

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/kurosovaya-rabota/352677>

Тип работы: Курсовая работа

Предмет: Педагогика

Введение 4

Глава 1. Теоретические аспекты физкультурно-оздоровительной работы в дошкольной образовательной организации 7

1.1. Понятие физкультурно-оздоровительной работы в ДОО в научной литературе 7

1.2. Анализ программ дошкольного образования по организации физкультурно-оздоровительной работы 13

Глава 2. Практические аспекты физкультурно-оздоровительной работы в дошкольной образовательной организации во второй младшей группе 20

2.1. Анализ организации физкультурно-оздоровительной работы во второй младшей группе 20

2.2. Рекомендации по организации физкультурно-оздоровительной работы во второй младшей группе ДОО 24

Заключение 29

Список использованных источников и литературы 31

Для изучения проблемы физкультурно-оздоровительной работы в дошкольной образовательной организации необходимо рассмотреть основные понятия исследования, такие как «здоровье», «здоровый образ жизни», «физкультурно-оздоровительная работа».

Здоровье, согласно Федеральному закону «Об образовании в РФ», является одной из главных ценностей и приоритетов государственной образовательной политики. Именно поэтому вопрос о сохранении здоровья обучающихся, организации образовательного процесса, направленного на формирование представлений о здоровом образе жизни является важным и актуальным [37, с. 49].

В литературе проблема здоровья и здорового образа жизни рассматривается в различных отраслях наук, которые предлагают различные подходы к пониманию сущности данных понятий. Одним из распространенных и часто используемых определений является характеристика здоровья, предложенная Всемирной организацией здравоохранения: «Здоровье – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов» [35, с. 1].

В научных исследованиях данное определение здоровья дополняется и расширяется. Например, Ю.Ф. Змановский считает, что здоровье – это не только состояние физического, социального и духовного благополучия человека, но и умение адаптироваться к окружающей среде, умение сохранять и укреплять здоровья, наличие представлений о здоровье [33, с. 12].

Б.Б. Егоров считает, что здоровье – это гармония социальных и биологических качеств человека, которые являются как врожденными, так и приобретенными в результате целенаправленного образовательного процесса. Большое значение для формирования данных качеств, по мнению автора, имеет дошкольный возраст, так как в этот период закладываются основы здоровья и представлений о здоровом образе жизни [12, с. 234].

В.А. Деркунская под здоровьем понимает процесс сохранения физиологических и психологических возможностей организма человека, которые создают возможность для оптимальной физической, умственной и социальной активности при максимальной продолжительности жизни [9, с. 7].

В структуре здоровья выделяется несколько уровней. Т.В. Климова предлагает три уровня здоровья:

- биологический уровень – это слаженная и эффективная работа различных систем организма, совершенство механизма саморегуляции, умение адаптироваться к изменяющимся условиям среды;
- социальный уровень – это возможность быть активным членом социума, обладать необходимым запасом социальной активности, деятельного отношения человека к окружающему миру;
- личностный, или психологический уровень – это внутреннее спокойствие, способность к саморегуляции эмоций и чувств, настроения, умение преодолевать негативные для здоровья психологические явления [18, с. 8].

В.Т. Кудрявцев в качестве компонентов здоровья, его составляющих выделяет:

- физическое здоровье;
- психическое здоровье;

- социальное здоровье;
- духовное здоровье [19, с. 58].

На каждый из этих компонентов влияют определенные факторы. На физическое здоровье значительное влияние оказывают физическая нагрузка, закаливание, гигиенические процедуры, особенности питания. Психическое здоровье зависит, в первую очередь, от жизненных целей и установок, отношения к миру, другим людям, к себе, к своему здоровью. Факторы, влияющие на социальное здоровье, включают профессиональный и семейный статус, социальные роли, умение адаптироваться к социокультурной ситуации.

И, наконец, духовное здоровье определяется наличием ценностных смыслов и ориентаций, соблюдением нравственных и моральных норм, творческого отношения к деятельности, гармонии с собой и окружающим миром.

