

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 У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО
ВОЗРАСТА ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ**

АВТОРЕФЕРАТ
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
бакалаврской работы

студентки 4 курса 423 группы
направления 44.03.01. Педагогическое образование
профиля «Дошкольное образование»
факультета психолого-педагогического и специального образования

Чекалиной Юлии Сергеевны

Научный руководитель
канд. пед. наук, доцент

дата, подпись

М.П. Зиновьева

Зав. кафедрой
канд. пед. наук, доцент

дата, подпись

М.П. Зиновьева

Саратов
2018

ВВЕДЕНИЕ

Одной из наиболее актуальных проблем современного российского общества становится воспитание здорового подрастающего поколения. На это направлены большинство мероприятий правительства – пропаганда спорта и здорового образа жизни, формирование понятия о пагубности вредных привычек, приобщение людей всех возрастов к активному образу жизни - туризм, активный отдых, оборудование спортивных комплексов и площадок в больших и малых населенных пунктах.

Однако, формирование у человека понимания значимости здорового образа жизни следует начинать с самого раннего возраста. Большинство педагогов и психологов уверены, что наиболее подходящим возрастом для начала формирования таких понятий является дошкольный возраст. Именно в этом возрасте ребенок более всего восприимчив к новым понятиям, легко и быстро усваивает основы жизни – от духовных и морально-нравственных до физических. И раньше воспитательный процесс в дошкольных образовательных учреждениях был построен на приобщении детей к активному образу жизни – проводились утренняя зарядка, физкультминутки, детей приобщали к подвижным играм, обучали азам личной гигиены. Но, современное общество достаточно сильно модернизировалось. Современные дети практически не гуляют на улице, все меньше из них принимает участие в активных играх. Как отмечают и бьют тревогу российские медики – наши дети большую часть своего времени проводят в неподвижности у игровых приставок и компьютеров, с телефонами и планшетами, у телевизоров и мониторов. Такой образ жизни значительно снижает общие показатели здоровья детей – неподвижный образ жизни нарушает правильное формирование опорно-двигательного аппарата ребенка (отсюда у большинства школьников фиксируют сколиоз и иные проблемы позвоночника и суставов), у ребенка нарушается зрение (все больше детей в раннем возрасте одевают очки), снижается выносливость, так как не развита

дыхательная система (учителя физкультуры отмечают, что дети не могут выдержать бег даже на короткие дистанции, так как начинают задыхаться).

Можно отметить, что уже в школьном образовании появились требования подготовки детей к сдаче норм ГТО, т.е. идет интенсивное развитие физических способностей ребенка. Чтобы осуществить основное условие преемственности современного российского образования, принятый в 2013 году Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования дополнил школьное образование, поставив перед дошкольными образовательными учреждениями основную воспитательно-образовательную задачу – сформировать у детей в раннем возрасте понимание здорового образа жизни и создать все условия для усвоения дошкольниками основ здорового образа жизни, который станет в дальнейшем определять их физическое, умственное и эмоциональное развитие.

Степень разработанности темы исследования. Исследование данной проблематики выдвинуло необходимость изучения вопросов дошкольной педагогики¹, так как организация работы с детьми в рамках ДОО требует знаний по детской психологии, возрастным особенностям отдельных групп детей, психологической и эмоциональной составляющих формирования детского организма. Труды российских педагогов и психологов способствовал формированию исследования с ориентацией на старшую возрастную группу дошкольников.

Отдельный блок исследовательской литературы² обращен к проблематике формирования у детей представлений о здоровом образе

¹ Арсеньев А.С. Научное образование и нравственное воспитание [Текст] / А.С. Арсеньев // Психологические проблемы нравственного воспитания детей. - М.: Педагогика, 2007. - 416с.; Блонский П.П. Вопросы педагогики [Текст] / П.П. Блонский. - СПб.: Питер, 2009. – 222с.; Болотина, Л.Р. Дошкольная педагогика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Л.Р.Болотина, С.П.Баранов, Т.С.Комарова. – М.: Академический Проект, 2005. – 240 с.; Волосова Е. Развитие ребёнка дошкольного возраста [Текст] / Е. Волосова. - М.: Гардарики, 2009. – 316с. и другие.

