

МЕКТЕПКЕ ДЕЙІНГІ, БАСТАУЫШ БІЛІМ БЕРУ, АРНАЙЫ ЖӘНЕ ҚОСЫМША БІЛІМ БЕРУ МӘСЕЛЕЛЕРІ

ПРОБЛЕМЫ ДОШКОЛЬНОГО И НАЧАЛЬНОГО, СПЕЦИАЛЬНОГО И ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

МРНТИ 14.23.07.

<https://doi.org/10.51889/5710.2022.77.99.020>

Утешкалиева А.М.,¹ Нурғалиева А.К.¹

*¹Халел Досмухамедов атындағы Атырау университеті
Атырау қ., Қазақстан*

МЕКТЕП ЖАСЫНА ДЕЙІНГІ БАЛАЛАРДЫҢ ДЕНСАУЛЫҒЫН САҚТАУДАҒЫ МЕКТЕПКЕ ДЕЙІНГІ ҰЙЫМНЫҢ РӨЛІ

Андатпа

Отандық мектепке дейінгі білім беру жүйесі гигиеналық білім беруде құнды тәжірибе жинай алады, дегенмен мектеп жасына дейінгі балалардың денсаулығының нашарлауы және қазіргі әлеуметтік жағдайлар қазіргі әлемде салауатты өмір салтын қалыптастырудың жаңа тәсілдерін талап етеді.

Қоғамның қазіргі жағдайы, оның дамуының жоғары қарқыны адамға және оның денсаулығына жаңа, жоғары талаптар қояды. Қазіргі адамның денсаулық мәдениетін игерместен өзін білімді деп санауға құқығы жоқ. Денсаулық мәдениеті, ең алдымен, сіздің денеңізге зиян келтірместен өмір сүру қабілетін анықтайды, бірақ оған пайда әкеледі. Денсаулық-бұл аурудың болмауы ғана емес, бұл оңтайлы жұмыс қабілеттілігінің, шығармашылық қайтарымының, эмоционалды тонусының және болашақтың негізін құрайтын жағдайы. Ал, балалардың салауатты өмір салты деңгейіне қоршаған орта, отбасы және өмір салты үлкен әсер етеді деп саналады. Бүгінгі таңда мектепке дейінгі білім беру мекемесінің негізгі қызметі мектеп жасына дейінгі балаларды заманауи жағдайларға бейімдеу, балаларды мектепте оқуға дайындау болып табылады. Бастамашылдықты дамыту, білім құндылығын түсінудің тәуелсіздігі, шешім қабылдау және жауапкершілікті өз мойнына алу, өмірдің стандартты емес міндеттерін шешу сияқты білім беру мақсаттары маңыздылыққа ие болады.

Түйін сөздер: мектепке дейінгі білім беру ұйымы, мектеп жасына дейінгі балалар, тәрбие, салауатты өмір салты.

Uteshkaliyeva A.¹ Nurgaliyeva A.¹

*¹Atyrau University named after Kh. Dosmukhamedov
Atyrau, Kazakhstan*

THE ROLE OF PRESCHOOL ORGANIZATIONS IN PRESERVING THE HEALTH OF PRESCHOOL CHILDREN

Abstract

The domestic system of preschool education can accumulate valuable experience in the field of hygienic education, however, the deterioration of the health of preschool children and modern social conditions require new approaches to the formation of a healthy lifestyle in the modern world.

The current state of society and the high rates of its development impose new, higher demands on a person and his health. A modern person has no right to consider himself educated without having a culture of health. The culture of health, first of all, determines the ability of your body to live without harm to it, but with benefit. Health is not only the absence of illness, it is optimal productivity, creative success, emotional tone and the basis of the future. It is believed that the environment, family and lifestyle have a great influence on the level of healthy lifestyle of children. To date, the main activity of the preschool educational institution is the adaptation of preschoolers to modern conditions, preparing children for school education.

Important are such educational goals as the development of initiatives, independence in understanding the value of education, decision-making and responsibility, as well as solving special life tasks.

Keywords: : preschool educational organization, preschool children, upbringing, healthy lifestyle.

Утешкалиева А.М., ¹ Нурғалиева А.К. ²

¹ Атырауского университета имени Х.Досмухамедова
г. Атырау, Казахстан

РОЛЬ ДОШКОЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ В СОХРАНЕНИИ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация

Отечественная система дошкольного образования может накопить ценный опыт в области гигиенического воспитания, однако ухудшение здоровья дошкольников и современные социальные условия требуют новых подходов к формированию здорового образа жизни в современном мире.

Современное состояние общества и высокие темпы его развития предъявляют новые, более высокие требования к человеку и его здоровью. Современный человек не имеет права считать себя образованным, не владея культурой здоровья. Культура здоровья, прежде всего, определяет способность вашего организма жить без вреда для него, но с пользой. Здоровье-это не только отсутствие болезни, это оптимальная производительность, творческая отдача, эмоциональный тон и основа будущего. Считается, что окружающая среда, семья и образ жизни оказывают большое влияние на уровень здорового образа жизни детей. На сегодняшний день основным направлением деятельности дошкольного образовательного учреждения является адаптация дошкольников к современным условиям, подготовка детей к школьному образованию. Важными являются такие образовательные цели, как развитие инициативы, самостоятельность в понимании ценности образования, принятие решений и ответственность, а также решение особых жизненных задач.

Ключевые слова: дошкольная образовательная организация, дети дошкольного возраста, воспитание, здоровый образ жизни.

