

МРНТИ 14.23.07

Г.Г.ПАРИМБАЙ¹, Р.К.КЕРИМБАЕВА¹

¹Таразский государственный университет имени М.Х.Дулати
(Тараз, Казахстан), gulzhanat.parimbay@bk.ru risti1971@mail.ru;
<https://doi.org/10.51889/2020-2.2077-6861.24>

МОДУЛЬ «ЗДОРОВЬЯ» ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация

Содержание научной статьи посвящена психологии здоровья как о науке, исследующей психологические причины здоровья человека, методы и средства его сохранения, укрепления и развития. Авторами разработан модуль «Здоровье», которое относится к области здоровьесберегающих технологий, и может быть предназначена к использованию в детских садах для психо-физиологического и лечебно-профилактического назначения. Модуль направлен на сохранение и укрепление психологического здоровья ребенка. Дети главный капитал здорового населения и сильного государства. Дошкольные учреждения нуждаются в новых технологиях, которые будут обеспечивать детям хорошее времяпровождение. Поэтому изобретения должны быть яркими, многофункциональными и полезными для здоровья. Статья раскрывает все функциональности нового изобретения, которое несет название: модуль «Здоровья». Модуль учитывает возможности и желания ребенка.

Ключевые слова: модуль; здоровья; дошкольный возраст; здоровьесберегающая технология.

Введение. Актуальность исследования заключается во внедрении в практику модуля «Здоровья» в совершенствовании психологического здоровья молодого поколения на сегодняшний день. Апробация модуля «Здоровья» проходит в детском саду №12 г.Тараз.

Научная значимость: Данное исследование представляет научно-практический путь совершенствования психологического здоровья молодого поколения. *Цель исследования:* Повышение психологического здоровья детей через внедрение модуля «Здоровья» в учебно-воспитательный процесс системы дошкольного образования.

Основная часть. В психологии физическое здоровье находится в гармонии душевным здоровьем. То есть психологически здоровый ребенок, с большой долей вероятности будет здоров и физически. И это создает предпосылки для дальнейшего развития и совершенствования в течение всей жизни [1]. Основной целью деятельности дошкольного учреждения является воспитание здорового образа жизни, привитие интереса к спорту, соблюдение правил распорядка дня, закалывание новыми инновационными путями.

Воспитание всесторонне физически зрелого и хорошего здоровья ребенка является обязанностью каждого родителя и детского сада [2].

Мы живем в XXI веке – веке мобильных телефонов, компьютеров и высочайших технологий, веке стремительного ритма жизни и экологических кризисов, поэтому проблема здоровья и его сохранения является наиболее значимой. И если мы хотим иметь здоровую нацию, необходимо заниматься этой проблемой систематически и целенаправленно [3].

Дошкольный период – это очень динамично развивающийся период детского организма. То есть все нервные системы и органы тела, подвергаются нервно-психическому развитию организма ребенка этого возраста. Поэтому в дошкольной организации должны проводиться комплексные и системные мероприятия здравоохранения. Только тогда новый растущий организм сможет выдерживать воздействие внешних факторов [4].

Наблюдается быстрое развитие детей дошкольного возраста. Ребенок растет, вес и тело изменяются. В центральной нервной системе ребенка происходят большие из-

менения. Мозг ребенка 5 лет, похож на мозг – взрослого человека [5]. Следовательно, физиологическое развитие является одним из факторов, влияющих на успеваемость ребенка. Физиологически определяется готовность ребенка к школе, уровень основного функционального развития организма и его общее здоровье [6].

В медицинских картах детей, школьного возраста, не записаны сведения о состоянии нервной системы ребенка, в том числе о полном развитии и соматическом развитии ребенка. Однако, как сообщают питерские ученые, у 40-60% детей 5-6 лет наблюдались минимальные нервные расстройства [7].

В таких случаях педагоги рассматривают причины и пути психокоррекции, восстановления в соответствии с причинами внутренних стрессов. Она помогает устранить недостатки в развитии ребенка, наладить отношения с родственниками в семье, рассмотреть пути его улучшения, наладить теплое общение [8].