² Бузунова А., Волков П. Медико-педагогическая оздоровительная работа//Дошкольное воспитание. - №4. - 2003. - С.43-46; Волошина Л. Организация здоровьесберегающего пространства//Дошкольное воспитание. - №1. - 2004. - С.115-119; Ильюшенко, В.В. Здоровье и образование/ В.В.Ильюшенко, Т.А.Берсенева. - СПб.:2008. – 316 с.; Здоровье и физическое развитие детей в ДОО. - М.: изд-во ГНОМ и Д, 2002. – 142с.;

жизни. Большинство авторов считают, что данный вопрос чрезвычайно важен, так как чаще всего внимание уделяется умственному или эстетическому развитию ребенка, в то время, как вопросы здоровья и физического развития остаются в стороне, что в корне неверно. Ребенок должен развиваться гармонично – и умственно, и эстетически, и физически, что поможет ему социализироваться в обществе.

Также в работе использовались методические рекомендации и разработки специалистов по дошкольному воспитанию и образованию по тематике физического развития ребенка³. Данные исследования существенно помогли при адаптации рабочей программы для эксперимента в ДОУ по формированию здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста.

Из нормативно-правовых документов в исследовании привлекался Федеральный государственный стандарт дошкольного образования⁴.

Как показало изучение исследуемой проблемы, она представляет несомненный интерес, требует внимания и нуждается в разработке дополнительных методических рекомендаций по организации в рамках ДОУ физического воспитания детей, а также формирования у них понятий о здоровом образе жизни. В связи с постоянным повышением требований к воспитательно-образовательному процессу, в рамках Федерального

Кожухова Н.Н. Некоторые аспекты физического воспитания дошкольников. // Дошкольное воспитание. - №3. - 2000. – С.23-29; Кудрявцев В. Физическая культура и развитие здоровья ребёнка//Дошкольное воспитание. - №1. - 2004. - с.81; №5. - 2004. - с.66; Кочеткова Л.В. Оздоровление детей в условиях детского сада. М.: Просвещение. 2005. – 120с. и другие.

³ Деркунская, В.А. Здоровьесберегающие технологии в педагогическом процессе ДОУ (опыт создания словаря)/ В.А.Деркунская // Управление дошкольным образовательным учреждением, - 2005. - № 3. - с. 119-122; Доскин В.А. Растём здоровыми: Пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физкультуры/В.А. Доскин, Л.Г. Голубева. - М.: Просвещение, 2002. – 112с.; Кожухова Н. Н., Рыжкова Л. А., Борисова М. М. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. Схемы и таблицы. - М.: Гуманист. изд. центр ВЛАДОС, 2003. - 192 с.; Маханева, М. Новые подходы к организации физического воспитания детей / М.Маханева // Дошкольное воспитание. – 1993. - № 2. – с. 22 – 24; Маханева М. Д. Воспитание здорового ребенка: пособие для практических работников детских дошкольных учреждений. 2-е изд. испр. и доп. - М. : АРКТИ, 2000. - 108 с.; Моргунова О.Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. Воронеж, 2005. – 156с. и другие.

⁴ ФГОС дошкольного образования Последняя редакция 2013 г. [Электронный ресурс] URL: <http://nsportal.ru/detskiy-sad/upravlenie-dou/2013/10/03/fgos-doshkolnogo-obrazovaniya-poslednyaya-redaktsiya> (дата обращения - 12.11.2017г.)

государственного образовательного стандарта для дошкольных учреждений были определены основные задачи, среди которых одно из важнейших направлений – физическое развитие ребенка.

Анализ теории и практики по исследуемой проблеме позволил выделить объективные противоречия между:

- физическое развитие ребенка должно сочетаться и дополнять интеллектуальное и эстетическое воспитание детей в ДОУ;
- необходимость повышать уровень знаний детей о важности здорового образа жизни и максимально приобщать их к такому образу жизни;
- разрабатывать разные методики физического развития детей в рамках ФГОС дошкольного образования.

С учётом данных противоречий сформулирована **проблема исследования**, состоящая в поиске и выявлении теоретических и практических оснований по формированию у детей старшего дошкольного возраста понятий о здоровом образе жизни.