Кіріспе

Біздің дәуіріміз-жарқын ерліктер дәуірі және оларды қуанышты өмір сүретін, өз денсаулығына дұрыс қарайтын адамдар жасайды. Әр адамның денсаулығы туғаннан бастап табиғатпен белгіленеді және ол бастапқыда адамдарға тән барлық нәрсені жүзеге асырудың қажетті шарты болып табылады және оның мүмкіндіктері біздің болашағымыз болып табылады.

Қазіргі әлемде денсаулық – ұлттың ең басты қағидасы, егер ол байлық деп айтылса, онда оны қорғау және сақтау керек деп көп айтылатыны бекер емес. Халық даналығы "Денсаулық – әркім өзі бағындыруы тиіс шын" деп бекер айтпаса керек, өйткені мемлекет дені сау балаларды, болашақ ұрпақты тәрбиелеу мен дамыту үшін барлық күш-жігерін жұмсайтын кезде біздің ұлтымыздың дені сау болады, ал балалар-бұл өмірдің гүлі екенін және біз бұл гүлдерді өсіріп, оларды өмірдің дұрыс жолына бағыттауымыз керек екенін бәрі біледі.

Білім туралы заң және мемлекеттік білім беру стандарты назар аударады:

1. Балалардың жалпы мәдениетін, оның ішінде салауатты өмір салтының құндылықтарын қалыптастыру, дене қасиеттерін дамыту.

2. Балалардың физикалық және психикалық денсаулығын, эмоционалды әл-ауқатын қорғау және нығайту.

3. Отбасына психологиялық-педагогикалық қолдау көрсету және ата-аналардың дамуы мен тәрбиесі, балалардың денсаулығын сақтау мен нығайту мәселелерінде құзыреттілігін арттыру.

Салауатты өмір салты-бұл "адамның өмір сүруіне қолайлы жағдайларды, оның мәдениетінің деңгейін, оның ішінде мінез-құлық және гигиеналық дағдыларды қамтиды. Денсаулықты сақтауға және нығайтуға мүмкіндік беретін, денсаулықтың бұзылуының алдын алуға ықпал ететін және өмірдің оңтайлы сапасын сақтайтын өмір салты деген жалпы ұғымның категориясы. Біз салауатты өмір салтын дене тәрбиесі мен физикалық дамусыз елестете алмаймыз, мұның бәрі бір-бірімен байланысты.

Денсаулық мәселесін кең әлеуметтік тұрғыдан қарастырған жөн. М.Монтель (1553-1592): "Денсаулық – бұл шын мәнінде уақыт, күш, еңбек және барлық игіліктерді аямай, сонымен қатар ол

үшін өмірдің бір бөлшегін құрбан етуге болатын баға жетпес байлық, өйткені онсыз төзуге болмайтын, және қорлықта өмір болады" деген [1].

Әдетте, болашақ адамның денсаулығы мектепке дейінгі жаста қалыптасады. Балалық шақтың алғашқы кезеңдерінің маңыздылығын асыра бағалау қиын. Отандық мектепке дейінгі білім беру жүйесі гигиеналық білім беруде құнды тәжірибе жинады, алайда мектеп жасына дейінгі балалардың денсаулығының нашарлауы және қазіргі әлеуметтік жағдайлар қазіргі әлемде салауатты өмір салтын қалыптастырудың жаңа тәсілдерін талап етеді.

Қоғамның қазіргі жағдайы, оның дамуының жоғары қарқыны адамға және оның денсаулығына жаңа, жоғары талаптар қояды. Қазіргі адамның денсаулық мәдениетін игерместен өзін білімді деп санауға құқығы жоқ. Денсаулық мәдениеті, ең алдымен, сіздің дененізге зиян келтірместен өмір сүру қабілетін анықтайды, бірақ оған пайда әкеледі. Денсаулық-бұл аурудың болмауы ғана емес, бұл оңтайлы жұмыс қабілеттілігінің, шығармашылық қайтарымының, эмоционалды тонусының және болашақтың негізін құрайтын жағдайы.

Жетекші мамандардың (Л.И. Божович, А. А. Венгер, Л. С. Выготский және т. б.) пікірінше, бұл қол жетімді және қызықты іс-шаралар арқылы денсаулық пен салауатты өмір салты құндылықтарын саналы түрде қалыптастыру үшін ең жақсы кезең мектепке дейінгі жастағы балалардың кезеңі болып есептеледі [2].

Мектепке дейінгі жас физикалық және психикалық денсаулықтың негізін қалыптастыруда шешуші болып табылады. Дәл осы кезеңде мүшелер мен дененің қарқынды дамуы жүреді, жеке тұлғаның негізгі белгілері қалыптасады, кішкентай адамның мінезі қалыптасады. Қазіргі уақытта экологиялық және әлеуметтік қолайсыздықтар аясында денсаулықтың нашарлауы байқалады. Мектепке дейінгі мекемелердің түлектерінің көпшілігі мектепке психофизикалық және әлеуметтік денсаулық тұрғысынан оқуға дайын емес келеді және бұл ғана емес, өйткені балалармен МДББМ-да жұмыс жасалмайды, бірақ барлық ата-аналар салауатты өмір салтына қызығушылық танытпайды және тек мұғалімдерге сенімділік танытады. Балаларды тәрбиелеу мен дамыту тек қана мектепке дейінгі жастағы баламен жұмыс жеткілікті деп есептейді. Осылайша, денсаулық мәселесі денсаулықты сақтау және нығайту мәселелері бойынша бүкіл білім беру процесі мен балалардың өмірін өзгерту мен қайта қараудың объективті қажеттілігі мен ғылыми-әдістемелік қамтамасыз етудің болмауы, сондай-ақ педагогикалық ғылым мен практикада қарастырылған мәселелердің жеткіліксіз болуы мектеп жасына дейінгі балалардың денсаулығын сақтаудағы мектепке дейінгі ұйымның рөлінің теориялық негіздерін талдауға себеп болды.

