

**ТЕРЕШИНА СВЕТЛАНА ВЕНЕДИКТОВНА**  
**воспитатель по физической культуре ГБОУ**  
**детский сад 855 СЗОУО г.Москвы**

СТАНОВЛЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ  
У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПО  
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЮ (В АСПЕКТЕ ОХРАНЫ И  
ГИГИЕНЫ ЗРЕНИЯ)

Работа по самообразованию

# Актуальность темы.

Актуальность данного исследования обуславливается двумя факторами:

1. С одной стороны отмечаются неблагоприятные тенденции к ухудшению состояния здоровья детей;
2. С другой стороны существует необходимость совершенствования подходов к взаимодействию образовательных учреждений и семьи, поиска форм эффективного сотрудничества педагогов и родителей по применению здоровьесберегающих технологий в аспекте охраны и гигиены зрения дошкольников, в воспитании здорового ребенка в общем.

**Объект исследования:** процесс становления физической компетентности у детей старшего дошкольного возраста по здоровьесбережению в аспекте охраны и гигиены зрения.

**Предмет исследования:** определение условий для организации охраны и гигиены зрения старших дошкольников в условиях дошкольного образовательного учреждения.

**Гипотеза исследования:** если создать оптимальные условия по охране и гигиене зрения старших дошкольников в условиях ДОО, то возможно это повысит их физическую компетентность и общую культуру дошкольников и их родителей об их состоянии здоровья.

**Для реализации и проверки следующей гипотезы предстоит решить следующие задачи:**

1. изучение психолого-педагогической и медицинской литературы по проблеме исследования;
2. изучение психолого-социальных основ формирования у ребенка позиции создателя в отношении своего здоровья.
3. рассмотрение условий в системе дошкольного образования для детей с нарушением зрения.
4. выявление уровня компетентности родителей и педагогов по проблеме физической компетентности по здоровьесбережению в аспекте охраны и гигиены зрения.
5. определение условий для процесса становления физической компетентности у детей старшего дошкольного возраста по здоровьесбережению в аспекте охраны и гигиены зрения в условиях ДОУ.
6. разработка методических рекомендаций для педагогов и родителей по становлению физической компетентности у детей старшего дошкольного возраста по здоровьесбережению зрения в аспекте его охраны и гигиены.

## **Методы исследования:**

1. Анализ научно-методической (психолого-педагогической) и медицинской документации испытуемых по проблеме исследования;
2. Беседы с педагогами, дошкольниками и их родителями;
3. Проведение констатирующего эксперимента;
4. Анкетирование родителей, воспитателей.

Базой для исследования проблемы явилось Государственное Образовательное Учреждение – детский сад комбинированного вида № 855 СЗОУО г. Москвы. В исследовании принимало участие 40 детей дошкольного возраста 6-7 лет (две подготовительные к школе группы) и 40 родителей дошколят.

В 1 главе будем рассматривать основные направления и теоретические основы становления физической компетентности, значение зрительного органа в познании окружающей действительности и самого себя, отношение к своему здоровью на разных возрастных этапах психического развития, психолого-социальные основы формирования у ребенка позиции создателя в отношении своего здоровья, содержание программ по здоровьесбережению дошкольников, условия в системе дошкольного образования для детей с нарушением зрения, сохранение и укрепление здоровья в условиях ДОО и семьи.

Под воздействием воспитания, образования ребенок познает окружающий мир, знакомится с его определенными ценностями, развивается, становится компетентной личностью.

Самое краткое определение **компетентности** по И.Зимней – это успешное действие в конкретной ситуации. Физическая компетентность определяется способностям, знаниями, умениями и навыками эффективного самоуправления физическим состоянием организма в объеме не менее требуемых стандартами конкретной ситуации.

**Формирование и становление физической компетентности** по здоровьесбережению у детей дошкольного возраста проявляется в процессе и вследствие самостоятельного регулирования активности – отдыха, свободного выбора позы, длительности и темпа выполнения выбранного дела.

