

**О. В. Тозик**, канд. пед. наук, доцент, **О. О. Черепнева**

Учреждение образования «Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины»,  
Гомель, Беларусь, toz007@mail.ru

## К ВОПРОСУ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

В связи с социально-экономическим кризисом последних лет усиливаются отрицательные тенденции в динамике здоровья детского населения: растет численность детей с хронической патологией и морфофункциональными отклонениями, остается высокой острая заболеваемость. Ухудшение здоровья детей вызвано не только экономической нестабильностью, но и нарастающими масштабами загрязнения окружающей среды, широким распространением вредных социальных привычек и болезней, слабым внедрением здорового образа жизни и рядом других причин. Несомненно, это отразится и на здоровье последующих поколений [1,2,3].

Исследования показывают, что за последнее десятилетие уровень общей детской заболеваемости повысился в 1,5 раз, число здоровых детей снизилось с 45,5% до 33,9% детей. Все это обуславливает актуализацию оздоровительного направления физического воспитания и пристальный интерес специалистов-ученых и практиков к модернизации структуры и содержания занятий по физической культуре в дошкольных учреждениях и школах. Важно организовать физическое воспитание с самого раннего детства, так как именно в этом возрасте закладываются основы здоровья и долголетия человека [2,4,5].

Актуальной остается проблема рационального дозирования физических нагрузок и выбора их приоритетной направленности, с целью повышения физической подготовленности и функциональных возможностей организма для всех возрастных категорий детей, но особенно для физического воспитания детей дошкольного возраста [6].

**Цель исследования:** выявить структуру заболеваемости детей дошкольного возраста и изучить отношение детей и их родителей к занятиям физической культурой и здоровью.

**Материалы и методы исследования.** В данном исследовании применялись следующие методы:

- анализ и обобщение научно-методической литературы по проблеме исследования;
- анкетирование;
- анализ медицинских карт;

Дошкольный возраст имеет особое значение в жизни детей. Именно в этом возрасте закладывается фундамент для физического развития, здоровья и характера ребёнка в будущем. Этот период детства характеризуется постепенным развитием всех функций и совершенствованием жизненно необходимых навыков организма.

Одной из причин неблагополучия в состоянии здоровья детей является недооценка культуры воспитания в формировании физического и духовного здоровья личности. В настоящее время у многих отсутствует приоритет сохранения здоровья над другими жизненными ценностями.

Вопросы формирования здоровья средствами физической культуры всегда составляли одну из задач физического воспитания. Особую важность они приобрели в настоящее время, поскольку для подрастающего поколения необходим высокий потенциал здоровья для предстоящей жизни, его конкретные количественные и качественные показатели.

Система физкультурно-оздоровительных мероприятий дошкольников представляет собой специально организованный двигательный режим в целостности с природными и психогигиеническими факторами, направленные на полноценное физическое развитие и укрепление здоровья детей.

Под руководством руководителя физического воспитания в дошкольных учреждениях проводятся: физкультурные занятия, физкультурно-оздоровительные мероприятия (утренняя гимнастика, физкультминутки, закаляющие процедуры) и повседневная работа по физическому

воспитанию детей (подвижные игры, прогулки, индивидуальная работа с детьми, самостоятельные занятия детей различными видами физических упражнений, прогулки)

Значения занятий заключаются в систематическом осуществлении взаимосвязанных оздоровительных, образовательных и воспитательных задач, выполнение которых обеспечивает физическое развитие, укрепление здоровья ребенка, приобретение им правильных двигательных навыков, воспитание положительного отношения к физкультуре и спорту, всестороннее развитие его личности [3].

С целью определения общей структуры заболеваемости нами был проведен анализ данных медицинских карт 236 дошкольников г. Гомеля.

В дополнение, для изучения отношения родителей и их детей дошкольников к физической культуре, здоровому образу жизни, а также своему здоровью было проведено социологическое исследование. В опросе приняли участие 187 родителей, чьи дети посещают дошкольные учреждения г. Гомеля.

Многие авторы, изучающие состояние детей дошкольного и школьного возраста отмечают, что растет их численность с хронической патологией и морфофункциональными отклонениями, остается высокой острая заболеваемость. Исследования показывают, что за последнее десятилетие уровень общей детской заболеваемости повысился в 1,5 раз, число здоровых детей снизилось с 45,5% до 33,9% [2,7,15,16,17].

Для изучения общей структуры заболеваемости детей дошкольного возраста нами были проанализированы данные медицинских карт 236 детей дошкольного возраста г. Гомеля (Рисунок 1).