Мектеп жасына дейінгі балалардың салауатты өмір салты мен денсаулығын сақтаудағы мектепке дейінгі ұйымның рөлін анықтау зерттеуіміздің басты мақсаты болып табылады.

Мектепке дейінгі білім беруде денсаулық сақтау технологияларының (ДСТ) мақсаты– балабақшадағы педагогикалық процесс субъектілерінің денсаулығын сақтау, қорғау және байыту шаралары балалар, мұғалімдер және ата-аналардың қатынасуымен қазіргі мектепке дейінгі білім берудің басым міндеттерін шешуге бағытталған. Сондықтан балаға денсаулықтың нақты жоғары деңгейін қамтамасыз ету, валеологиялық мәдениетті тәрбиелеу, баланың адам денсаулығы мен өміріне саналы көзқарасының жиынтығы, денсаулық туралы білім және оны қорғау, қолдау және сақтау дағдылары, валеологиялық құзыреттілік, мектеп жасына дейінгі балаға өз бетінше, салауатты өмір салты мен қауіпсіз мінез-құлық мәселелерін қарапайым медициналық, психологиялық өзіндік көмек пен көмек көрсетумен байланысты міндеттерін тиімді шешуге мүмкіндік береді [3].

Өкінішке орай, қазіргі балалар компьютер мен теледидарда көбірек уақыт өткізеді. Спорт залдары мен белсенді демалыс ұмытылған, бірақ олар омыртқаны ғана емес, сонымен бірге денені де үйлесімді түрде дамытады. Физикалық белсенділіктің болмауына байланысты біздің балалар жалқаулыққа бейім. Олар, қаншалықты өкінішті болса да, көше қызықтырмайды, қозғалғысы келмейді, ауыр физикалық еңбек және жаяу жүруден басқа кез-келген қозғалыс, әдетте, қажет емес деп санайды. 70% жағдайда кифоздар мен сколиоздар дәл артқы бұлшықеттерге жеткілікті және дұрыс, тең жақты жүктеменің болмауына байланысты болады. Омыртқаның бекітілуі жетілмеген, бұл бұлшықеттің дамуына байланысты және қалыптың өзгеруіне әкеледі. Баланы сау деп атауға болады, егер ол:

➤ физикалық тұрғыдан-шаршауды жеңе алса, денсаулығы оған оңтайлы режимде әрекет етуге мүмкіндік берсе;

➤ интеллектуалды-жақсы ақыл-ой қабілеттерін, қызығушылығын, қиялын, өзін-өзі үйренуін көрсете алса;

- моральдық-адал, өзін-өзі сынайтын, эмпатикалық тұлға болса;
- әлеуметтік жағынан-теңдестірілген, қызығушылыққа және таңдануға қабілетті болса.

Технология - бұл мұғалімнің жоғары сапалы педагогикалық кәсіби іс-әрекетінің құралы. Педагогикалық технологияның мәні-оның белгілі бір кезеңділігі (кезең-кезеңімен) бар, әр кезеңдегі белгілі бір кәсіби әрекеттер жиынтығын қамтиды, бұл дизайн процесінде мұғалімге өзінің кәсіби-педагогикалық қызметінің аралық және қорытынды нәтижелерін болжауға мүмкіндік береді [4, 5, 6].

Педагогикалық технология әртүрлілігімен ерекшеленеді:

- мақсаттар мен міндеттердің нақтылығы мен анықтығы;
- кезеңдердің болуы;

Бастапқы диагностика;

- оны іске асырудың мазмұнын, нысандарын, тәсілдері мен қабылдауларын іріктеу;

➤ мақсатқа жету үшін аралық диагностиканы ұйымдастырумен белгілі бір логикада құралдар жиынтығын пайдалану;

➤ мақсатқа қол жеткізудің қорытынды диагностикасын, нәтижелерді критериалды бағалауды жүргізу.

Педагогикалық технологияның маңызды сипаттамасы оның репродуктивтілігі болып табылады. Кез-келген педагогикалық технология денсаулықты сақтауға бағытталуы керек.

Педагогтың алдына қоятын міндеті балаларды тек үйрету және тәрбиелеу ғана емес, бірақ, олардың денсаулығы және оны сақтап қалу өте маңызды болып табылады. Білім беру ортасына мықтап енген заманауи ДСТ-ра осы ережелерді сақтауға көмектеседі. Кез-келген бағдарлама бойынша оқу материалы тәрбиешіге тікелей сабақта оқушылардың салауатты өмір салты дағдыларын қалыптастыруға, балаларға адам ағзасы туралы білім беруге, оларды өз денсаулығын сақтауға және нығайтуға үйретуге мүмкіндік береді.

Денсаулықты сақтау және ынталандыру технологиялары:

- сергіту – балалардың сабақ кезінде шаршауларының алдын алу үшін динамикалық пауза;
- саусақ гимнастикасы-саусақтар мен қолдардың нәзік қимылдарымен жаттықтыру;
- артикуляциялық гимнастика - дұрыс айтылымды қалыптастыруға арналған жаттығулар;
- көзге арналған гимнастика - көздің кернеуін жеңілдететін жаттығулар;
- тыныс алу гимнастикасы-тыныс алу бұлшықеттерін нығайтуға, оқушының жағдайын жақсартуға бағытталған жаттығулар;

➤ релаксация-қозу мен тежелу процестері арасындағы тепе-теңдікті қалпына келтіруге, қозғалыс мазасыздығын төмендетуге арналған жаттығулар;

➤ ортопедиялық гимнастика-дене бітімі мен жалпақ аяқтың бұзылуының алдын алуға бағытталған жаттығулар жүйелерінен тұрады [7].

