

Департамент образования Администрации города Екатеринбурга
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение – детский сад № 521

КОМПЛЕКСНАЯ МОДЕЛЬ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ И ЗДОРОВЬЕУКРЕПЛЕНИЯ ВОСПИТАННИКОВ

КОМПЛЕКСНАЯ МОДЕЛЬ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ И ЗДОРОВЬЕУКРЕПЛЕНИЯ ВОСПИТАННИКОВ



Развивающая предметно-пространственная среда развития и саморазвития ребенка

Средства здоровьесбережения и здоровьесохранения

Режимные процессы

Организованные формы

Совместная и самостоятельная деятельность педагога с детьми, детей друг с другом

Оценка эффективности реализации модели

ЦЕННОСТНО-ЦЕЛЕВЫЕ ОРИЕНТИРЫ

Цель – Обеспечение комплексного сопровождения ребенка в процессе формирования основ здоровьесбережения и здоровьескрепления.

Задачи:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- формирование культуры питания;
- формирование культуры деятельности и общения как основы психического развития ребенка;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, принятие опыта здорового образа жизни и применение его в собственной деятельности;
- развитие основных движений детей, обогащение двигательного опыта;
- развитие произвольности и саморегуляции;
- развитие двигательного творчества детей, их активности и самостоятельности;
- развитие интереса к систематическим занятиям спортом.

В качестве ведущих **концептуальных идей** мы выделяем:

- внимание акцентируется не только на результатах здоровьесберегающей и здоровьесохраняющей деятельности, но и на организации самого процесса формирования основ здоровьесбережения;
- здоровье понимается в широком смысле слова: мы сохраняем и укрепляем как физическое, так и психическое здоровье ребенка, заботимся о его эмоциональном благополучии;
- в Учреждении создано особое здоровьесберегающее пространство

Настоящий концептуальный подход строится на понимании того, что на соматическом, психическом и социальном уровне обеспечение жизнедеятельности происходит посредством двух основополагающих механизмов – формирования, укрепления и сохранения здоровья и повышения его резервов. Основу нравственного аспекта здоровья человека составляет его отношение к своему здоровью и здоровью других людей. Определяющее значение в структуре обеспечения здоровья имеет педагогический компонент, сущность которого состоит в формировании у человека с самого раннего возраста индивидуального способа здорового образа жизни.

Принцип сохранения и укрепления здоровья, связанный с педагогическим воздействием, является интегративным: его соблюдение обеспечивает человеку совершенствование механизмов сохранения и повышения адаптационных резервов своего организма путем целенаправленного оздоровления собственного образа жизни.

Для успешной реализации модели необходимо выполнение следующих **условий**:

1. Развитая материально-техническая база и наличие методических рекомендаций по реализации модели.
2. Квалифицированные педагогические кадры.
3. Поддержка родителей (законных представителей) при реализации модели.

ВИДЫ ЦЕННОСТЕЙ, ОТРАЖЕННЫХ В СОДЕРЖАНИИ МОДЕЛИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ И ЗДОРОВЬЕУКРЕПЛЕНИЯ

Вид ценностей	Предполагаемый результат	
<p>Ценности здорового образа жизни, которые проявляются в бережном отношении воспитанников к своему организму, в представлениях о своем теле и своих физических возможностях, о том, что полезно и что вредно для здоровья; к овладению необходимыми гигиеническими навыками и совершенствовании двигательной активности детей. Данные ценности ориентированы не только на сохранение и поддержание физического здоровья, но и обеспечение эмоционального благополучия каждого ребенка (психического здоровья), развитие его положительного самоощущения. Валеологическая культура помогает ребенку усвоить условия окружающей среды, способы и образцы социального поведения, ориентирует в ценностях группы, коллектива, общности, в которые попадает малыш; обеспечивает становление субъектной позиции ребенка в деятельности и общении, так как культура здоровья инициирует детскую активность.</p>	<p>Физические качества, характеризующие физическое развитие ребенка (сила, выносливость, ловкость и др.), а также антропометрические и физические показатели.</p> <p>Личностные качества: <i>аккуратный, самостоятельный, осторожный, бережно относящийся ко всему живому, эмоционально отзывчивый, др.</i></p> <p>Валеологическая компетентность, основы культуры здоровья и охраны жизнедеятельности</p> <p>Валеологическая (здоровьесберегающая) компетентность – признание ребенком здоровья как наиважнейшей ценности человеческого бытия, умение заботиться о своем физическом здоровье и соблюдать правила безопасности жизнедеятельности, готовность самостоятельно и эффективно решать задачи, связанные с поддержанием, укреплением и сохранением здоровья.</p> <p>Сенсорно-двигательная компетентность – развитость сенсорно-моторных и двигательных навыков в соответствии с антропологическими и физиологическими особенностями ребенка.</p> <p>Физическая компетентность. Компетентность в плане физического развития ребенка выражается в более совершенном владении своим телом, различными видами движений. Он имеет представления о своем физическом облике (высокий, толстый, худой, маленький и др.) и здоровье, заботится о нем. Владеет культурно-гигиеническими навыками и понимает их необходимость.</p> <p>Валеологическая культура здоровья ребенка -</p>	<p>Ребенок знает свои возможности и верит в собственные силы, имеет представления о себе, своей самооценности, ощущает себя субъектом здоровья и здоровой жизни. У ребенка, устойчиво сформированы ценности здоровья и человеческой жизни. Он мотивирован к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих его людей, имеет представления о том, что такое здоровье, и знает, как поддержать, укрепить и сохранить его.</p> <p>Он знаком с функционированием организма и правилами заботы о нем, со средствами укрепления здоровья, с правилами безопасного поведения и способами оказания элементарной помощи, а также владеет культурно-гигиеническими навыками и понимает их необходимость. У него накоплен индивидуальный двигательный опыт, он проявляет инициативу, самостоятельность и творчество в двигательных действиях и осознанно к ним относится.</p> <p>Ребенок бережно, уважительно и заботливо относится к близким людям, своим родственникам, сверстникам и взрослым, предметному миру, умеет самостоятельно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения.</p>

