

ОСОБЛИВОСТІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ ДОШКІЛЬНИКІВ З ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИМИ ПОРУШЕННЯМИ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Бобренко І.В.,

**Інститут спеціальної педагогіки і психології імені Миколи Ярмаченка НАПН
України**

Вступ. У системі забезпечення всебічного розвитку дітей дошкільного віку з особливими освітніми потребами суттєве значення має здоровий спосіб життя та його складники, особливо – оптимальний режим організованої фізкультурної рухової активності, який сприяє формуванню здоров'я, підвищенню адаптаційного потенціалу вихованця [1, 2]. Одним із найважливіших завдань закладів дошкільної освіти для дітей з інтелектуальними порушеннями є забезпечення здоров'яформування та здоров'язбереження вихованців, як вагової ланки їх подальшої здатності до шкільного навчання та соціальної адаптації. У зв'язку з цим набуває актуальності проблема оптимізації застосування в закладах дошкільної освіти здоров'язберігаючих і здоров'яформуючих освітніх технологій.

Мета дослідження: особливості та можливості оптимізації застосування здоров'язберігаючих і здоров'яформуючих освітніх технологій в процесі фізичного виховання дітей дошкільного віку з інтелектуальними порушеннями.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення науково-методичної літератури; кількісна та якісна обробка експериментальних даних; педагогічний експеримент, педагогічне спостереження.

Результати дослідження та їх обговорення. Здоров'язбереження та здоров'яформування в навчально-виховному процесі закладу дошкільної освіти для дітей з інтелектуальними порушеннями складається з системи заходів, що передбачають взаємозв'язок і взаємодію чинників освітньої системи [3, 4]. Зміст організації діяльності зі збереження, зміцнення й відновлення здоров'я вихованців спрямований на формування фізичного, психічного, соціального та духовного здоров'я особистості. Ефективність діяльності системи корекційно-розвивальної роботи залежить від організації взаємодії медичного, психологічного та педагогічного напрямів забезпечення дієвості здоров'язберігаючих та здоров'яформуючих освітніх технологій [1].

Розглядаючи адаптивне фізичне виховання (АФВ), потрібно відзначити його вагоме значення при реалізації як здоров'язбереження, так і здоров'яформування дошкільників з порушеннями інтелектуального розвитку. Принципи оздоровчої спрямованості АФВ конкретизуються у фізкультурно-оздоровчих та рекреаційних технологіях, які інтенсивно розвиваються. Під фізкультурно-оздоровчою технологією розглядаємо не тільки процес використання засобів фізичного виховання з метою оздоровлення, а й основи методики побудови фізкультурно-оздоровчого процесу.

З огляду впливу на здоров'я дітей, здоров'язберігаючі технології використання засобів АФВ можна поділити на групи:

- технології, що сприяють запобіганню станам перевтоми, гіподинамії та інших дезадаптивних станів дошкільників (гімнастика пробудження, акватерапія, фізкультурні паузи, ритмічна гімнастика тощо);

- технології, пов'язані з безпосереднім впливом на функціональний стан різних органів та систем організму дитини (масаж, дихальна гімнастика, звукова гімнастика, гімнастика для очей, фітотерапія, ароматерапія, кольоротерапія, музикотерапія тощо);

- технології, пов'язані з впливом на психіку дитини; з формуванням її психологічного здоров'я (релаксація, кинезіологічна гімнастика, пальчикова гімнастика, психогімнастика, казкотерапія, сміхотерапія, аутотренінг, медитаційні вправи тощо);

- навчально-виховні технології, які включають програми з навчання дошкільників турботі про власне здоров'я, формуванню культури здоров'я як складової загальнолюдської культури (медіатехнології тощо).

З метою досягнення здоров'язбереження застосовуються наступні групи засобів: засоби рухової спрямованості; оздоровчі сили природи; гігієнічні фактори; фактори становлення ціннісного ставлення до здоров'я. Комплексне використання цих засобів дозволяє вирішувати завдання педагогіки здоров'язбереження та здоров'яформування [3, 4].

При цьому варто приділяти увагу трьом основним групам факторів, що впливають на ступінь працездатності та представляють потенційну загрозу для здоров'я вихованця: фізіологічні (стать, вік, стан здоров'я тощо), фізичні (гігієнічні) (освітленість приміщення, температура повітря, шум, колір стін та реманенту тощо), психічні / психоемоційні (настрій, заохочення тощо).