Салауатты өмір салтын оқыту технологиялары:

- дене шынықтыру сабақтары-аптасына 2 рет ұйымдастырылған оқыту түрі;
- емдік дене шынықтыру сабақтары - қозғалыстар мен бұлшықеттердің нақты түрлерін дамытуға және түзетуге бағытталған жаттығулар жүйесі;

➤ нүктелі массаж, шынықтыру процедуралары – суық тиюдің алдын алу үшін жыл бойы жүргізіледі;

➤ коммуникативтік ойындар-балалардың коммуникативтік дағдыларын дамытуға бағытталған ойындар.

Түзету технологиялары:

➤ музыкалық әсер ету технологиясы - қозғалыс белсенділігі процесінде дамудағы проблемаларды түзетуге ықпал ететін музыкалық сүйемелдеу;

- ертегі терапиясы-психологиялық және терапиялық көмек үшін қолданылады;

➤ мінез-құлықты түзету технологиясы-ережелері бар ойындар, жарыс ойындары, психотехникалық босату ойындары;

- психогимнастика-арнайы әдістемелер бойынша жаттығулар;

- сөйлеу гимнастикасы - қозғалыссыз сауатты сөйлеуді дамытуға арналған жаттығулар.

Денсаулық сақтау педагогикалық процесі принциптермен сипатталады:

- мектеп жасына дейінгі балаларды тәрбиелеу мен оқыту процесінің және балалардың жай-күйінің өзара тәуелділігі;

- денсаулық сақтау қызметінің тиімділігі мектепке дейінгі білім беру мекемесінің педагогикалық ұжымының денсаулықты қорғау технологияларды пайдалану құзыретінің дәрежесіне байланысты;

- денсаулық сақтау қызметінің тиімділігі оның қызметінің өзгермелілігіне тәуелділігі;
- тәрбие мен оқыту процесінде балалардың жас және жеке ерекшеліктерін ескеру қажеттілігі [8].
Мектепке дейінгі мекемедегі денсаулық сақтау жүйесі – бұл мектепке дейінгі білім беру сапасына қол жеткізудің шарты.

Денсаулық сақтау жүйесінің негізгі ерекшеліктері:

- баланың денсаулығы бала дамуының эталоны мен нормасы ретінде қабылданады;
- дені сау бала тұтас дене-рухани организм ретінде қарастырылады;
- сауықтыру-емдеу-алдын алу шараларының жиынтығы ретінде емес, ағзаның психофизикалық мүмкіндіктерін дамыту, кеңейту нысаны ретінде;
- кешенді медициналық, психологиялық және педагогикалық әдістерді қолдану;
- жеке-сараланған тәсіл-бұл мектепке дейінгі мекемедегі денсаулықты сақтау жүйесінің принципі [9].

Балалардың денсаулығын сақтау және нығайту мәселелері бойынша мектепке дейінгі тәрбие жұмыстары кезінде отбасы мүшелерімен өзара байланыс құра отырып мұғалімдер денсаулық сақтау жұмысында ата-аналармен мектепке дейінгі білім беру ұйымдарындағы балалармен жұмысты талдау үшін әртүрлі ақпараттық стендтерді пайдаланады, ата-аналарды дене шынықтыру-бұқаралық іс-шараларға қатысуға, әртүрлі әңгімелер мен кеңестер өткізуге тырысады (жеке, кіші топтар және жалпы).

Осылайша, МДБМ-де денсаулық сақтау технологияларын қолдана отырып, біз тек сау бала барлық іс-шараларға қуана қосылатындығын көреміз, ол көңілді, оптимистік, құрдастарымен және мұғалімдермен қарым-қатынаста ашық болады. Мұның бәрі бізге мектеп жасына дейінгі баланың жеке басының, қасиеттері мен қабілеттілігінің сәтті дамуының кепілі болып табылады. ДСТ-лары арқылы ересек мектеп жасына дейінгі балалардың салауатты өмір салтын қалыптастыру теориясын, негіздерін қарастыра отырып, салауатты өмір салты бала тәрбиесіндегі маңызды фактор болып табылады және денсаулықты сақтауды кешенді жоспарлау кезінде ғана біз сау балаларды тәрбиелей аламыз.

Балаларға салауатты өмір салтын ұстану әдетін үйрете отырып, біз үлкендерге ата-аналардың да, тәрбиеленушілердің де күнделікті өмірлік іс-әрекетін енгізуіміз керек. Денсаулық сақтау технологияларын аша отырып, біз күн сайын денсаулықты нығайту бойынша жұмысты қалыптастырамыз.

XX ғасырдың 80-ші жылдарында Дүниежүзілік Денсаулық сақтау Ұйымының (ДДҰ) сарапшылары салауатты өмір салтын қалыптастыруға әсер ететін факторлардың негізгі 4 тобын бөліп, қазіргі адамның денсаулығын қамтамасыз етудің әртүрлі факторларының болжамды ара қатынасын анықтады:

- тұқым қуалайтын факторлар 20% ;
- сыртқы орта жағдайы 20%;
- адамға денсаулық сақтау қызметі 10%;
- адамның өзінен, ол жүргізетін және онымен бірге өмір сүретін өмір салтынан 50%.