Решение проблем развития логического мышления детей дошкольного возраста, несомненно, является тяжелым грузом для воспитателя. Вместе с тем, способность расширять круг жизненных действий формируется только при наличии волевых качеств самовоспитания [9]. «Воля к самовоспитанию» означает то, что сформировавшаяся личность – это человек, способный жить самостоятельно. А эти ощущения формируются в дошкольной подготовке детей дошкольного возраста или в общеобразовательных школах [10].

Переход на новые образовательные стандарты требует от психолога не только высокой профессиональной компетентности, освоения нового содержания образования, но и овладения современными образовательными технологиями и инновационными программами [11]. Для реализации этой цели мы разработали инновационный модуль «Здоровья». Структура модуля «Здоровья» представлена на рисунках 1, 2.



Рисунок 1. Модуль «Здоровья»

Высота модуля – 2 метра 11 см, окружность – 3 метра 30 см, выполнен в виде карусели, которая вращается вокруг своей оси. Модуль рассчитан на 6 детей, которые в течение определенного времени смогут заниматься разнообразными здоровьесберегающими технологиями, как самостоятельно, так и с психологом [12].

Модуль «Здоровья» состоит из трех ча-

стей – стол с пеналами, тумбы (шесть граней), крыши (купола).

Стол с пеналами. 1 зона – «Сенсорные ящички». На рабочей поверхности модуля находятся функционирующие ящички. В них находятся различные наполнители – песок, пластилин, крышки, крупы, мелкие игрушки – все эти предметы используются для укрепления здоровья детей, стимулирования и

сохранения здоровья. Функциональная нагрузка: Песок –песочнотерапия является одной из формарт-терапии, от других форм этот процесс отличается простотой манипу-

ляций, возможностью изобретения новых форм, кратковременностью существования создаваемых образов.

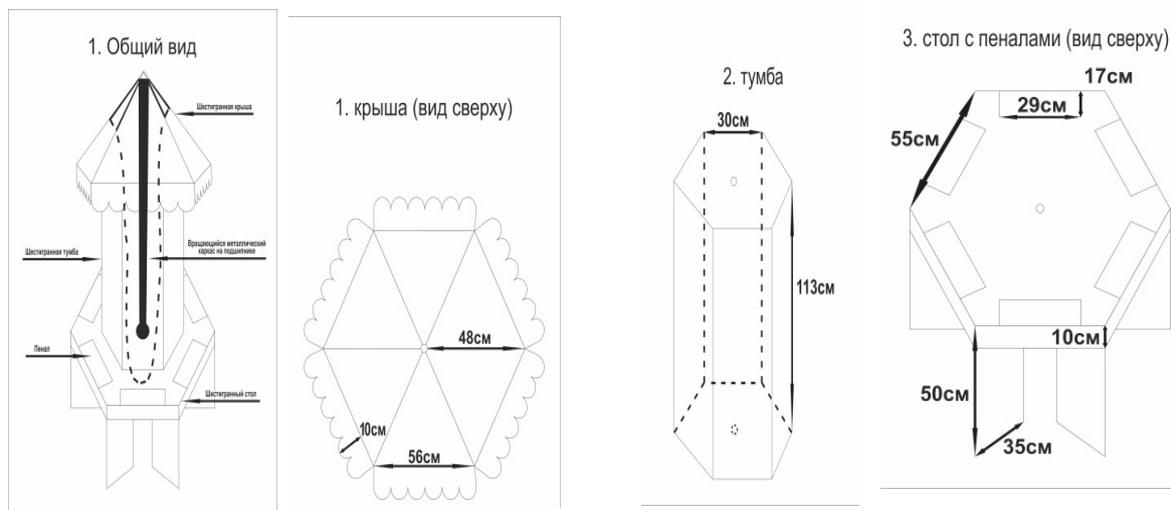


Рисунок 2. Модуль «Здоровья»

Модуль «Здоровья» состоит из трех частей – стол с пеналами, *тумбы* (шесть граней), *крыши* (купола).

