

Министерство образования и науки Российской Федерации
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.
ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра методологии образования

**ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ КАК
НАПРАВЛЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ДОШКОЛЬНОЙ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ**

АВТОРЕФЕРАТ
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ БАКАЛАВРА

студентки 5 курса 521 группы
направления подготовки 44.03.01 Педагогическое образование,
профиля «Дошкольное образование»
факультета психолого-педагогического и специального образования

Улмасовой Екатерины Андреевны

Научный руководитель

канд. пед. наук, доцент

М.Н.Бурмистрова

Зав. кафедрой

доктор пед. наук, профессор

Е.А.Александрова

Саратов 2017

ВВЕДЕНИЕ

В свете стоящих перед нашим социумом проблем высокой заболеваемости, а также смертности, проблема здоровья населения выступает особенно актуальной в нынешнее время.

И видоизменить сформировавшуюся в нынешнее время демографическую ситуацию можно с помощью укрепления здоровья детей, ведь основа физического и собственно психического здоровья взрослого человека формируется еще в детстве. Прежде всего, на наш взгляд, это именно дети дошкольного возраста и сформировать у них потребность в здоровом образе жизнедеятельности служит важнейшей задачей, какую необходимо разрешить нашему социуму. А также сделать спорт «модным», повысить уровень его престижа в социуме, через привлечение ребенка к разному виду физической деятельности.

На сегодняшний день проблема формирования представления о ЗОЖ исследуется на государственном уровне в связи с отрицательной тенденцией к ухудшению состояния здоровья каждой социально-демографической группы населения Российской Федерации и, особенно, детей дошкольного возраста.

Помочь ребенку сформировать потребность к здоровому образу жизни обязан педагог дошкольного и школьного образовательного учреждения вместе с родителями либо законными представителями. Формирование потребности к здоровому образу жизни у ребенка является целенаправленной, систематически-спланированной работой всего коллектива образовательного учреждения, непосредственно с привлечением семьи. Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами, а также правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.) и оказание помощи родителям (законным представителям) в воспитании детей, охране и укреплении их физического и психического здоровья, в развитии

индивидуальных способностей и нужной коррекции нарушений их развития служит прямой задачей и направлением содержания образовательной деятельности педагога дошкольного образования в соответствии с требованиями ФГОС ДО.

Последние данные Министерства образования и науки РФ: по статистике, XXI век был начат в нашей стране с резкого ухудшения такого весомого показателя как здоровья дошкольников. На 8, 1 % понизилось число здоровых детей. На 6, 75 % было увеличено число детей у которых имеется нарушение в физическом развитии и которые имеют предрасположенность к патологии. На 1, 5 % - выросла численность детей 3 группы здоровья с выраженным отклонением и хроническим заболеванием. [Гуменюк, Слисенко 2011]. Выросла детская инвалидность, ставящая вопрос о инклюзии в образовании ФГОС ОВЗ, в дошкольном и школьном учреждении осуществляется проект «Доступная среда». Педагог-новаторы в дошкольном образовании по проблеме здоровья современных детей Вера Алямовская утверждает: «Хотя много лет в практике дошкольного образования проповедуется надобность комплексного подхода к оздоровлению детей, данная проблема до сих пор не разрешена» [Гуменюк, Слисенко 2011].

От уровня психологического и физического положения населения, от состояния его здоровья зависит благополучие социума в общем, потому проблема формирования представления ребенка о здоровом образе жизни представляется в нынешнем социуме актуальной [Веракса 2014]. Отношение ребёнка к своему здоровью служит фундаментом, на котором можно будет выстраивать потребность в здоровом образе жизни. Данная потребность зарождается и развивается в процессе осознания ребёнком себя как человека и личности. Отношение ребёнка к здоровью прямо зависит от сформированности в его сознании данного понятия. Основы здорового образа жизни у ребенка дошкольного возраста определяются наличием знаний, а также представлений об элементах ЗОЖ (соблюдение режима,

гигиенической процедуры, двигательной активности), и умением использовать их в поведении и деятельности доступными для детей способами (чистить зубы, мыть руки, делать зарядку) [Гогоберидзе 2013].