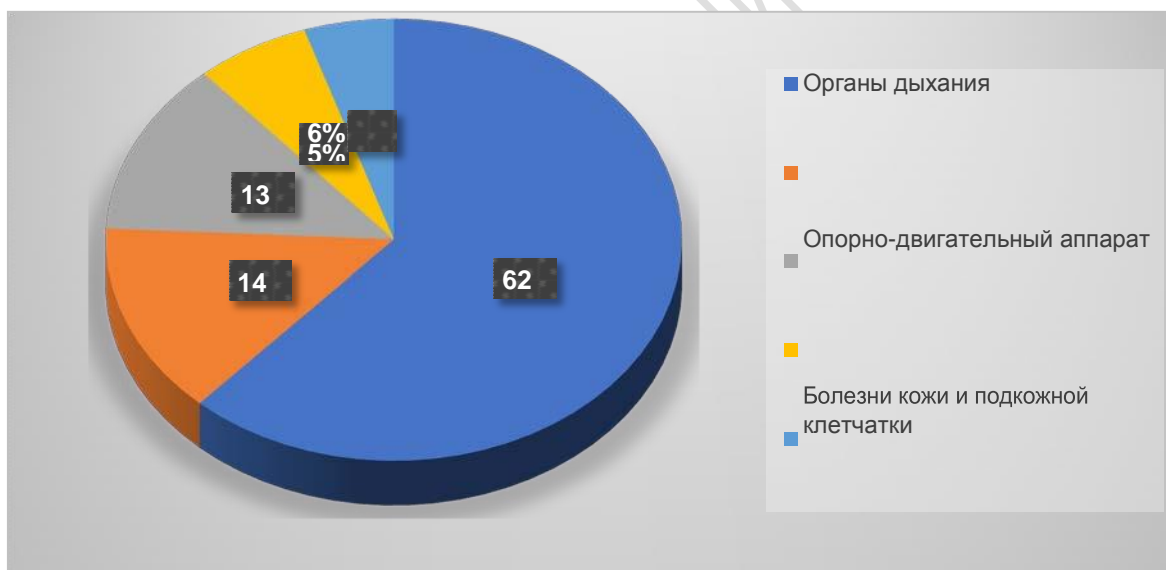


Рисунок 1 – Структура заболеваемости детей дошкольного возраста г. Гомеля, %

**Результаты исследования.** Определено, что ведущее место в структуре заболеваемости дошкольников занимают заболевания органов дыхания (62,5%), на втором месте – функциональные нарушения опорно-двигательного аппарата (14,2%), на третьем (12,9%) – болезни кожи и подкожной клетчатки, на четвертом месте – некоторые инфекционные и паразитарные заболевания (6,5%), на пятом – травмы, отравления и некоторые другие последствия воздействия внешних причин (5,1%).

Анкетный опрос показал, что большинство родителей под здоровым образом жизни понимают совокупность всех представленных нами факторов (правильное питание, соблюдение режима дня, благоприятные условия окружающей среды, гармоничные отношения в семье, занятия физической культурой) – 69,8 %; 14,2% считают, что это правильное питание и занятия физической культурой; 9% – правильное питание, соблюдение режима дня и занятия физической культурой; 4,1% – правильное питание, соблюдение режима дня, гармоничные

отношения в семье и занятия физической культурой; 2,9% – занятия физической культурой. На вопрос «Как часто болеют ваши дети?» – 51,2% родителей ответили очень часто и часто; 29,4% – редко; 11,5% – очень редко; иногда болеют – 7,9 %. Интересен и тот факт, что, по мнению родителей у 62,3% нормальное физическое развитие, 6,7% – указали на то, что у детей низкий рост, 3,6% - отметили высокий рост детей; 10,4% – имеют избыток массы тела и 12,6% родителей отметили дефицит массы тела.

Как считают участники анкетного опроса к факторам, которые в большей степени влияют на состояние здоровья, относятся: экологические – 47,8%; недостаточный уровень двигательной активности – 39,2%; 9,2 – наследственные заболевания и 3,8% – неправильное питание.

При ответе на вопрос: «Посещает ли ваш ребенок какую-либо спортивную секцию?» – 27,4 % респондентов ответили – посещают и 72,6 % – не посещают вообще. Из перечисленных видов спорта, которыми дети занимаются систематически, отмечаются: восточные единоборства – 38,8 %, различные виды гимнастики и танцы – 31,8 %, плавание – 19,3 % и футбол – 10,1%. На вопрос «Почему не посещают секции?» – 54,6 % родителей ответили – нет времени, 10,1% – нет подходящей секции, 9,1 % – отсутствуют финансовые возможности (в данном возрастном периоде детей большинство секций проводится на платной основе) и у 26,2 % – просто нет желания.

Как видно из ответов родителей, занятия физической культурой и спортом в сфере интересов их детей находятся лишь у 25%. Показателен и тот факт, что нет родителей, которые считают, что физкультурных занятий в их дошкольном учреждении недостаточно для удовлетворения двигательной активности детей, 67,2 % – считают, что занятий достаточно, а 32,8 % опрошенных вообще затрудняются ответить.