	<p>совокупность трех компонентов: осознанного отношения к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его, валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.</p>	
<p>Нравственные ценности - это представления, способы, знаки, символы, регулирующие действия человека в социуме с помощью норм, правил, осмысленные через эталоны принятые в обществе. Общество фиксирует и оценивает отношения человека к человеку, к природе, к деятельности, окружающему миру (сострадание, сочувствие, сопереживание, созидание), рождающие нравственно-эстетическую гармонию мира: природа-человек, человек-человек, человек-предметы рукотворного мира.</p> <p>Познавая нравственные ценности, ребенок формирует опыт нравственных отношений и общения, которые характеризуются созидательной деятельностью, противостоянием негативному в социуме, способностью к содействию и сотворчеству в деятельности, умением понять и принять позицию другого, потребностью гармонизировать деятельность и взаимоотношения с миром, привязанностью к родным местам. Усвоенные ребенком нравственные ценности, проявляются в</p>	<p>Личностные качества: активность, инициативность, вежливость, правдивость, толерантность, дружелюбность, др.</p> <p>Социальная компетентность, основы социально-экономической и правовой культуры</p> <p>Социальная компетентность ребёнка позволяет ему понимать разный характер отношения к нему окружающих взрослых и сверстников, свое отношение к ним и выбирать соответствующую линию поведения. Он умеет заметить изменения настроения взрослого и сверстника, учесть желания других людей; способен к установлению устойчивых контактов со сверстниками</p> <p>Коммуникативные способности позволяют ребенку различать ситуации общения, на этой основе определять собственные цели и цели партнеров по общению, понимать состояния и поступки других людей, выбирать адекватные способы поведения в данной ситуации и уметь преобразовывать ее с целью оптимизации общения с окружающими.</p> <p>Значимые показатели, позволяющие выявить особенности коммуникации ребенка с другими людьми:</p> <ul style="list-style-type: none"> - различение ситуаций взаимодействия; - понимание состояний сверстников; - владение способами выражения своего 	<p>Ребенку характерно понимание собственного «Я», положительное отношение к себе и уверенность в собственных силах. Он обладает чувством собственного достоинства, умеет отстаивать свою точку зрения, свободно выражает свои чувства, предпочтения, уважает достоинство других.</p> <p>Он свободно включается в различные формы сотрудничества (общение, совместная деятельность) с окружающими взрослыми и сверстниками.</p> <p>Ребенок доброжелателен, отзывчив к переживаниям другого человека.</p> <p>Ребенок способен договариваться, учитывать интересы других, сдерживать свои эмоции. В ходе совместной деятельности обсуждает возникающие проблемы, правила, может поддержать разговор на интересную для него тему.</p> <p>У ребенка ярко проявляется волевое начало, он способен к волевой регуляции поведения. Ему характерно проявление</p>

<p>деятельности, взаимоотношениях, общении и поведении.</p>	<p>отношения к взрослому; - владение способами выражения своего отношения к сверстнику. Регуляторные способности - способность ребенка к принятию правила и нормы. Произвольная регуляция выражается в сознательном выполнении правил, действующих в нормативной ситуации, иногда вопреки первоначальным непосредственным побуждениям. Произвольность проявляется в социальном поведении: ребенок может выполнять инструкцию педагога, следовать установленным правилам. Волевое начало в действиях ребенка проявляется в продуктивной деятельности: он стремится к достижению цели, старается сделать продукт качественно, переделывает, если не получилось.</p>	<p>настойчивости, терпения при достижении поставленной цели, он способен концентрировать усилия на получении качественного результата, а также адекватно оценивать его.</p> <p>Ребенок проявляет инициативность и самостоятельность в игре, общении, конструировании, рисовании, лепке, в решении элементарных социальных и бытовых задач. Ребенок легко выбирает себе род занятий и партнеров, способен порождать и воплощать разнообразные, сменяющие друг друга замыслы.</p>
---	---	---