Нынешний социум отличен многообразием примеров образа жизни людей, с которыми постоянно сталкиваются все дети. Это бесконтрольный просмотр разных телепередач с трансляцией вредной привычки, взрослые окружающие ребёнка и сами ведут асоциальный образ жизни с низкими социальными условиями проживания семьи. Всё это формирует хаотичность в представлениях детей о здоровом образе жизни. Исследованию вопросов формирования представлений у детей дошкольного возраста о здоровом образе жизни посвящены труды А. А. Бодалева, А. Л. Венгера, В. Д. Давыдова, М. И. Лисиной, В. А. Слостенина, Е. О. Смирновой. Анализ работ В. А. Деркунской, С. А. Козловой, Л. Г. Касьяновой, О. А. Князевой, И. М. Новиковой и др. показывает, что уже в дошкольном возрасте у детей формируется устойчивый интерес к своему здоровью, бережное отношение к своему организму (жизни, здоровью) как ценности. [Виноградова 2012].

Вышеизложенное определяет актуальность проблемы исследования выпускной квалификационной работы на тему «Педагогические условия формирования здорового образа жизни детей в ДОО».

Объектом исследования является образовательный процесс в дошкольной образовательной организации.

Предметом исследования выступает процесс формирования здорового образа жизни у детей дошкольного возраста в условиях дошкольной образовательной организации.

Гипотеза данного исследования основывается на предположении о том, что эффективность комплексного плана по оздоровлению старших дошкольников будет достигнута, если он будет выстроен на данных индивидуальной диагностики физического состояния, на использовании современных здоровьесберегающих технологиях в воспитательно-

образовательном процессе, а также динамическом контроле над их эффективностью.

Цель данной работы состоит в исследовании эффективных способов формирования здорового образа жизни у детей дошкольного возраста с помощью средств образовательной деятельности дошкольной образовательной организации.

Цель исследования определила постановку следующих исследовательских задач:

-уточнение понятия и сущности здорового образа жизни у детей дошкольного возраста;

-исследование особенностей и способов формирования здорового образа жизни у детей средствами дошкольной образовательной организации;

-рассмотрение факторов формирования здорового образа жизни у детей дошкольного возраста, посредством привлечения родителей или законных представителей;

-определить критерии и показатели сформированности ЗОЖ и экспериментально проверить эффективность работы по формированию здорового образа жизни детей дошкольного возраста в условиях ДОО.

Для решения поставленных задач автором были применены следующие методы исследования:

-теоретические -изучение, анализ психолого-педагогической литературы по исследуемой проблеме, систематизация и обобщение полученной информации;

-эмпирические -наблюдение, беседы, изучение и обобщение опыта работы педагогов детского сада компенсирующего вида города Саратова «Березка».

База исследования -МБДОУ - детский сад № 196 компенсирующего вида города Саратова.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников и приложений.

Во введении раскрывается актуальность, формулируются объект, предмет, цель, задачи и гипотеза исследования. В первом разделе даются определения основных понятий исследования, раскрывается их сущность. Второй раздел посвящен описанию хода, а также результатов опытно-экспериментальной работы по формированию культуры здорового образа жизни у дошкольников.

В заключении приведены выводы, сделанные в процессе исследования.

Список использованной литературы содержит 40 физкультурно-оздоровительных и психолого-педагогических наименований книг и нормативных документов.

Выпускная квалификационная работа расширена за счёт приложений, в которых мы приводим диагностические материалы (таблицы, диаграммы), методические разработки (комплекс мероприятий по формированию у детей ЗОЖ).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В выпускной квалификационной работе рассматривается проблема формирования здорового образа жизни детей дошкольного возраста в условиях ДОО. Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Сегодня под здоровым образом жизни мы понимаем активную деятельность, направленную на сохранение и улучшение здоровья. Единство мировоззренческого, интеллектуального и телесного компонентов физической культуры личности должно стать основополагающим принципом ее формирования.