Стол с пеналами. 1 зона – «Сенсорные ящички». На рабочей поверхности модуля находятся функционирующие ящички. В них находятся различные наполнители – песок, пластилин, крышки, крупы, мелкие игрушки – все эти предметы используются для укрепления здоровья детей, стимулирования и сохранения здоровья. Функциональная нагрузка: Песок–песочнотерапия является одной из формарт-терапии, от других форм этот процесс отличается простотой манипуляций, возможностью изобретения новых форм, кратковременностью существования создаваемых образов. Создание последовательных песочных композиций отражает цикличность психической жизни, динамику психических изменений. *Пластилин* – лепка из пластилина для детей не только веселое и увлекательное, но и очень полезное занятие. Занятия пластилином способствуют развитию мелкой моторики рук, координации движений, что оказывает благотворное влияние на речевое развитие ребенка. Лепка из пла-

стилина способствует развитию фантазии, воображения, раскрывается творческий потенциал. При лепке из пластилина – разминаются пальцы и ладони рук – а это развитие мозга и даже профилактика болезней. Ведь чем больше ребенок работает пальчиками, тем быстрее развивается, лучше говорит и думает. Во время игры за модулем звучит музыка. Технология музыкального воздействия используется в качестве вспомогательного средства как часть других технологий для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения. Музыка – это лекарство, которое дети слушают. Музыка способствует развитию творчества, фантазии.

Тумба (шесть граней). 2 зона – «Развивайка». Зона оборудована шнурками, бусами, колечками, тактильными мешочками с разными наполнителями. Функциональная нагрузка: систематические упражнения пальцев развивают у детей мелкую моторику и координацию движений рук, превращают процесс в увлекательную игру, не только обогащают внутренний мир ребенка, но и оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию.

3 зона – игра «Квадрограф». «Квадрограф» задуман по подобию игры «Геоконт» В.Воскобовича. Представляет собой набитые на грани модуля (прямоугольную поверхность) цветные пластмассовые гвозди в количестве – 60 штук, расположенные по квадрату. Моделирующим началом выступают разноцветные резинки. В результате такого конструирования получают предметные силуэты, геометрические фигуры, узоры, буквы, цифры. Функциональная нагрузка: В результате игр с «Квадрографом» у детей развивается моторика кисти и пальчиков, сенсорные способности (освоение цвета, формы, величины), мыслительные процессы – повышает тонус коры головного мозга, способствует развитию психомоторных процессов (конструирование по словесной модели, построение симметричных и несимметричных фигур, поиск и установление закономерностей), творчество, формирует навык ориентации в пространстве и на плоскости.

4 зона – «Дидактическая кукла». Плоскостная кукла, размер 50х30 см, одежда выполнена из материалов разных по толщине, качеству, фурнитуры, несущей обучающую и развивающую функцию. Функциональная нагрузка: Ребенок учиться застегивать пуговицы, замочки, кнопки. В ходе игры он не только развивает моторику рук, но и развивает речь – закрепляя виды одежды, времена года, логическое мышление, умение устанавливать причинно-следственные связи. Мотивирует ребенка на дисциплинированность и аккуратность в жизни. Способствует эмоционально-нравственному развитию ребенка.

5 зона – «Бизиборд». Развивающая доска для детей, на которой закреплены фонарики, прерыватели света, щеколды, замочки, крючки. Функциональная нагрузка: играя в этой зоне ребенок развивает мелкую моторику рук, логику и мышление; способствует изучению различных цветов; формирует причинно-следственные связи; развивает самостоятельность и познавательную активность; способствует развитию произвольности (умение играть по правилам и выполнять инструкции). В процессе игры и

упражнений на развитие мелкой моторики у детей улучшаются внимание, память, слуховое и зрительное восприятие, воспитывается усидчивость, формируется игровая и учебно-практическая деятельность.