Изучив различные подходы к определению понятия здоровья, можно определить его как состояние физического, психического, социального и нравственного благополучия личности. Важным является вопрос, какие факторы оказывают наибольшее влияние на здоровье человека. К ним относятся наследственность, уровень медицины, экологические условия и, конечно, образ жизни.

Генетические факторы – это особенности нервных и психических процессов, степень предрасположенности к тем или иным заболеваниям. К сожалению, повлиять на генетические факторы трудно, хотя в современной медицине есть определенные положительные сдвиги в этой области. Например, на этапе беременности проводится обследование по выявлению генетических заболеваний.

На здоровье оказывает влияние такой фактор, окружающая среда – это комплекс социальных, природных и искусственно созданных факторов (химических, физических, биологических), которые воздействуют на человека, его жизнь, здоровье и деятельность. На здоровье оказывает положительное влияние природные факторы, например, закаливание водой, солнечные ванны и другие. Негативное влияние на здоровье неблагоприятная экологическая обстановка.

Следующий фактор, влияющий на состояние здоровья, – это медицинское обеспечение. В современных условиях достижения медицины позволяют решать проблемы со здоровьем, но при этом остаются нерешенными вопросы диагностики и лечения многих заболеваний, например, онкологические, болезни сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем. Актуальной является проблема сохранения здоровья человека при лечении опасных вирусных заболеваний, например, ВИЧ, эбола, птичий и свиной грипп, коронавирус и др.

И наконец, четвертый фактор, влияющий на здоровье, – это образ жизни. Этот фактор является наиболее эффективным и играющим решающую роль в процессе сбережения своего здоровья. Согласно данным ВОЗ, здоровье на 50 % определяется образом жизни, на 25 % – условиями окружающей среды (экологические факторы), 15 % – наследственностью и генными факторами, 10 % – эффективностью деятельности системы здравоохранения и медицины [35, с. 14].

По данным Всемирной организации здравоохранения и мнений различных ученых, образ жизни оказывает самое большое влияние на здоровье. Как отмечает Ю.П. Лисицын, здоровье – это следствие и результат образа жизни [20, с. 23]. Под образом жизни понимаются действия, которые определяют поведение личности и оказывают влияние на его жизнедеятельность. Соответственно, здоровый образ жизни – это привычки, поступки и действия, которые способствуют сохранению и укреплению здоровья.

О.М. Федоровская в здоровый образ жизни включает шесть основных компонентов – режим работы и отдыха, правильное и рациональное питание, оптимальную физическую активность, закаливание, соблюдение правил личной гигиены и отказ от вредных привычек, которые разрушают здоровье [38, с. 35].

В.А. Деркунская дополняют структуру здорового образа жизни следующими характеристиками:

- положительные эмоции;
- нравственные представления;
- ценностные ориентации;
- жизненные цели [9, с. 18].

Как видно из представленных точек зрения, здоровый образ жизни включает компоненты, которые позволяют сохранить здоровье на всех уровнях – физическом, соматическом, эмоциональном, нравственном.

В структуре ЗОЖ важное место занимают представления. Данный термин пришел из психологии и означает чувственное отражение в сознании предмета или явления. С.Л. Рубинштейн считает, что представления – это наглядный образ, который возникает в процессе восприятия чего-либо, отражения и запоминания окружающей действительности [29, с. 284].

В педагогике представление также рассматривается как форма чувственного отражения явлений и предметов окружающего мира, при этом представление не сводится к знаниям, а включает в себя эмоциональное отношение к сформированному образу. Как считает Л.Г. Касьянова, представления о здоровом образе жизни занимают важное место в структуре личности [16, с. 12].

Представления о здоровом образе жизни, по мнению Р.В. Серебряковой, включает когнитивный, мотивационный, деятельностный компоненты. Когнитивный компонент – это совокупность знаний и представлений о здоровье, о способах укрепления здоровья. Мотивационный компонент – это система мотивов, которые способствуют формированию потребности в укреплении здоровья. Деятельностный компонент – это практические умения и навыки, наличие которых позволяет вести здоровый образ жизни, применять различные методики и техники сохранения и укрепления здоровья [31, с. 554].