Егер ата-аналар балаларының денсаулығының 50% - ына әсер ете алмаса, онда басқа 50% - ы балаларына денсаулығын сақтауды және жақсартуды үйренуге көмектесулері қажет. Салауатты өмір салтын ұстану мәселесі қазіргі уақытта маңызды бола түсуде. Мектеп жасына дейінгі балалардың денсаулығының нашарлауы медициналық ғана емес, сонымен бірге маңызды педагогикалық проблемаға айналды. Бүгінгі күні бұл ең маңыздылардың бірі болып табылады, күрделі және басым міндеттерді МДБМ балалардың денсаулығын сақтауға және нығайтуға бағытталады.

Қазіргі табиғи және әлеуметтік-экологиялық жағдайда балалардың денсаулығы мәселесі жаһандық сипатқа ие болады. Қазіргі уақытта бұл мектеп жасына дейінгі балаларды оқыту мен тәрбиелеудің басқа да көптеген проблемалары арасында бірінші болып табылады. Бала санының көбеюі мектепке балабақшадан келеді, қазірдің өзінде белгілі бір аурулар бар. Баланың мектепте оқу кезеңінде оның денсаулығы одан да нашарлайды.

Зерттеу әдістері.

Теориялық: отандық және шетелдік ғалымдардың еңбектері мен психологиялық-педагогикалық, оқу-әдістемелік әдебиеттерді жинақтау, талдау, қорытындылау және нақтылау.

Эмпирикалық: салауатты өмір салтын қалыптастыру және денсаулық сақтау технологиялары сұрақ қою, әңгімелесу, сауалнама (Кудрявцев В. Г. әдістемесі), деректерді өңдеу және анықтау, бақылау, және талдау нәтижелері бойынша жұмыстар жүргізілді. [10].

Зерттеу талдаулары және нәтижелері.

Денсаулық ұғымы құрамының күрделілігімен, түсініксіздігімен және гетерогенділігімен сипатталады, және кең мәдени және тарихи тұжырымдаманы білдіреді. Күнделікті түсінудің қарапайымдылығына қарамастан, бұл ұғым адамның әлеуметтік, психологиялық, биологиялық және рухани болмысының негізгі аспектілерін көрсетеді. Денсаулық-бұл барлық уақыт пен халықтар үшін өзекті тақырып, ХХІ ғасырда ол бірінші орынға шығады.

Адам денсаулығы білім беру саласындағы мемлекеттік саясаттың басым бағыттарына жатады. Қазіргі қоғамның маңызды әлеуметтік міндеті өскелең ұрпақтың денсаулығын сақтау және нығайту болып табылады. Балалардың денсаулығы қазіргі кезеңдегі білім берудің негізгі құндылықтарының бірі болып табылады. Балалардың психикалық денсаулығының жай-күйі олардың жалпы денсаулығының маңызды құрамдас бөлігі болып табылады. Қазіргі кезеңде балалар мен жасөспірімдерде нейропсихиатриялық бұзылулардың өсуі байқалады. Мұны Г. В. Козловская жүргізген зерттеулердің нәтижелері дәлелдейді. Ол үш жасқа дейінгі балалардың 9,6% - ында айқын психикалық патология бар екенін көрсетеді, мектеп жасына дейінгі балалар арасында тек 45% - да психикада ауыр ауытқулар жоқ. Л. Я. Шеметова мен И. А. Потапкинің айтуынша, мектеп оқушыларында нейропсихиатриялық бұзылулардың таралуы 70-80% жетеді [11].

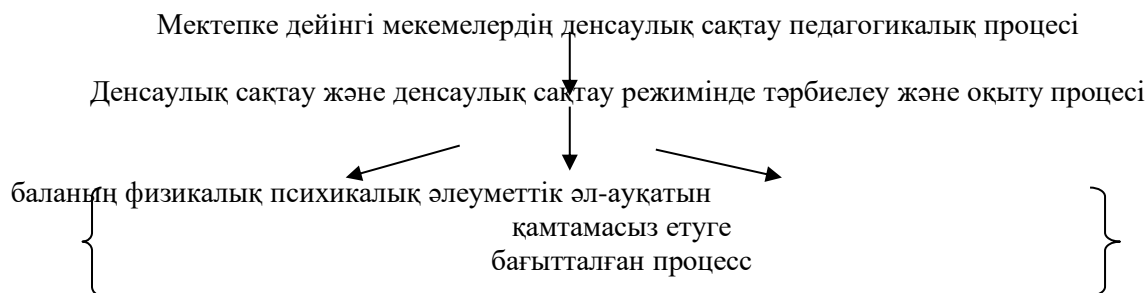
Бүгінгі таңда мектепке дейінгі білім беру мекемесінің негізгі қызметі мектеп жасына дейінгі балаларды заманауи жағдайларға бейімдеу, балаларды мектепте оқуға дайындау болып табылады. Бастамашылдықты дамыту, білім құндылығын түсінудің тәуелсіздігі, шешім қабылдау және жауапкершілікті өз мойнына алу, өмірдің стандартты емес міндеттерін шешу сияқты білім беру мақсаттары маңыздылыққа ие болады.

Интеллектуалды дамудың маңыздылығын төмендетпей, адамның толық және үйлесімді дамуы үшін іргелі негіз оның физикалық және рухани дамуы екенін мойындау керек. Қоғамның әл-ауқаты көбінесе балалардың денсаулық жағдайына байланысты. Көптеген мұғалімдер денсаулықтың анықтамасын ұстанады, көбінесе оның физикалық компонентін ескеріп, әлеуметтік - психологиялық және рухани-адамгершілік туралы ұмытып кетеді. Бұл үрдісті өзгерту және денсаулықты анықтауды физикалық, әлеуметтік-психологиялық және рухани-адамгершілік аспектілерді қамтитын көп қырлы ұғым ретінде басшылыққа алу маңызды.