ВЗАИМОСВЯЗЬ И ВЗАИМОУСЛОВЛЕННОСТЬ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТИРОВ И ПРИНЦИПАЛЬНЫХ ПОДХОДОВ, ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ, МЕТОДОВ И ПРИЕМОВ

Принципы	Психолого-педагогические условия	Методы и приемы
Нравственные ценности. Формирование социальной компетентности.		
<p>1. Принцип ценности личности и ее уникальности, заключающийся в признании самооценности личности каждого ребенка, неповторимой индивидуальности.</p> <p>2. Принцип субъектности. Индивидуальность присуща только тому человеку, который реально обладает субъектными полномочиями и умело использует их в построении деятельности, общения, отношений. Следует помочь ребенку стать подлинным субъектом жизнедеятельности в образовательном учреждении, способствовать формированию и обогащению его субъектного опыта.</p>	<p>- обеспечение прав и возможности иметь собственное мнение, выбирать друзей, игрушки, виды деятельности, иметь личные вещи, по собственному усмотрению использовать личное время;</p> <p>- помощь в освоении различных способов разрешения конфликтных ситуаций, договариваться, соблюдать очередность, устанавливать новые контакты;</p> <p>- придание нормам поведения и отношений максимальной привлекательности, совместное с детьми нормотворчество.</p> <p>- поощрение совместных игр детей, организация их совместной деятельности,</p>	<p>- встречи-беседы с людьми разных профессий;</p> <p>- проведение бесед, чтение детям произведений художественной литературы и их обсуждение;</p> <p>- создание самими детьми сказок, стихов, загадок, рисунков.</p>

<p>3. Принцип культуросообразности понимается как «открытость» различных культур, создание условий для наиболее полного (с учетом возраста) ознакомления с достижениями и развитием культуры современного общества и формирование разнообразных познавательных интересов.</p> <p>4. Принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей детей</p>	<p>направленной на создание общего продукта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - приобщение детей к ценностям сотрудничества с другими людьми 	
--	---	--

Ценности здорового образа жизни. Формирование валеологической компетентности, основ культуры здоровья и охраны жизнедеятельности

<p>1. Принцип психологической комфортности предполагает психологическую безопасность, защищенность ребенка, обеспечение эмоционального комфорта, создание условий для активности, самореализации дошкольника. Принцип комфортности требует опоры на <i>внутренние мотивы</i> и, в частности, на мотивацию благополучия, успешности, постоянного продвижения вперед (мотив личностного роста).</p> <p>2. Принцип природосообразности – отношение к человеку как части природы, создание для его развития соответствующей биологической, психологической и экологической среды.</p> <p>3. Принцип ориентации на зону ближайшего развития, включающего в себя дифференциацию образования в соответствии с индивидуальным темпом освоения ребенком предложенного содержания, обеспечение доступного для него уровня трудности в освоении образования, построение с каждым воспитанником индивидуальных зон его личностного развития. Уважительное отношение независимо от достижений, достоинств и недостатков ребенка,</p>	<ul style="list-style-type: none"> - установление с детьми доверительных отношений; - уважительно отношение к интересам, вкусам и предпочтениям детей (в играх, занятиях, еде, одежде и др.); - помощь детям распознавать эмоциональные переживания и состояния окружающих - радость, горе, страх, плохое и хорошее настроение и др.; - обеспечение широких возможностей: <ul style="list-style-type: none"> - для совместного переживания эмоций радости, сострадания, удивления, выражения эмоциональных ощущений и переживаний; - для обучения приемам снятия (ослабления) стресса и создания положительного эмоционального состояния; др. 	<p>Игровые и рефлексивные методы и приемы, а также способы фасилитации и педагогической поддержки личности ребенка в процессе его саморазвития и самореализации:</p> <ul style="list-style-type: none"> - поддержка, подбадривание, помощь; - поощрение проявления доброжелательного внимания, сочувствия, сопереживания; - эмоциональное выражение чувств и переживаний педагогом; - обсуждение различных ситуации из жизни, рассказов, сказок, стихотворений, рассматривание картины, привлечение внимания детей к чувствам, состояниям, поступкам других людей; - разучивание песен, стихов, девизов, пословиц и поговорок о здоровье; - тренинги, этюды; различного рода терапии: арт-терапия, песочная терапия, сказко-терапия и т.д. - встречи-беседы с людьми, работающими по специальности: врач-педиатр, стоматолог, пожарный, милиционер; - др.
---	---	---