Опрос показал, что большинство родителей дошкольников не занимаются физической культурой и спортом: 68,2 % отцов и 81,4 % матерей. В 17,8 % случаев отец и 7,9 % мать – занимаются физическими упражнениями, 14,2 % отцов и 10,7 % матерей – затруднились ответить на поставленный вопрос.

Свое отношение к физкультурным занятиям в дошкольном учреждении дети определяли, как: нравятся и очень нравятся – 83,9 %, безразлично – 15,1%, процентное отношение детей, которым не нравятся физкультурные занятия – отсутствует.

Как считают участники анкетного опроса, положительное влияние занятий физической культурой состоит: в укреплении здоровья – 53,6 %, развитии физических качеств – 12,2 %, формировании правильной осанки и профилактике плоскостопия – 28,1%, 6,1 % – в повышении функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем организма. На вопрос «Какие нетрадиционные формы физического воспитания наиболее приемлемы для Вашего ребенка?»: 76,2% респондентов выбрали вариант физкультурно-оздоровительные системы (ритмическая гимнастика, аэробика, детский фитнес), 12,7% – закаливание и 11,1% – дыхательную гимнастику.

Анкетные данные показали, что 59,3% родителей нуждаются в дополнительной информации о профилактике нарушения осанки и плоскостопия у детей; 22,4% – в информации о здоровье и профилактике простудных заболеваний и 18,3% – о закаливании детей.

**Выводы.** Таким образом, проведенное исследование показало, что становится очевидной необходимость оптимизации двигательной активности дошкольников, повышения эффективности физического воспитания, внедрение экспериментальных оздоровительных методик в учреждения дошкольного образования как важного условия сохранения здоровья, нормализации физического развития и физической подготовленности, а также снижения психоэмоционального напряжения дошкольников. Однако без учета особенностей мотивации к занятиям физическими упражнениями, в частности, к физкультурным занятиям, невозможно целенаправленно формировать положительное отношение к ним детей.

Согласно анкетным данным, мы получили достаточно тревожные данные. Более половины опрошенных родителей отметили высокую частоту заболеваний детей. По их мнению, среди основных факторов, влияющих на состояние здоровья, лидирующие места занимают экологические факторы и недостаточная двигательная активность. В то же время большее

количество опрошенных считают, что физкультурных занятий в дошкольных учреждениях достаточно для удовлетворения суточной потребности двигательной активности их ребенка.

Следует отметить очень низкую роль самих родителей в привитии детям потребности к занятиям физической культурой и их личный пример, который был бы достоин подражания. Так же можно сделать вывод об их низком уровне понимания и информирования в области физического воспитания. Об этом свидетельствует то, что две трети родителей оценивают физическое развитие своих детей как нормально, что на практике не обосновано.

Необходимо отметить, что в физическом воспитании детей дошкольного возраста важным фактором является учет интересов занимающихся для развития двигательной активности и привлечения их к дополнительным занятиям физической культурой и спортом. Это позволит целенаправленно и комплексно решать вопросы укрепления здоровья, повышения физического развития, функционального состояния и физической подготовленности, а также внедрения физической культуры в повседневную жизнь детей.

#### Список использованных источников

1. Даниленко, О.С. К вопросу о состоянии здоровья детского населения Гомельского региона / О.С. Даниленко, О.В. Тозик // Материалы VIII Международной научно-практической конференции. – Гомель: ГГУ им. Ф. Скорины, 2009. – С.40-42.

2. Осипенко, Е. В. Научно-методические подходы к организации спортивного часа в группах продленного дня / Е. В. Осипенко, С. В. Севдалев. М-во образования Республики Беларусь, Гомельский гос. Ун-т им. Ф. Скорины. – Гомель: ГГУ им. Ф. Скорины, 2016. – 407 с.

3. Логвина, Т.Ю. Физкультура которая лечит: пособие для педагогов и мед. работников дошк. учреждений / Т.Ю. Логвина. – Мозырь: ООО ИД «Белый Ветер», 2003. – С.77-93.

4. Шебеко, В.Н. Физкульт – ура!: Программа физического воспитания детей в саду / В.Н. Шебенко, В.А. Овсянкин. – Мозырь: изд-во "Белый ветер", 2006. – 92с.

5. Баранов, А. А. Состояние здоровья современных детей и подростков и роль медико- социальных факторов в его формировании / А. А. Баранов, В. Р. Кучма, Л. М. Сухарева // Вестник РАМН. – 2009. – №5. – С. 6– 11.

6. Тозик, О. В. Физкультурные оздоровительные системы: практическое руководство для студентов факультета физической культуры специальности 1- 03 02 01 физическая культура / О. В. Тозик, С. В. Мельников; РБ, Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины. – «УО ГГУ им. Ф. Скорины». – 2017. – 43 с.