Денсаулық және денсаулық сақтау-балабақшадағы педагогикалық процесті ұйымдастырудың маңызды шарттары. Білім беру процесіне денсаулық сақтау технологияларын игеру және енгізу білім беру арқылы даму стратегиясын - денсаулықты нақты анықтай отырып, оны мектеп жасына дейінгі бала үшін "қауіпсіз" етуге мүмкіндік береді.

Денсаулық әлеуетін арттырудың ең қолжетімді құралы дене шынықтыру, қозғалыс белсенділігі болып табылады. Статистика көрсеткендей, бүгінде балалардың 14% - дан астамы физиологиялық тұрғыдан жетілген, яғни туылғаннан кейін бірден физиологиялық толық өмірге дайын емес. Берілген сандар мұның себептері туралы байыпты ойлануға мәжбүр етеді. Әрине, олар елімізде болып жатқан әлеуметтік-экономикалық процестермен байланысты. Балаларды сауықтыру мәселесі бір күндік іс-шаралар мен бір адамның науқаны емес, бүкіл ұжымның мақсатты, жүйелі жоспарланған жұмысы.

Мектепке дейінгі білім беру мекемесі үздіксіз денсаулық сақтау білімінің алғашқы буыны ретінде балалардың денсаулығын сақтау және нығайту үшін оқу процесін ұйымдастырудың балама формалары мен әдістерін таңдауды қамтиды. Балалардың дамуы денсаулықпен тығыз байланысты: тек сау бала дұрыс, толық дами алады. Мектепке дейінгі мекемелердің денсаулық сақтау педагогикалық процесін сурет-1. көруге болады.



Сурет 1. Мектепке дейінгі мекемелердің денсаулық сақтау педагогикалық процесі

Қазіргі уақытта балабақша алдында балалардың денсаулығын нығайту, қозғалыстарын дамыту және дене бітімін дамыту бойынша жұмысты жетілдіру жолдары туралы мәселе өткір тұр. Денсаулық сақтау саласына тек 7-8%, және жартысынан көбі адамның өмір салтына байланысты екені белгілі. Салауатты өмір салты туралы қамқорлық - бұл дене және адамгершілік денсаулықтың негізі, ал денсаулықты нығайтуды педагогикалық, медициналық және әлеуметтік мәселелерді кешенді шешу арқылы ғана қамтамасыз етуге болады.

Денсаулық пен салауатты өмір салты туралы алғашқы идеялар мектепке дейінгі жаста қалыптасады. Егер біз бұл кезең адамның жеке басының қалыптасуында негізгі болып табылатындығын ескеретін болсақ, онда мектеп жасына дейінгі балаларда салауатты өмір салты туралы қарапайым идеяларды қалыптастырудың өзектілігі айқын болады. Балаларды ерте жастан бастап өз денсаулығын бағалауға, қорғауға және нығайтуға үйретсек, салауатты өмір салтын жеке үлгі ретінде көрсететін болсақ, онда болашақ ұрпақ физикалық жағынан ғана емес, жеке, зияткерлік, рухани жағынан да сау және дамыған болады деп үміттенуге болады. “Дені саудың- жаны сау” дейтін нақыл тегін айтылмаған болса керек. Бірақ, “Рухани дені саулық сау денені туғызады” деп айтқан адам қателеспейді.

Қазіргі уақытта балалардың физикалық және психикалық денсаулығын сақтау және нығайту, оны салауатты өмір салтына баулу және біздің балабақшада заманауи денсаулық сақтау технологияларын игеру міндеті маңызды және басым бағыттардың бірі болып табылады.

Сондықтан балалар мекемелерінде сыртқы әрекеттерді талдауға, әр баланың денсаулығының жай-күйін бақылауға, оның денесінің ерекшеліктерін ескеру мен қолдануға, алдын-алу шараларын жекелендіруге, белгілі бір жағдайлар жасауға, сондай-ақ олардың денсаулығына белсенді көзқарасты ынталандыруға негізделген балаларды сауықтырудың жаңа тәсілдерін іздеу қажет.

Бұл міндет ҚР "Білім туралы" Заңы, "Халықтың санитарлық-эпидемиологиялық әл-ауқаты туралы", сондай-ақ " ҚР халқының денсаулығын қамтамасыз етудің шұғыл шаралары туралы", "ҚР балалардың жағдайын жақсарту жөніндегі мемлекеттік әлеуметтік саясаттың негізгі бағыттарын бекіту туралы" жарлықтарымен реттеледі және қамтамасыз етіледі.

Аталған құжаттар мен білім беруді басқару органдары қабылдаған шаралар тұрақтандырудың белгілі бір нәтижелеріне қол жеткізуге, ал мектепке дейінгі мекемелерде балалар денсаулығын сапалы жақсартуға көмектеседі. Балалардың өз денсаулығының құндылығы туралы білім деңгейі төмен, сондықтан да әр педагог балаларды өз денсаулығына қамқорлық жасауға үйретуі керек. Балаларды сауықтыру мәселелерінде дәрігерлер мен педагогтар ғана емес, психологтар, мамандар мен ата-аналар да қол ұстасуы керек. Негізгі міндет балаларды салауатты өмір салтына тәрбиелеу, дені сау болу, денсаулықты сақтау және нығайту, денсаулық бақытын бағалау болуы тиіс.