ПРИНЦИПЫ ОРГАНИЗАЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ:

- учета возрастных и индивидуальных особенностей;
- принцип ценности личности и ее уникальности, заключающийся в признании самоценности личности каждого ребенка, неповторимой индивидуальности.
- системности и последовательности;
- формирование единого здоровьесберегающего пространства семьи и детского сада
- природосообразности – отношение к человеку как части природы, создание для его развития соответствующей биологической, психологической и экологической среды.
- научности;
- доступности;
- психологической комфортности предполагает психологическую безопасность, защищенность ребенка, обеспечение эмоционального комфорта, создание условий для активности, самореализации дошкольника. Принцип комфортности требует опоры на *внутренние мотивы* и, в частности, на мотивацию благополучия, успешности, постоянного продвижения вперед (мотив личностного роста).
- преемственности;
- прогностичности;
- дифференциации;
- творчества и успеха. Благодаря творческой деятельности ребенок выявляет свои способности, узнает о «сильных» сторонах своей личности. Достижение успеха в том или ином виде деятельности способствует формированию положительной Я-концепции личности ребенка, стимулирует осуществление дальнейшей работы по самосовершенствованию и самостроительству своего «я».
- доверия и поддержки. Вера в ребенка, доверие ему, поддержка его устремлений к самореализации и самоутверждению. Не внешние воздействия, а внутренняя мотивация детерминирует успех обучения и воспитания ребенка.

ПРИНЦИПЫ ОТБОРА СОДЕРЖАНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА, НАПРАВЛЕННОГО НА ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ И ЗДОРОВЬЕУКРЕПЛЕНИЯ

№	Принцип	Реализация в образовательном процессе
1	Принцип развития	предполагает ориентацию содержания образования на стимулирование и поддержку эмоционального, духовно-нравственного и интеллектуального развития и саморазвития ребенка, на создание условий для проявления самостоятельности, инициативности, творческих способностей ребенка в различных видах деятельности, а не только на накопление знаний и формирование навыков решения предметных задач. При этом сохраняется значимость усвоения детьми знаний, овладения умениями и навыками как средства для детского развития, а не

		самоцель дошкольного образования.
2	Принцип гуманитаризации	содержания образования рассматривается как усиление гуманитарной направленности предметов естественнонаучного и математического циклов и влияния всех учебных предметов на эмоциональное и социально-личностное развитие ребенка; придание особого значения предметам гуманитарного и художественно-эстетического цикла, увеличение доли разнообразной творческой деятельности детей.
3	Принцип целостности образа мира	требует отбора такого содержания образования, которое поможет ребенку удерживать и воссоздавать целостность картины мира, обеспечит осознание им разнообразных связей между его объектами и явлениями, и в то же время - сформированность умения увидеть с разных сторон один и тот же предмет. Одним из путей реализации этого принципа является создание интегрированных курсов.
4	Принцип культуросообразности	понимается как «открытость» различных культур, создание условий для наиболее полного (с учетом возраста) ознакомления с достижениями и развитием культуры современного общества и формирование разнообразных познавательных интересов.

ПРИНЦИПЫ ОРГАНИЗАЦИИ РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРЕДМЕТНО-ПРОСТРАНСТВЕННОЙ СРЕДЫ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ И ЗДОРОВЬЕУКРЕПЛЕНИЕ ДЕТЕЙ

Ценностно-целевые ориентиры	Принципы, параметры среды
Ценности здорового образа жизни Валеологическая компетентность	- эмоциогенность среды - индивидуальная комфортность и эмоциональное благополучие каждого ребенка и взрослого; Принцип эмоциональной насыщенности и выразительности. Рассматривается, как способность среды воздействовать на эмоции ребенка. Окружение должно давать ему разнообразные и меняющиеся впечатления, вызывающие эмоциональный отклик, возможность прожить и выразить свои чувства в какой-либо деятельности, побуждать к освоению полюсов «добро - зло», «прекрасно - безобразно» и пр.
Нравственные ценности Социальная компетентность	Принцип обеспечения половых различий. Предполагает планировку помещения и наличие материалов и предметов, стимулирующих деятельность, в процессе которой происходит осознание ребенком принадлежности к определенному полу. - учет половых и возрастных различий как возможности для девочек и мальчиков проявлять свои склонности в соответствии с принятыми в обществе эталонами мужественности и женственности.
Принцип уважения к потребностям, нуждам ребенка	У ребенка дошкольного возраста три основные потребности: потребность в движении, потребность в общении, потребность в познании. Среда организуется так, чтобы у ребенка был самостоятельный выбор: с кем, как, где, во что играть. Подбор оборудования и материалов для группы определяется особенностями развития детей конкретного возраста.