Т.В. Климова, Ю.В. Богомолова, Е.В. Жаркова считают, что формирование здорового образа жизни – это важный элемент педагогической деятельности в условиях образовательной организации. Данная работа предполагает использование различных технологий, методик, форм и метод обучения и воспитания, в результате применения которых формируются знания и умения, стремление сохранять свое здоровье и вести соответствующий образ жизни [18, с. 8].

Работу по формированию здорового образа жизни необходимо начинать как можно раньше. На этапе дошкольного возраста данная работа играет важную роль в становлении личности ребенка, знающего и умеющего вести здоровый образ жизни в дальнейшем, на следующих этапах онтогенеза. Представления, полученные в дошкольном возрасте, сформированные навыки и полезные привычки, закрепляются и являются устойчивыми. Именно поэтому дошкольный возраст является благоприятным периодом для формирования начальных представлений о здоровом образе жизни, о компонентах здорового образа жизни, их важности в сохранении и укреплении здоровья.

Формирование у детей дошкольного возраста установок на соблюдение основных компонентов здорового образа жизни должно базироваться на двигательной активности. Весь комплекс средств физического воспитания, включающий выполнение режима дня, оздоровительно-закаливающие мероприятия, обеспечение необходимых двигательных нагрузок, рациональное питание, должен быть направлен на решение главной задачи – воспитание здорового ребенка.

Физкультурно-оздоровительная деятельность дошкольников предусматривает:

- систему физических упражнений, приносящих ребенку положительные эмоции, исключение стрессовых ситуаций и страха перед выполнением движений;
- многовариативность форм физкультурно-оздоровительной работы и активного отдыха детей, возможность индивидуального и дифференцированного подхода к подбору упражнений;
- частую смену нагрузок и отдыха в режиме дня ребенка;
- преемственность в деятельности детей разных возрастных групп ДОО;
- гибкий график проведения оздоровительных мероприятий в зависимости от состояния здоровья, утомления, климатических и погодных условий; сезонность применения физических упражнений;
- взаимосвязь задач физического воспитания с другими сторонами воспитания.

Таким образом, здоровье – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов. Здоровье зависит от ряда факторов, но больше всего от образа жизни. В структуру здорового образа жизни входят физическая активность, рациональное питание, режим дня, закаливание, личная гигиена, отказ от вредных привычек, положительные эмоции, нравственные представления и ценностное отношение к здоровью. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОО – это деятельность, связанная с занятиями физической культурой, с комплексом оздоровительных мероприятий.

1.2. Анализ программ дошкольного образования по организации физкультурно-оздоровительной работы

В настоящее время существует большое разнообразие примерных образовательных комплексных и парциальных программ, а также концепций и технологий формирования представлений о здоровом образе жизни детей дошкольного возраста. В рамках каждой программы предлагаются различные подходы к организации физкультурно-оздоровительной работы.

Программа «От рождения до школы» (под редакцией Н.Е. Вераксы). Достоинством программы является подробное описание образовательных, воспитательных и оздоровительных задач в каждой возрастной группе, наличие режима дня, перечня мероприятий по оздоровлению и охране детей. Здоровье рассматривается как одна из главных ценностей, поэтому предусмотрена работа по формированию

представлений о ЗОЖ у детей с раннего возраста. Выделены такие разделы, как воспитание культурно-гигиенических навыков, закаливание, режим дня, питание. Работа проводится в процессе режимных моментов, а также на занятиях по физическому и умственному воспитанию. Основные формы образовательной деятельности – занятия («Спорт – это сила и здоровье», «Веселые старты», «Здоровье дарит Айболит»), прогулки с подвижными играми, беседы, закаливающие процедуры. Вариативные формы: в программе «От рождения до школы» водятся новые формы, такие как «утренний сбор», «событие», «день открытых дверей», «развивающий диалог»; увеличена доля программного содержания, которая переносится на проектную деятельность, событийность, утренний сбор и другие [24, с. 89]. Программа «Радуга» (С.Г. Якобсон, Т.И. Гризик, Т.Н. Доронова) предусматривает работу по формированию у детей представлений о здоровом образе жизни и привычки по его соблюдению в своей жизнедеятельности. Авторами выделены разделы, которые направлены на формирование знаний и умений соблюдать режим дня, закаливаться, заниматься физическими упражнениями. Основное внимание уделяется оздоровительным и профилактическим мероприятиям, которые определены в разделе «Растим здорового ребенка». Выделяются такие темы образовательной деятельности, как «Сон», «Режим», «Питание», «Навыки здоровья», «Формируем культуру движений» и другие [28, с. 25].