Балалардың салауатты өмір салты деңгейіне қоршаған орта, отбасы және өмір салты үлкен әсер етеді деп саналады. Салауатты өмір салты жекелеген іс-шаралардың көмегімен қалыптаспайды және мектепке дейінгі мекемеде өткізілген әрбір минут мынадай бағыттар бойынша жүзеге асырылатын міндеттерді шешуге ықпал етуі тиіс:

- мәдени-гигиеналық дағдылардың тұрақтылығын қалыптастыру;
- өз денесін күтуге, қарапайым көмек көрсету дағдыларына үйрету;
- қоршаған орта туралы қарапайым түсініктерді қалыптастыру;
- күнделікті дене шынықтыру жаттығуларының әдетін қалыптастыру;
- өз денесінің құрылымы, органдардың мақсаты туралы идеяларды дамыту;
- денеге не пайдалы және не зиянды екендігі туралы түсінік қалыптастыру;
- баланың өз денсаулығына саналы көзқарасын, өзінің жай-күйі мен сезімін анықтау қабілетін дамыту;
- балаларды жол қозғалысы ережелеріне, көшелер мен жолдардағы жүріс-тұрысқа үйрету;
- өмірлік қауіпті жағдайларда өмір сүру, білім мен дағдыларды дамыту бойынша жүйелі жұмыс жүргізу [12].

Н. Т. Лебедеваның пікірінше, қазіргі ғылыми түсінік бойынша денсаулық келесі белгілер жиынтығын қамтиды:

- жүйелердің (жүйке, жүрек-тамыр, тыныс алу, сүйек-бұлшық ет және т. б.) тіршілікті қамтамасыз етудің жасына сәйкес деңгейіндегі жас нормалары бойынша бағаланады;

- дене дамуының деңгейі мен үйлесімділігі (бойы, дене салмағы, кеуде шеңбері, кеуденің өмірлік сыйымдылығы, қол күші) дене дамуының стандарттары бойынша бағаланады;

- ағзаның жаңа жағдайларға тез бейімделуі (бейімделуі) (сабақ, демалыс және т.б.) балалардың мінез-құлқындағы шиеленістің, оқшауланудың, депрессияның болмауымен сипатталады;
 - жоғары ақыл - ой және физикалық қабілеттілік - бала қиындықсыз айналысады, түнгі ұйқыдан кейін қабілеттілігін қалпына келтіреді, яғни. сандық және сапалық стандарттарға сәйкес келеді;
 - бір жыл ішінде аурудың болмауы немесе толық сауығумен қысқа мерзімді ауру (5-7 күн) [13].
- Мектепке дейінгі білім беру мекемесіндегі жоғарғы топта бұл туралы түсінік қалыптастырады:
- жақсы және сау дене жаттығулар мен демалу, пайдалы тамақ, таза ауа және тазалық жасайды;
 - адам денсаулығы үшін тиімді тамақтанудың маңызы;
 - дене шынықтырудың пайдасы туралы

Салауатты өмір салты әдеттері әр адамның күнделікті өміріне енуі керек. Күн сайын әдеттерін өзгертпестен және салауатты өмір салтын ұстана отырып, балалар денені сауықтыруға, нығайтуға, моториканы дамытуға, бірлескен ұтқырлыққа, дененің икемділігіне, дененің әртүрлі бөліктерінің қозғалыстарын біріктіруге және дұрыс қалып қалыптастыруға деген көзқарасын қалыптастырады және біз мектеп жасына дейінгі баланың салауатты өмір салтының негізгі аспектілерін бөліп көрсете аламыз:

- ✓ денсаулықты нығайтатын өмір режимі;
- ✓ дене шынықтыру және спортпен айналысу;
- ✓ тиімді тамақтану;
- ✓ адамдар арасындағы үйлесімді қарым-қатынас;
- ✓ жеке бас гигиенасы және жауапты гигиеналық тұрақтылық;
- ✓ суық тиюдің алдын алу және дене шынықтыру.

Қорытынды.

Мектеп жасына дейінгі балалардың денсаулығын сақтаудағы мектепке дейінгі ұйымның рөлі оларды сауықтыру мен салауатты өмір салтын қалыптастыру құралы ретінде өзекті болып табылады.

Зерттеуіміздің нәтижесінде мектепке дейінгі мекеменің сауықтыру жұмысы арқылы денсаулық сақтау технологиялары балалардың денсаулығына оң әсер ететінін және салауатты өмір салтын ұстанатындығын көрсетеді. Мектепке дейінгі мекеме мен отбасы әр түрлі жұмыс түрлерін қолдана отырып, балаға салауатты өмір салтының негізін қалауға бағытталды. Мектепке дейінгі мекеменің сауықтыру жұмысында денсаулық сақтау технологияларын қолдану ерекшеліктері жан-жақты талданды.

Сондықтан бұл денсаулықты нығайтуға және салауатты өмір салтының жалпы қабылданған нормалары мен ережелерін орындауға бағытталған өмірдің барлық аспектілерін ұйымдастырудың тәсілі ғана емес. Бұл санат адам бойындағы құндылықтарды дамытуды, олардың арасында денсаулық сақтауды, өз денсаулығына саналы көзқарасты қалыптастыруды және осы негізде денсаулықтың физикалық, психикалық және әлеуметтік компоненттерін қамтамасыз етуге мүмкіндік беретін әр түрлі қызмет салаларында адамның мінез - құлқын таңдауды қамтиды.