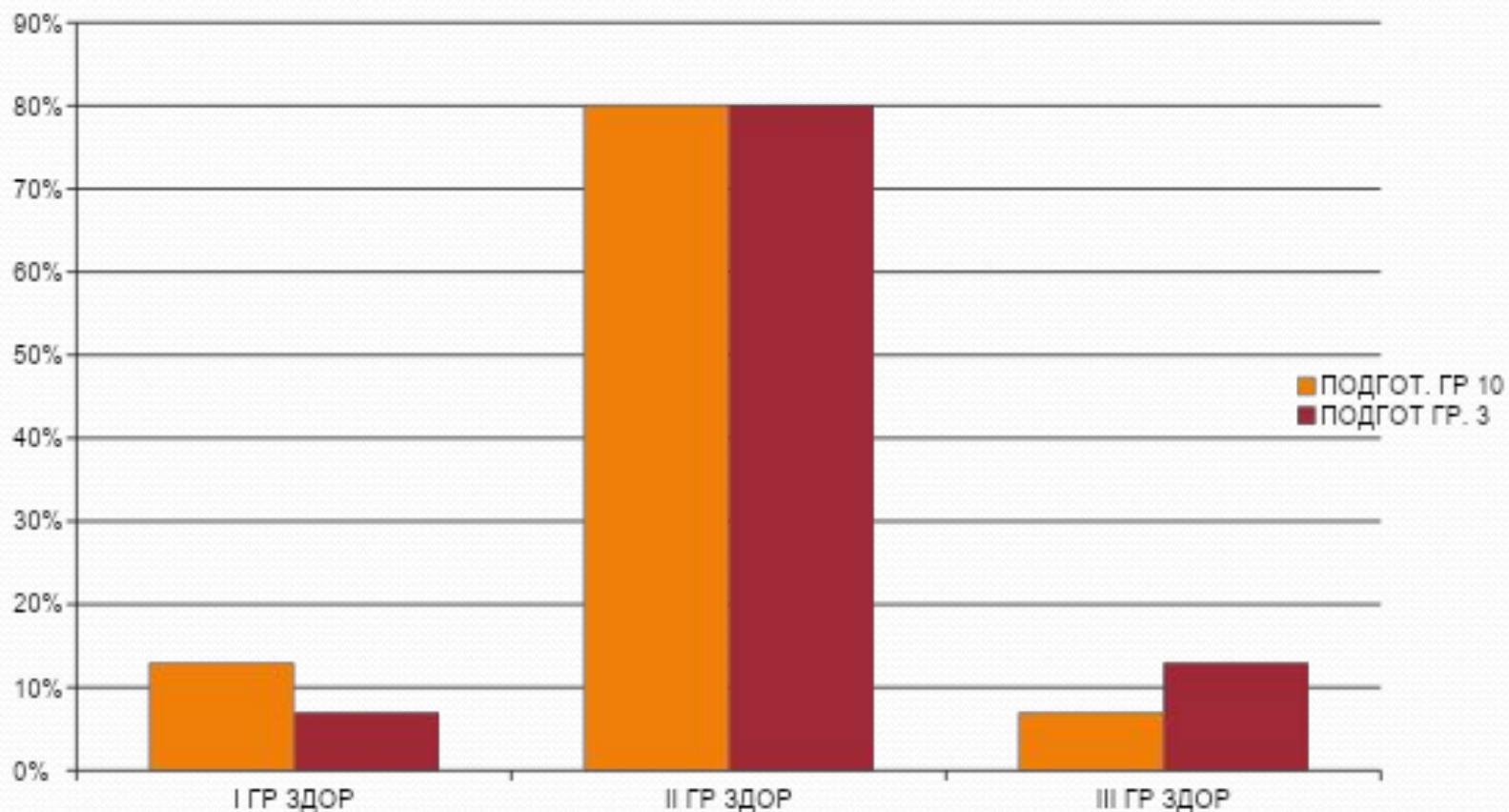


Во 2 главе рассмотрим проведенную опытно-экспериментальную работу по становлению физической компетентности у детей старшего дошкольного возраста по сбережению зрения в условиях взаимодействия детского сада и семьи.