Актуальность изучаемой проблемы обусловила выбор темы выпускной квалификационной работы: **«Формирование у детей старшего дошкольного возраста представления о здоровом образе жизни»**.

Цель работы: основной целью настоящего исследования является обоснование оптимальных педагогических условий и экспериментальное подтверждение значимости формирования основ здорового образа жизни у старших дошкольников.

Объект исследования: представления о здоровом образе жизни у детей дошкольного возраста.

Предмет исследования: воспитательно-образовательный процесс формирования здорового образа жизни детей дошкольного возраста в условиях Дошкольного образовательного учреждения.

В соответствии с целью, предметом и объектом исследования были определены следующие **задачи**:

1. Изучение педагогической литературы по дошкольному воспитанию и образованию по определению основных направлений работы при формировании здорового образа жизни у детей дошкольного возраста.

2. Определить формирование у дошкольников понятия здорового образа жизни;

3. Выявить особенности и проблемы формирования представлений о здоровом образе жизни у старших дошкольников

4. В ходе исследовательской работы подготовить и провести эксперимент по изучению эффективности современных педагогических методик формирования здорового образа жизни;

5. Разработать рекомендации для воспитателей дошкольных образовательных учреждений по совершенствованию предметно-развивающей среды, способствующей физическому развитию детей, а также по организации приемов работы с детьми старшего дошкольного возраста по формированию основ здорового образа жизни.

Практическая значимость исследования определяется тем, что полученные в ходе исследования результаты, особенно в экспериментальной части, могут быть использованы на практике при организации занятий по формированию у детей старшего дошкольного возраста основ здорового образа жизни.

В ходе экспериментальной практической работы были подобраны методические материалы, способствующие формированию здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста: рабочая программа, сценарии спортивных мероприятий, направления плановой работы с родителями воспитанников, фото и видеоматериалы, отражающие направления спортивной и оздоровительной работы с детьми, а также дидактический материал, используемый на теоретических занятиях.

Материалы исследования могут быть рекомендованы для публикации, для работы в ДОУ, для повышения профессиональной компетенции педагогов, занимающихся физическим воспитанием детей.

Для решения поставленных задач использовалась комплексная система **методов исследования:**

1. Теоретический метод – на основе анализа исследований по дошкольной психологии и педагогике;

2. Эмпирический метод – на основе систематизация разнообразных методов и форм работы с детьми дошкольного возраста в рамках их обучения в дошкольных образовательных учреждениях;

3. Статистический метод – на основе диагностирования и сравнения полученных данных в ходе проведения экспериментальной работы со старшей группой дошкольного образовательного учреждения по формированию у них основ здорового образа жизни, проведение бесед, фиксирование и анализ динамики получаемых результатов.

Основные этапы и опытно-экспериментальная база исследования. Исследование осуществлялось в 2016-2017 учебном году и состояло из двух этапов.

Основные этапы и опытно-экспериментальная база исследования. Исследование осуществлялось в 2017 учебном году с февраля по май месяц и состояло из двух этапов.

Опытно-экспериментальная база исследования – экспериментальная старшая группа МБДОУ с. Старая Жуковка Базарно-Карабулакского района Саратовской области. Группа из 10 детей (4 мальчика и 6 девочек) в возрасте 6-7 лет.

Структура работы: работа состоит из введения, двух глав – теоретической и практической, заключения, списка использованной литературы, приложений.

Объем работы представлен 50 страницами основного печатного текста компьютерного набора, и 16 страницами – приложения, 69 наименованиями списка используемой литературы, 9 таблицами, 4 рисунками и 4 приложениями.

По результатам проведенного исследования, которое включало как

теоретический анализ материалов по теме, так и практическое проведение соответствующей диагностики, мы сделали следующие выводы:

Современное общество уделяет огромное значение воспитанию подрастающего поколения. Все больше внимания государство обращает на пропаганду спорта и физического здоровья человека. Следует отметить, что основы здорового образа жизни закладываются уже в раннем детстве – в семье и в Дошкольных образовательных учреждениях. Уже в тот период ребенок должен осознать значимость здорового образа жизни и ценности собственного здоровья.

Система Федерального государственного образовательного стандарта для дошкольного образования особо подчеркивает, что физическое воспитание детей должно идти параллельно с интеллектуальным и эстетическим становлением личности ребенка.