Қорытындылай келе, қазіргі заман тәрбиешілері денсаулықты сақтау мәселелерінде құзыретті болуы керек, балалардың денсаулығын қорғаудың психологиялық-педагогикалық әдістерінің басымдықтарына негізделген технологияларды жетік меңгеруі қажет. Бұл тәрбиешілердің денсаулықты сақтау идеяларын іс жүзінде жүзеге асыруға деген қызығушылығымен түсіндіріледі. Мектеп жасына дейінгі балалардың денсаулығын сақтаудағы мектепке дейінгі ұйымның жұмысы тікелей білім беру қызметінде оқу, тәрбие және дамыту міндеттерін шешуде, денсаулық сақтау технологияларын пайдалану бағытында мектеп жасына дейінгі балаларда сауықтыру мен салауатты өмір салтын қалыптастыруға негіз болады.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі:

1. Виноградов Д.А. *Физическая культура и здоровый образ жизни* / Д.А. Виноградов. – М.: Просвещение, 1998. – с.118.
2. Гогоберидзе, А.Г. *Дошкольная педагогика с основами методик воспитания и обучения* / А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева. – М.: Просвещение, 2014. – с.232.
3. Колбанов, В.В. *Валеология: Основные понятия, термины, определения* / СПб.: Деан, 2000. – с.256.
4. Кудрявцев, В.Г., Егоров, Г.Б. *Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст)* /– М.: Линка – Пресс, 2000. – с.296
5. Pratama, H., Azman, M., Zakaria, N., & Khairudin, M. (2022). *The effectiveness of the kit portable PLC on electrical motors course among vocational school students in Aceh, Indonesia. Kompleksnoe*

Ispolzovanie Mineralnogo Syra = Complex Use of Mineral Resources, 320(1), 75–87.
<https://doi.org/10.31643/2022/6445.09>

6. Fang Yuqi, Kassymova G.K., Begimbetova G.A. (2022). How to improve the pre-school program? In the Case of China. *Challenges of Science. Issue V*, 2022, pp. 17-24. <https://doi.org/10.31643/2022.03>

7. Утешкалиева А.М. Учебно-методическое пособие. Методика здоровьесберегающей технологии. Атырау, 2008г.

8. Утешкалиева А.М. Монография. Формирования здорового образа жизни у младших школьников. Алматы. 2020г. Стр114

9. Новикова, И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников: пособие для воспитателей / И.М. Новикова. – М.: Мозаика-Синтез, 2009. – с.88.

10. Нежина, Н.В. Охрана здоровья детей дошкольного возраста // Н.В.Нежина.– Дошкольное воспитание, 2004. – № 4– с. 69-73.

11. Деркунская В. А. Мектеп жасына дейінгі балалардың денсаулық мәдениетін диагностикалау. М., 2006.

12. Uteshkalieva A.; Kumarova Z. (2021). Organizational and managerial conditions for creating a healthsaving environment of an educational organization. *Challenges of Science. Issue IV*, pp. 99-102. <https://doi.org/10.31643/2021.015>

13. Кожухова, Н.Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста: учеб. пособие для вузов / Н.Н. Кожухова, Л.А. Рыжкова, М.М. Борисова; под общ. ред. С.А. Козловой. – М.: Владос, 2008. – с.271.

References:

1. Vinogradov D. A. in *Physical education and a healthy lifestyle* / D. A. Vinogradov. – М.: Education, 1998. – S. 118.

2. Gogoberidze, A. G. *pedagogy with the basics techniques of education and training* / A. G. Gogoberidze, O. V. Solntseva. – М.: Education, 2014. – p. 232.

3. Kolbanov, V.V. *Valeology: Basic concepts, terms, definitions* / St. Petersburg: Dean, 2000. - p.256.

4. Kudryavtsev, V.G., Egorov, G.B. *Developing pedagogy of health improvement (preschool age)* /- Moscow: Link - Press, 2000. - p.296

5. Pratama, H., Azman, M., Zakaria, N., & Khairudin, M. (2022). The effectiveness of the kit portable PLC on electrical motors course among vocational school students in Aceh, Indonesia. *Kompleksnoe Ispolzovanie Mineralnogo Syra = Complex Use of Mineral Resources*, 320(1), 75-87.

<https://doi.org/10.31643/2022/6445.09>

6. Fang Yuqi, Kassymova G.K., Begimbetova G.A. (2022). How to improve the pre-school program? In the Case of China. *Challenges of Science. Issue V*, 2022, pp. 17-24. <https://doi.org/10.31643/2022.03>

7. Uteshkalieva A.M. *Educational and methodical manual. The methodology of health-saving technology*. Атырау, 2008.

8. Uteshkalieva A.M. *Monograph. Formation of a healthy lifestyle in younger schoolchildren*. Алматы. 2020. Page 114

9. Novikova, I.M. *Formation of ideas about a healthy lifestyle in preschoolers: a manual for educators* / I.M. Novikova. - М.: Mosaic-Synthesis, 2009. - p.88.

10. Nezhin, N. In. *Health preschool children* // N.In.Nezhin.- *Preschool education*, 2004. - No. 4- pp. 69-73.

11. Derkunsкая V. A. *Mektep zhasyna deingi balalardyn densaulyk madeniyetin diagnostikalau*. М., 2006.

12. Uteshkalieva A.; Kumarova Z. (2021). Organizational and managerial conditions for creating a healthsaving environment of an educational organization. *Challenges of Science. Issue IV*, pp. 99-102. <https://doi.org/10.31643/2021.015>

13. Kozhukhova, N.N. *Theory and methodology of physical education of preschool children: textbook. handbook for universities* / N.N. Kozhukhova, L.A. Ryzhkova, M.M. Borisova ; under the general editorship of S.A. Kozlova. - М.: Vlados, 2008. - p.271.