Для разработки и внедрения в практику работы ДОО условий по становлению физической компетентности по здоровьесбережению в аспекте охраны и гигиены зрения были предложены следующие задачи:

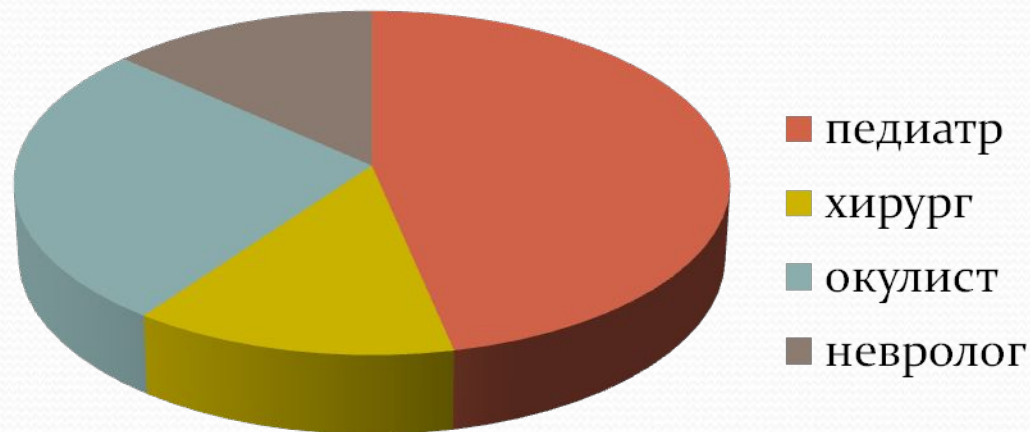
1. Провести оценку здоровья детей 6-7 лет по результатам медико-педагогической проверки (сбор банка данных по оценке здоровья детей (группы здоровья, общий анализ заболеваемости по отношению к средним показателям по саду, анализ заболеваемости органов зрения детей 6-7 лет в количестве 40 человек), анкетирование родителей, педагогов и детей по проблеме исследования).
2. Сформировать банк данных и разработать условия для взаимодействия детского сада и семьи по проблеме исследования.

По результатам мониторинга дети  
распределились по группам здоровья  
следующим образом.



## По результатам мониторинга здоровья детей выявлены показатели, у каких специалистов наблюдаются дети:

Комментируя данную диаграмму, необходимо отметить, что большее количество детей наблюдаются у педиатра по каким-либо показаниям, второе место занимают дети, находящиеся под специальным наблюдением окулиста. Причем по данным анализа медицинской документации врача ДОУ, в основном дети, наблюдающиеся у окулиста, имеют диагноз, связанный с астигматизмом и амблиопией.