1. Авдеева, Н.Н. Безопасность: учебно-методическое пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста / Н.Н. Авдеева, О.Л. Князева, Р.Б. Стеркина. – Санкт-Петербург: Детство-Пресс, 2010. – 136 с.
2. Безруких, М.М. Твоё здоровье: пособие для детей 7-8 лет / М.М. Безруких, Т.А. Филиппова. – Москва: Дрофа, 2020. – 31 с.
3. Брехман, И.И. Валеология – наука о здоровье / И.И. Брехман. – Москва: Физкультура и спорт, 1990. – 206 с.
4. Ввозная, В.И. Организация воспитательной и оздоровительной работы в ДОУ / В.И. Ввозная, И.Т. Коновалова. – Москва: Сфера, 2016. – 28 с.
5. Веракса, Н.Е. Проектная деятельность дошкольников: пособие для педагогов дошкольных учреждений / Н.Е. Веракса, А.Н. Веракса. – Москва: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010. – 112 с.
6. Воспитание ценностей здорового образа жизни у детей 7-8 лет: планирование, занятия, игры / авт.-сост. М.Р. Югова. – Волгоград: Учитель, 2016. – 137 с.
7. Гладышева, О.С. Разговор о здоровье: начало: парциальная образовательная программа / О.С. Гладышева, М.А. Яковлева. – Нижний Новгород: Нижегородский институт развития образования, 2017. – 178 с.
8. Гуменюк, Е.И. Приобщение дошкольников к здоровому образу жизни. Рабочая тетрадь / Е.И. Гуменюк, Н.А. Слисенко. – Санкт-Петербург: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2013. – 48 с.
9. Деркунская, В.А. Диагностика культуры здоровья дошкольников / В.А. Деркунская. – Москва: Педагогическое общество России, 2005. – 96 с.
10. Детство: программа развития и воспитания детей в детском саду / сост. В.И. Логинова, Т.И. Бабаева. – Санкт-Петербург, 2015. – 250 с.
11. Долматова, Л.А. Формирование здорового образа жизни участников образовательного процесса в дошкольном образовательном учреждении / Л.А. Долматова, Т.А. Иванова, Л.С. Тихонова. – Санкт-Петербург, 2016. – 193 с.
12. Егоров, Б.Б. Актуальные проблемы здоровья детей дошкольного возраста / Б.Б. Егоров // Дети России образованы и здоровы: материалы 7 всероссийской научно-практической конференции. – Москва, 2009. – С. 233-235.
13. Ефименко, Н.Н. Театр физического развития и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста: рабочие материалы к оригинальной авторской программе / Н.Н. Ефименко. – Москва: Линка-ПРЕСС, 1999. – 250 с.
14. Зверева, М.В. Готовимся к школе. Сохрани свое здоровье сам! Школа здоровья для старших дошкольников и их родителей / М.В. Зверева. – Смоленск: Ассоциация XXI век, 2008. – 47 с.
15. Зверева, О.Л. Общение педагога с родителями в ДОУ: методический аспект / О.Л. Зверева, Т.В. Кротова. – Москва: ТЦ Сфера, 2007. – 80 с.
16. Касьянова, Л.Г. Формирование представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.07 / Ур. гос. пед. ун-т. – Екатеринбург, 2004. – 23 с.
17. Кирпиченков, А.А. Компонентный состав здоровьесберегающей среды в дошкольном образовательном учреждении / А.А. Кирпиченков // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2011. – №1 (71). – С. 51-54.

