього оздоровлення проводяться інгаляції з мінеральною водою, лікувальна фізкультура.

Щоб підтримати інтерес дітей до здорового способу життя велика увага приділяється проведенню розважальних заходів – фізкультурних свят, розваг, іграм та конкурсам на свіжому повітрі, екскурсіям, щоб максимально використати перебування дошкільників на свіжому повітрі влітку.

У процесі оздоровлення дітей необхідно формувати у них усвідомлене ставлення до свого здоров'я, вчити їх розуміти значення та перевагу доброго самопочуття, що дозволяє їм брати участь у загальних іграх, екскурсіях, походах. Важливо також постійно стимулювати розвиток у дітей навичок особистої гігієни та здійснювати контроль за їх неухильним виконанням.

Вищезазначене відноситься до такої важливої проблеми діяльності закладу дошкільної освіти, як валеологічне виховання дошкільників, залучення їх до здорового способу життя.

Здоровий спосіб життя – це система поведінки дитини в процесі її життєдіяльності, на основі її особистого досвіду, традицій і прийнятих норм поведінки. Індивідуальна система звичок та поведінки людини в процесі її життєдіяльності, що забезпечує їй гарне здоров'я, і є здоровим способом життя. Дослідження в питанні формування основ здорового способу життя дозволяють визначити складний системний характер феноменології здоров'я, а також позначити основні напрямки та форми формування здорового способу життя в дошкільнят, які сприяють закріпленню знань та їх реалізації в поведінці дітей.

Розвиток у дошкільнят елементарних уявлень про здоровий спосіб життя спрямовано на формування поведінки, адаптованого до соціальних і природних умов довкілля, де має на меті зберегти та зміцнити здоров'я, досягти психологічного комфорту, всебічного розвитку потенційних можливостей особистості на основі розуміння взаємозв'язку стану здоров'я та способу життя.

Дослідниця Л. Чорна вказує на доцільність проведення з дітьми у період літнього оздоровлення спеціальних туристично-рекреаційних заходів. Зокрема – туристичних, походів вихідного дня, прогулянок. Також дослідниця обґрунтовує позитивні результати щодо проведення літньої оздоровчої роботи з дітьми в сегменті дитячого туризму в

Карпатському регіоні, який має потужну базу для проведення оздоровчої роботи [6, с. 229].

Науковці П. Рибалко, С. Гвоздецька, Л. Прокопова виокремлюють такі підходи щодо організації фізкультурно-оздоровчої роботи в системі освіти:

- удосконалення нормативно-правової бази галузі фізичної культури та спорту;
- збільшення в навчальних закладах усіх типів обсягу рухової активності на тиждень;
- широке залучення батьків до виховання здорової дитини;
- поступове оновлення матеріально-технічної бази закладів фізичної культури і спорту; популяризація здорового способу життя та подолання стану суспільної байдужості до здоров'я нації;
- широке впровадження соціальної реклами різних аспектів здорового способу життя в усіх засобах масової інформації та заборони всіх прямих і прихованих видів реклами алкоголю, тютюну тощо [5, с. 341].

У період літнього оздоровлення дітей активно використовуються оздоровчі технології – це технології, спрямовані на фізичний розвиток та зміцнення здоров'я дитини, розвиток фізичних якостей, рухової активності та становлення фізичної культури дошкільника. Серед них можна назвати наступні:

- загартування;
- дихальна гімнастика;
- масаж та самомасаж;
- профілактика плоскостопості;
- формування правильної постави;
- виховання звички до повсякденної фізичної активності;
- турбота про власне здоров'я [3, с. 49].

Окремі прийоми цих технологій широко використовуються вихователями у різних формах організації педагогічного процесу, режимних моментах, що проводяться з дітьми у закладі дошкільної освіти. В організації оздоровчої роботи слід враховувати позитивну динаміку ставлення дитини до свого здоров'я, а також найбільш сприятливий період дошкільного дитинства у формуванні усвідомленого ставлення дітей до свого здоров'я, фізичного стану та фізичних можливостей.

Для діагностики стану здоров'я дітей у закладі дошкільної освіти необхідно проводити психолого-педагогічний моніторинг, що включає систему взаємопов'язаних специфічних видів діяльності учасників освітнього процесу, що виконують різні функції, необхідні для оперативного відстеження результатів педагогічних впливів та середовища закладу на здоров'я, фізичний та психічний розвиток дитини.

Сформованість ставлення до здоров'я як до найбільшої цінності в житті (на доступному для розуміння дітьми рівні) є основою формування в дітей потреби у здоровому способі життя. У свою чергу, наявність цієї потреби допомагає вирішити найважливіше психологічне та соціальне завдання – формування в дитини позиції творця щодо свого здоров'я та здоров'я інших людей.

Таким чином, період літнього оздоровлення дітей є важливим з огляду на підтримку та зміцнення здоров'я вихованців закладу дошкільної освіти. Організація цього напряму роботи для установи скеровується відповідними державними інструктивно-нормативними документами. Основу роботи з дітьми складають оздоровчі заходи, фізкультурно-оздоровча робота, заходи дозвілля, рекреацій та дитячого туризму.



Список використаних джерел

1. Інструктивно-методичні рекомендації щодо організації роботи в дошкільних навчальних закладах у літній оздоровчий період. Додаток до листа Департаменту освіти і науки ОДА від 13.05.2014 р. №1484-41/2014. <https://vseosvita.ua/library/instruktivno-metodicni-rekomendacii-sodo-organizacii-roboti-v-zakladah-doskilnoi-osviti-u-litnij-ozdorovcij-period-315755.html>
2. Наказний М.О. Теорія і практика проектування діяльності дитячого закладу оздоровлення та відпочинку. Автореф. дис. ... канд. пед. наук. 13.00.07. Київ. 2011. 24 с.
3. Організація роботи закладу дошкільної освіти в літній оздоровчий період / укл. Остапенко А.С., Шинкевич О.В. Метод. посібник для вихователів ДНЗ. Харків: Вид. група «Ранок», 2014. 25 с.
4. Про методичні рекомендації щодо організації літнього відпочинку дітей у 2023 році. <https://mon.gov.ua/storage/app/media/pozashkilna/2023/06/07/Lyst.MON.vid.31.05.2023-4.1797-23.pdf>
5. Рибалко П., Гвоздецька С., Прокопова Л. Сучасні підходи до організації фізкультурно-оздоровчої роботи в закладах освіти. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2016. № 3 (57). С. 340-347.
6. Чорна Л. В. Інноваційні підходи до організації літнього дитячого оздоровлення. *Карпатський край*. 2015. № 1-2. С. 225-230.