Здоров'язбереження дошкільників в процесі фізичного виховання вимагає дотримання наступних умов:

- запобігання виникнення факторів ризику здоров'я вихованця;
- врахування індивідуального стану фізичного та психоемоційного здоров'я кожної дитини і вихователя групи;
- врахування показників рухової підготовленості вихованця;
- стимулювання вихованця до розвитку пізнавальної активності;
- формування постійної мотивації рухової активності дитини;
- забезпечення адекватного відновлення сил дитини;
- врахування матеріально-технічних умов закладу (розташування приміщень, наявність санітарно-технічного, медичного, фізкультурного оснащення, комплектування груп);
- високий рівень співпраці педагога з батьками вихованців;
- особистісно-професійна готовність педагога до здійснення здоров'язбереження дітей;
- високий рівень професійної компетентності педагога (особливо, здоров'язбережувальної компетентності).

Застосовування здоров'язберігаючих технологій в процесі фізичного виховання дітей дошкільного віку з інтелектуальними порушеннями вимагає від педагога [3]:

- не допускати як фізичного, так і психоемоційного перевантаження вихованців, визначаючи оптимальний обсяг навантаження та способи його регуляції;
- враховувати інтелектуальні та фізіологічні особливості дітей, мовленнєвий розвиток кожної дитини.

Доцільно використовувати фізичні вправи корекційно-розвивальної спрямованості у поєднанні з кольоротерапією, аромотерапією, музикотерапією тощо. Особливого значення набуває необхідність в забезпеченні індивідуального та диференційованого підходу. Диференціація здійснюється за: рівнем фізичної підготовленості дітей; рівнем сформованості рухових умінь, навичок з певних розділів навчальної програми тощо.

Професійна підготовка педагога (інструктора з фізичного виховання) установи дошкільної освіти для дітей з інтелектуальними порушеннями до використання здоров'язберігаючих технологій має бути спрямована на оволодіння основними напрямками здоров'язбереження та здоров'яформування з урахуванням вікових, гендерних, індивідуальних психофізіологічних особливостей вихованців.

Висновки. Таким чином, можна зазначити, що застосування засобів АФВ як здоров'язберігаючих і здоров'яформуючих в процесі фізичного виховання дітей дошкільного віку з інтелектуальними порушеннями вимагає індивідуального підходу; запобігання виникненню факторів ризику здоров'я вихованців; постійного зростання рівня професійної компетентності педагога та особистісної готовності педагога до здійснення здоров'язбереження дітей.

Бобренко І.В. Особливості здоров'язбереження дошкільників з інтелектуальними порушеннями в процесі фізичного виховання / І.В. Бобренко // Актуальні проблеми психолого-педагогічного супроводу та розвитку суб'єктів спортивної діяльності: Матеріали I Всеукраїнської наукової конференції (м. Київ, 19 жовтня 2018 р.) / Відповід. ред.: Т. М. Булгакова. – К., 2018. – С. 77-79

Перспектива подальших досліджень пов'язана з обґрунтуванням методики індивідуалізації та диференціації використання засобів АФВ з метою здоров'язбереження дошкільників інтелектуальними порушеннями.

1. Андрущенко Т.К. Формування здоров'язбережувальної компетентності у дітей дошкільного віку : монографія / Т. К. Андрущенко ; Уман. держ. пед. ун-т ім. Павла Тичини. – Умань : Жовтий О. О., 2014. – 383 с.

2. Бойченко Т. Є. Здоров'язберігаюча компетентність як ключова в освіті України / Т. Є. Бойченко // Основи здоров'я і фізична культура. – 2008. – № 11-12. – С. 6-7.

3. Бобренко І. В. Здоров'язберігаючі та здоров'яформуючі освітні технології в процесі розвитку просторового орієнтування дошкільників з розумовою відсталістю / І. В. Бобренко // Освіта осіб з особливими потребами: шляхи розбудови: зб. наук. праць: Вип. 8. / за ред. В. В. Засенка, А. А. Колупасової. – К.: ТОВ «Поліграф плюс», 2015. – С. 26-34.

4. Гладченко І. В. Технологія формування рухових та здоров'язбережувальних навичок у дітей дошкільного віку з розумовою відсталістю / І. В. Гладченко // Теорія і практика олігофренопедагогіки та спеціальної психології: зб. наук, пр.: Вип. 8. - Тематичний збірник «Концепція дошкільної освіти дітей з розумовою відсталістю» / За ред. Т. В. Сак. – К., 2013. – С. 100-107.