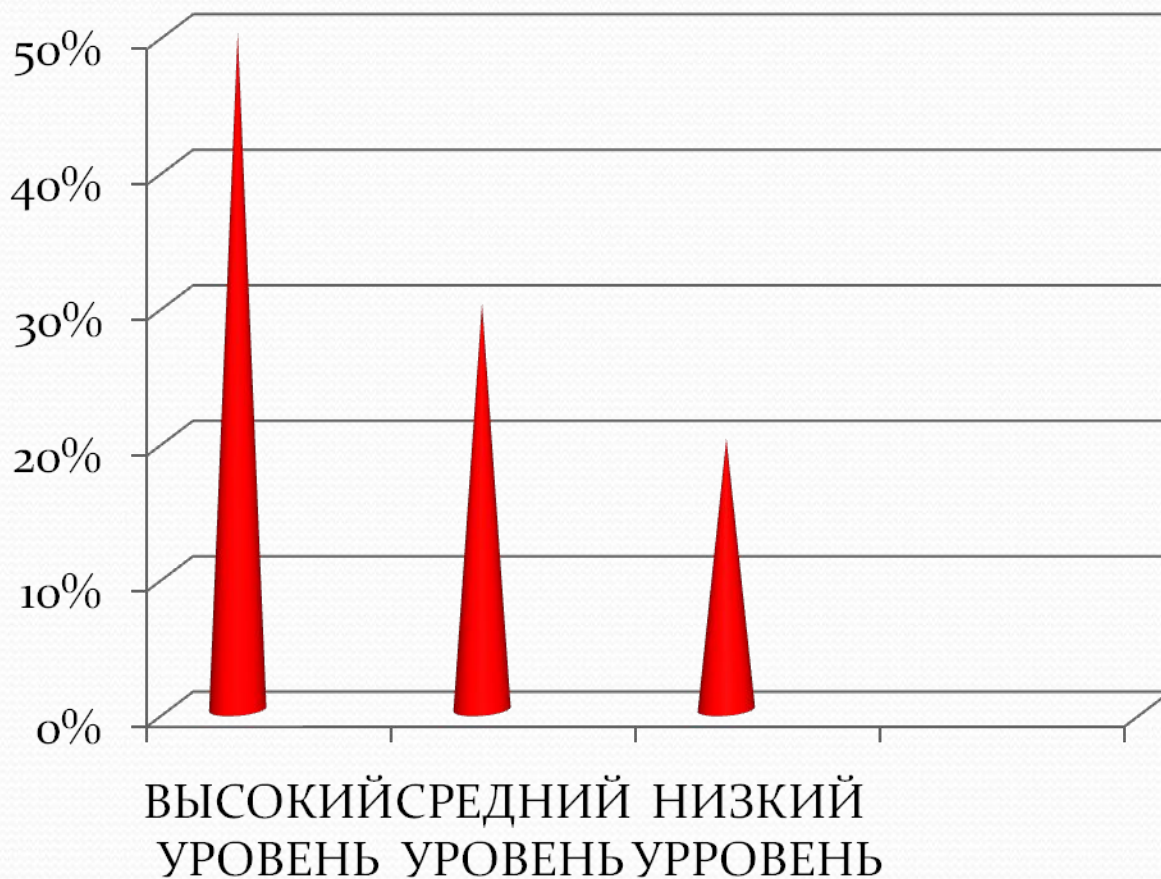


По результатам опроса родителей и педагогов выявлено, что современные семьи испытывают ряд трудностей в вопросах охраны здоровья и гигиены зрения детей. Изучение значимости для них рационального режима дня, гигиены зрения позволило установить, что в практике семейного воспитания имеется разрыв между потенциальными средствами здоровьесбережения и их реальным использованием.

Поэтому необходимо повышать компетентность по здоровьесбережению в аспекте охраны и гигиены зрения не только у воспитанников ДОУ, но и их родителей.

# РЕЗУЛЬТАТЫ ОПРОСА ДЕТЕЙ 6-7 ЛЕТ НАГЛЯДНО ПРЕДСТАВЛЕН НА ДАННОЙ ДИАГРАММЕ.

На данной гистограмме видно, что половина опрошенных детей имеют высокий уровень физической компетенции по здоровьесбережению в аспекте охраны и гигиены зрения. Но в то же время другая половина дошкольников плохо освещена в области охраны и гигиены зрения, из чего следует, что необходимо проводить работу по повышению уровня компетенции в области здоровьесбережения зрения.



По результатам опроса детей 6-7 лет, выявлено:

- дети понимают значение зрительного органа - глаза – в познании окружающей действительности,
- но не все дети обращают внимание на форму глаза,
- не знают назначение ресниц, что они предотвращают глаза от пыли, а веко защищает глаз,
- большинство детей проводят длительное время за просмотром телепередач и компьютерными играми (причем время не ограничено родителями),
- не все дети знают, что есть гимнастика для глаз, которая укрепляет зрительный орган и в то же время снимает напряжение с глаз.

Анализируя опрос и детей, и родителей и педагогов ДООУ, можно сделать вывод: выбранная тема актуальна, а создание необходимых условий и разработка рекомендаций как для родителей ДООУ, так и для педагогов по повышению физической компетентности у детей старшего дошкольного возраста по здоровьесбережению в аспекте охраны и гигиены зрения позволит повысить компетентность не только родителей дошкольников, педагогов, но и самих дошкольников в первую очередь.

В ЗАКЛЮЧЕНИИ ХОЧЕТСЯ ОТМЕТИТЬ -  
ВАЖНО У СОВРЕМЕННЫХ РОДИТЕЛЕЙ  
ФОРМИРОВАТЬ И ПОДДЕРЖИВАТЬ  
ИНТЕРЕС К ОЗДОРОВЛЕНИЮ САМИХ СЕБЯ  
И СВОЕГО РЕБЕНКА, ТАК КАК РОДИТЕЛЬ  
ЯВЛЯЕТСЯ ПЕРВЫМ ПЕДАГОГОМ,  
КОТОРЫЙ ОБЯЗАН ЗАЛОЖИТЬ ОСНОВЫ  
ФИЗИЧЕСКОГО, НРАВСТВЕННОГО И  
ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ  
РЕБЕНКА (СТ.18 Закона РФ «Об  
Образовании»)

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!