18. Климова, Т.В. Организация здоровьесберегающей деятельности дошкольного учреждения / Т.В. Климова, Ю.В. Богомолова, Е.В. Жаркова // Педагогическое обозрение. – 2008. – № 3 (78). – С. 8.
19. Кудрявцев, В.Т. Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст): программно-методическое пособие / В.Т. Кудрявцев, Б.Б. Егоров. – Москва: ЛИНКА-ПРЕСС, 2000. – 296 с.
20. Лисицын, Ю.П. Общественное здоровье и здравоохранение: учебник / Ю.П. Лисицын. – Москва: Владос, 2010. – 512 с.
21. Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»: Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30 июня 2020 года N 16 (с изменениями на 2 ноября 2021 года) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://docs.cntd.ru/document/565231806>
22. Образовательная программа дошкольного образования «Развитие» / под ред. А.И. Булычевой. – Москва: НОУ «УЦ им. Л.А. Венгера «РАЗВИТИЕ», 2016. – 173 с.
23. Основы безопасности дошкольников: пособие для воспитателей детских садов / под ред. В.А. Ананьева. – Томск: Изд-во Томского ун-та, 2000. – 332 с.
24. От рождения до школы. Инновационная программа дошкольного образования / под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой. – Москва: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2019. – 336 с.
25. Ошкина, А.А. Формирование у дошкольников здорового образа жизни: учебно-методическое пособие / А.А. Ошкина, О.Н. Царева, И.К. Храмова. – Ульяновск: Качалин А.В., 2013. – 83 с.
26. Приобщаем дошкольников к здоровому образу жизни: методическое пособие / Н.В. Полтавцева. – Москва: Творческий центр Сфера, 2012. – 128 с.
27. Программа воспитания и обучения в детском саду / под ред. М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. – Москва: Мозаика-Синтез, 2005. – 208 с.
28. Радуга. Примерная основная образовательная программа дошкольного образования / С.Г. Якобсон, Т.И. Гризик, Т.Н. Доронова и др.; науч. рук. Е.В. Соловьёва. – Москва: Просвещение, 2016. – 232 с.
29. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – Москва: Питер, 2015. – 705 с.
30. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (СанПин 2.4.1.3049-13) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://docs.cntd.ru/document/499023522>
31. Серебрякова, Р.В. Здоровый образ жизни / Р. В. Серебрякова // Молодой ученый. – 2015. – № 2 (82). – С. 554-556.
32. Солодянкина, О.В. Сотрудничество дошкольного учреждения с семьей: практическое пособие / О.В. Солодянкина. – Москва: АРКТИ, 2006. – 80 с.
33. Социальная технология научно-практической школы им. Ю.Ф. Змановского. Здоровый дошкольник / авт.-сост. Ю.Е. Антонов. – Москва: Аркти, 2001. – 206 с.
34. Успех. Примерная основная образовательная программа дошкольного образования: проект / С.Н. Гамова, Е.Н. Герасимова, В.А. Деркунская и др.; науч. рук. ПМК «Успех» А.Г. Асмолов; рук. авт. коллектива ПМК «Успех» Н.В. Федина. – Москва: Просвещение, 2015. – 235 с.
35. Устав (Конституция) Всемирной организации здравоохранения [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.who.int/governance/eb/who_constitution_ru.pdf
36. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования // Дошкольное воспитание. – 2014. – № 2. – С. 4-18.
37. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации: от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ. – Москва: Эксмо, 2022. – 787 с.
38. Федоровская, О.М. Физкультурно-оздоровительная и профилактическая работа в ДОУ / О.М. Федоровская // Дошкольное воспитание. – 2004. – № 1. – С. 33-36.
39. Формирование здорового образа жизни: планирование, система работы / авт.-сост. Т.Г. Каропова. – Волгоград: Учитель, 2015. – 169 с.
40. Яковлева, М.А. Мониторинг здоровьесберегающей деятельности в ДОО: учебно-методическое пособие / М.А. Яковлева. – Нижний Новгород: Нижегородский институт развития образования, 2018. – 134 с.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/kurovaya-rabota/352677>