Большинство современных ДОО имеют хорошо укомплектованную базу – спортивные площадки, залы, спортивные уголки, инвентарь. Воспитатели используют современные методики и программы по физическому развитию детей. На теоретических занятиях детей знакомят с такими важными вопросами, как знание собственного тела, личная гигиена, влияние окружающей природы на человека, о негативном влиянии на организм человека вредных привычек. На практических занятиях дети приобщаются к здоровому образу жизни – делают зарядку, гимнастику, играют в подвижные игры, проводят закаливающие процедуры.

К физическому развитию детей активно привлекаются родители, что способствует формированию благоприятного психологического и эмоционального настроения у детей.

Таким образом, уже в дошкольном возрасте ребенок получает основные представления о здоровье человека и его жизнедеятельности, формирует потребность в здоровом образе жизни, приобретает комплекс необходимых навыков и привычек ухода за собой, своим телом, бережного отношения к окружающим людям, дело в том, что многие потребности

связаны с привычками; расширяет собственный кругозор в вопросах сохранения здоровья и организации здорового образа жизни, повышение уровня психофизических способностей и общего уровня здоровья.

Проведение экспериментальной работы в старшей группе МБДОУ с. Старая Жуковка Базарно-Карабулакского района Саратовской области позволило расширить представления о возможностях формирования понятий здорового образа жизни у детей, показал значимость систематической работы, важность согласованности между воспитателями ДОУ и родителями воспитанников.

Проведение экспериментальной работы позволило решить несколько важных задач в плане формирования понятий о здоровом образе жизни у старших дошкольников:

- у детей было сформировано представление о человеке, особенностях его организма, а также о влиянии окружающей среды и образа жизни на организм;

- у детей сформировалось понимание ценности жизни и здоровья, в ходе эксперимента воспитатели уделяли внимание не только физическому развитию ребенка, но и психолого-эмоциональной составляющей;

- дети получили основные навыки по личной гигиене, по закаливанию, по соблюдению техники безопасности в окружающем мире, по умению предвидеть возможные опасные для жизни последствия своих поступков для себя и своих сверстников;

- дети познакомились с правилами поведения на улице и в быту;

- дети получили важные знания о правильном питании и его влиянии на развитие организма, параллельно дети получали информацию о негативном влиянии на растущий организм вредных привычек;

- В ходе спортивных мероприятий детей обучали правильному обращению со спортивным инвентарем, чтобы избежать травмирующих ситуаций;

- дети получали дополнительную информацию о природе, сезонных изменениях и навыки поведения в разные периоды года (дождь, снег, град, гроза и т.д.);

- благодаря привлечению к процессу воспитания и образования детей их родителей выполнялась важная педагогическая задача по сплочиванию семей и формированию благоприятных условий для воспитания детей.

На основании результатов экспериментальной работы можно сформулировать целый ряд рекомендаций по формированию знаний о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста:

1. Необходимо сформировать позитивные представления детей о здоровом образе жизни, чтобы они понимали его значимость для будущей жизни;

2. Грамотно сочетать в воспитательно-образовательном процессе ДОУ теоретические и практические занятия по формированию представлений о здоровом образе жизни;

3. Внимательно относиться к процессу формирования здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста, так как он включает в себя не только физическое, но и психическое здоровье детей;

4. При занятиях физическими упражнениями формировать у детей положительный эмоциональный фон, оптимистический настрой, способность к эмоциональному сопереживанию;

5. Налаживать тесное педагогическое взаимодействие с родителями дошкольников, чтобы соблюдалось основное требование - синхронность нравственных и педагогических требований к ребенку в ДОУ и в семье;

6. Педагогическому коллективу ДОУ проводить систематическое разностороннее педагогическое просвещение родителей о значимости здорового образа жизни и направлять их в процессе формирования такого образа жизни;

7. Сформировать у родителей потребность в самообразовании; у воспитателей потребность в ознакомлении с разнообразными методами формирования здорового образа жизни детей, отбор и обобщение лучшего опыта;

8. Администрации ДОУ ответственно подходить к формированию воспитательно-образовательной среды по физическому развитию детей и формированию здорового образа жизни.