6 зона – «Магнитная доска». Магнитная доска прикреплена к одной из граней модуля, имеет размер 20х30 см. Оснащена магнитами с изображениями цифр, букв. Функциональная нагрузка: Магнитная доска – это замечательный вид развивающей игрушки, времяпрепровождение с ней, позволяет ребенку лучше овладеть способностями к рисованию, помогает развить мелкую моторику рук, также необходимую для творческого мышления фантазию, развиваться в интеллектуальном направлении. На ее поверхности малыш начнет с удовольствием учиться писать, считать и читать.

7 зона – «Доска для рисования». Доска крепится на одной из граней модуля. Она занимает минимум пространства, принося при этом огромную пользу. В комплект входит специальная ручка, с помощью которой ребенок рисует на поверхности доски. Функциональная нагрузка: Рисуя, ребенок не только развивает свое творчество, но своего рода проводит релаксацию. Идет психологическая разгрузка, релаксация. Релаксационные упражнения способствуют снятию внутреннего мышечного напряжения, помогают детям успокоиться, тем самым привести их нервную систему и психику в состояния покоя.

Крыша (купол). 8 зона – «Купол модуля» Под куполом модуля расположены перышки и бабочки, которые используются для дыхательной гимнастики. Функциональная нагрузка: Дыхательная гимнастика осуществляется в различных формах игры. Наряду с дыхательной гимнастикой проводится звуковая гимнастика, целью которой является научить детей дышать через нос и подготовить к их более сложным дыхательным упражнениям. Такая гимнастика укрепляет дыхательную мускулатуру, повышает сопротивляемость организма к простудным заболеваниям. Дыхательная гимнастика по-

ложительно влияет на дыхательную и сердечнососудистую системы.

Таким образом, модуль «Здоровья» относится к конструкции карусели, вращающейся вокруг металлического стержня. Стержень служит центром, от которого происходит условное деление модуля на шесть сегментов. Отличительной чертой данной разработки от карусели, является то, что она несет в себе не только развлекательно-игровую функцию, она служит здоровьесберегающим, развивающим, обучающим модулем.

Данный модуль может найти широкое применение в качестве тренажера для развития психомоторных навыков и умений у детей дошкольного возраста, а также дает оздоровительно-релаксационный эффект. Быструю сборку полной конструкции карусели можно выполнить с минимальным количеством людей. Одним из главных достоинств предлагаемого модуля является мобильность и возможность использования в любом помещении.

Список использованных источников

- [1] Коломинский Я.Л. Психическое развитие дошкольников. – М., 2018. 220 с.
- [2] Психология здоровья: Учебн. для вузов /Ред. Г.С.Никифоров. – СПб.: Питер, 2017. – 606 с.
- [3] Уоллейс П. Психология Интернета. -Алматы: Национальное бюро перевода, 2019. – 356 с.
- [4] Катков А.Л., Джарбусынова Б.Б. Психическое здоровье населения Республики Казахстан. – Павлодар, 2016. – 220 с.
- [5] Урунтаева Г.А. Психология дошкольного возраста. – М.: Академия, 2015. – 300 с.
- [6] Никифоров Г.С. Психология здоровья /Учеб. пособие. – СПб.: Речь, 2016. – 607 с.
- [7] Айдарбекова К.А. Дети с отклонениями в поведении. – Алматы, 2014. – 150 с.
- [8] Якобсон С.Н. Дошкольник. Психология и педагогика возраста. – М.: ДРОФА, 2018. – 280 с.
- [9] Шерьязданова Х.Т. Психология общения в дошкольном образовании. Теория и практика. – Алматы.: Казак университеті, 2015. – 250 с.
- [10] Волков Б.С. Дошкольная психология. – Москва, 2016. – 288 с.
- [11] Исалиева С.Т., Искакова А.Т. Актуальные аспекты формирования здоровой личности ребенка //Педагогика и психология. – 2017. – №1 (30). – С.69-74
- [12] Керимбаева Р.К. Дамыту ойындары. –Тараз, 2016. – 120 б.