Формирование здорового образа жизни - это побуждение к включению в повседневную жизнь индивида различных новых для него форм поведения, полезных для здоровья; овладение знаниями, на основе которых можно грамотно, безопасно и с пользой для здоровья начать вести здоровый образ жизни, постепенно добиваясь, чтобы эти повседневные формы укрепления здоровья стали привычными.

Формирование здорового образа жизни должно рассматриваться как непрерывный процесс усвоения ценностей и понятий, которые направлены на формирование навыков, умений и отношений, необходимых для осознания и оценки собственного здоровья, взаимосвязи между ним и здоровым образом жизни.

Формирование здорового образа должно предусматривать привитие и усвоение тех умений, правил и гигиенических норм, которые позволяют принимать человеку ответственные решения, обосновывают и определяют адекватное поведение здоровой личности.

В первой главе рассматриваются теоретические основы формирования здорового образа жизни у детей подготовительного дошкольного возраста. Здоровый образ жизни рассматривается с двух позиций: как фактор здоровья, полноценного развития ребенка и как главное условие формирования у него навыков здорового поведения. Реализация работы по формированию здорового образа жизни у детей в условиях ДОО осуществляется через занятия, режим, игру, прогулку, индивидуальную работу, самостоятельную деятельность детей. Важное значение в работе по формированию ЗОЖ приобретает организация работы с родителями, ни одна даже самая лучшая программа и методика не могут гарантировать полноценного результата, если семья не будет придерживаться принципов здорового образа жизни.

Во второй главе определяли практическое значение разработанной системы формирования здорового образа жизни у детей подготовительной ортопедической группы «Колокольчик» дополнили развивающую среду, ориентированную на обогащение знаний детей о ЗОЖ, стимулирующую двигательную и познавательную активность. В работе учитывались возрастные и индивидуальные особенности детей с НОДА. Каждый новый день начинался с утренней зарядки, она поднимала всем настроение и заряжала энергией на весь день, создавала хорошее настроение. Важными составляющими экспериментальной работы стали: личная гигиена детей; проветривание; влажная уборка; режим питания; правильное мытье рук; обучение детей элементарным приемам здорового образа жизни. На занятиях «Что такое здоровье?», «Знакомьтесь витамины», «Здоровая пища», «Съедобные и несъедобные грибы», «Уроки гигиены», «Режим дня», «Вот я какой!», «Почему мы болеем», в беседах «Для чего мы чистим зубы», «Гигиена приема пищи» - дети приобщались к физической культуре, культуре поведения, личной гигиене, пользе правильного питания и т.д.

Диагностика показала, что в результате работы у детей значительно повысился уровень знаний в области здорового образа жизни, повысились

физические показатели, изменилось отношение к укреплению своего здоровья и здоровью окружающих.

У родителей появилось понимание того, что очень важным фактором формирования здорового образа жизни у детей является пример взрослого. На родительских собраниях, консультациях учили оценивать здоровье ребенка, советовали литературу, брошюры. Оформляли в «Уголке здоровья» выставки, размещали рекомендации, советы, памятки. Родители стали больше уделять времени и внимания формированию у детей полезных привычек, стали внимательнее относиться к своему поведению, стараясь избавиться от вредных привычек. На детско-родительских мероприятиях в совместной деятельности закрепляли элементы здоровьесберегающих технологий, получали удовольствие от партнерского общения, разделяли совместную радость побед и делили неудачи.

Таким образом, экспериментально установлено, что если правильно организовать развивающую среду, учитывать возрастные особенности детей, привлекать к работе по здоровому образу жизни родителей, систематическая работа по формированию здорового образа жизни детей дошкольного возраста способствует укреплению здоровья детей, формирует представление о здоровье как о ценности, воспитывает полезные привычки и навыки здорового образа жизни, формирует стойкий интерес к занятиям спортом, что и подтверждает выдвинутую гипотезу.