References

- [1] Kolominskij Ya.L. Psihicheskoe razvitie doshkol'nikov. – M., 2018. 220 s.
- [2] Psihologiya zdorov'ya: Uchebn. dlya vuzov /Red. G.S.Nikiforov. – SPb.: Piter, 2017. – 606 s.
- [3] Uollejs P. Psihologiya Interneta. -Almaty: Nacional'noe byuro perevoda, 2019. – 356 s.
- [4] Katkov A.L., Dzharbusynova B.B. Psihicheskoe zdorov'e naseleniya Respubliki Kazahstan. – Pavlodar, 2016. – 220 s.
- [5] Uruntaeva G.A. Psihologiya doshkol'nogo vozrasta. – M.: Akademiya, 2015. – 300 s.
- [6] Nikiforov G.S. Psihologiya zdorov'ya /Ucheb. posobie. – SPb.: Rech', 2016. – 607 s.
- [7] Ajdarbekova K.A. Deti s otkloneniyami v povedenii. – Almaty, 2014. – 150 s.
- [8] Yakobson S.N. Doshkol'nik. Psihologiya i pedagogika vozrasta. – M.: DROFA, 2018. – 280 s.
- [9] Sher'yazdanova H.T. Psihologiya obshcheniya v doshkol'nom obrazovanii. Teoriya i praktika. – Almaty.: Kazak universiteti, 2015. – 250 s.
- [10] Volkov B.S. Doshkol'naya psihologiya. – Moskva, 2016. – 288 s.
- [11] Isaliev S.T., Iskakova A.T. Aktual'nye aspekty formirovaniya zdorovoj lichnosti rebenka //Pedagogika i psihologiya. – 2017. – №1 (30). – S.69-74
- [12] Kerimbaeva R.K. Damytu ojyndary. –Taraz, 2016. – 120 b.

Мектеп жасына дейінгі балаларға арналған «Денсаулық» модулі

Г.Г.Паримбай¹, Р.К.Керимбаева¹

¹М.Х.Дулати атындағы Тараз мемлекеттік университеті
(Тараз, Қазақстан)

Аңдатпа

Ғылыми мақаланың мазмұны адам денсаулығының психологиялық себептерін, оны сақтау, нығайту және дамыту әдістері мен құралдарын зерттейтін ғылым ретінде денсаулық психологиясына арналған. Авторлар Денсаулық сақтау технологияларының саласына жататын «Денсаулық» модулін әзірледі және бала бақшаларда психо-физиологиялық және емдік-профилактикалық мақсатта пайдалануға арналған. Модуль баланың психологиялық денсаулығын сақтауға және нығайтуға бағытталған. Балалар дені сау халық пен күшті мемлекеттің басты капиталы. Мектепке дейінгі мекемелер балалардың жақсы уақыт өткізуін қамтамасыз ететін жаңа технологияларды қажет етеді. Сондықтан өнертабыстар жарқын, көпфункционалды және денсаулық үшін пайдалы болуы тиіс. Мақала «Денсаулық» модулі деп аталатын жаңа өнертабыстың барлық функционалдығын ашады. Модуль баланың мүмкіндіктері мен тілектерін ескереді.

Түйінді сөздер: модуль, Денсаулық, мектепке дейінгі жас; денсаулық сақтаушы технология.

Module «Health» for children of preschool age

G.Parimbay¹, R.Kerimbaeva¹

¹Taraz state university named after M.Kh.Dulaty
(Taraz, Kazakhstan)

Abstract

The content of the scientific article is devoted to the psychology of health as a science investigating the psychological causes of human health, methods and means of its preservation, strengthening and development. The authors developed the module «Health», which belongs to the field of health saving technologies, and can be intended for use in kindergartens for psycho-physiological and therapeutic and preventive purposes. The module is aimed at preserving and strengthening the psychological health of the child. Children are the main capital of a healthy population and a strong state. Preschools need new technologies that will provide children with a good time. Therefore, inventions should be bright, multifunctional and healthy. The article reveals all the functionality of the new invention, which bears the name: module «Health». The module takes into account the possibilities and desires of the child.

Keywords: module, health, preschool age; health saving technology.

Редакцияға 06.04.2020 қабылданды.