

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

**ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО
ВОЗРАСТА ПО УКРЕПЛЕНИЮ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ**

АВТОРЕФЕРАТ

ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ

бакалаврской работы

студентки 5 курса 522 группы

направления 44.03.01 Педагогическое образование

профиля «Дошкольное образование»

факультета психолого-педагогического и специального образования

САРАЛИЕВОЙ ЗАУРЕ АЙСАГАЛИЕВНЫ

Научный руководитель

доктор пед. наук, профессор _____ 2018 Е.А. Александрова

Зав. кафедрой

доктор пед. наук, профессор _____ 2018 Е.А. Александрова

Саратов
2018

Введение

Сложные экономические и экологические условия нашего времени обозначили проблему здоровья детей как наиболее острую: если у человека нет здоровья, то всё остальное становится для него бессмысленным

В настоящее время проблема здоровья детей и реальное ухудшение их физического, психического, нравственного и духовного состояния очень актуальна. Особенно это ощущают те, кто работает с дошкольниками, то есть педагоги ДОО, которые несут историческую ответственность за здоровье будущих поколений и только педагоги в содружестве с родителями могут изменить ситуацию.

Всё это говорит о серьёзности тех изменений, которые произошли в дошкольном образовании с введением федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (ФГОС ДО).

Именно поэтому одна из важнейших задач образовательной области «Физическое развитие» ФГОС ДО заключается в необходимости воспитания у дошкольников отношения к здоровью как к жизненной ценности.

Многие учёные раскрывают в своих работах значимость физического развития для детей дошкольного возраста (В.Г. Алямовская, Е.А. Аркин, Т.И. Богина, С.С. Бычкова, В.В. Гориневский, М.Н. Кузнецова, П.Ф. Лесгафт, И.Д. Маханева, Т.И. Осокина, Е.А. Сагайдачная, Э.Я. Степаненкова, С.О. Филиппова и др.).

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья и поэтому важно в этот возрастной период формировать у детей основы знаний и практических навыков здорового образа жизни (ЗОЖ).

Всё вышесказанное обусловило выбор темы выпускной квалификационной работы *«Особенности работы с детьми старшего дошкольного возраста по укреплению физического здоровья»*.

Цель исследования: изучить теоретические и практические аспекты использования игр в воспитательном и образовательном процессах ДОО.

задачи исследования:

- представить основные положения образовательной области «Физическое развитие» по ФГОС ДО;
- рассмотреть подходы к физическому развитию и воспитанию дошкольников в контексте реализации ФГОС ДО;
- изучить пути и способы формирования представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста;
- провести диагностику сформированности навыков здорового образа жизни и физической подготовленности у дошкольников старшего возраста;
- описать опыт формирования здорового образа жизни и приобщения к физической культуре старших дошкольников в ДОО;
- подвести итоги опытно-экспериментальной работы.

Методы исследования:

- с помощью методики «Я и моё здоровье» (Н.Е. Ордина) выявить уровень сформированности у детей осознанного отношения к своему здоровью;
- с помощью методики «Физическое развитие дошкольников» (С.Б. Шарманова, Э.Я. Степаненкова) выявить уровни физической подготовленности детей;
- с помощью анкеты для родителей «Отношение родителей к здоровью и здоровому образу жизни своего ребёнка» (И. Назарова) определить, какое место занимает физическое развитие ребёнка в семье.
- с помощью математической статистики обработать результаты исследования; сделать выводы и рекомендации педагогам-воспитателям ДОО.

Структура работы: выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух разделов, заключения, списка использованных источников, приложения.

Раздел 1 «*Особенности работы с детьми старшего дошкольного возраста по укреплению физического здоровья*» посвящена раскрытию проблемы исследования по трём аспектам.

Физическое воспитание детей дошкольного возраста в общей системе образовательной работы занимает особое место. Именно в дошкольном детстве с помощью целенаправленного педагогического воздействия происходит укрепление здоровья ребёнка.

Основная цель образовательной области «Физическое развитие» состоит в охране здоровья детей и формировании основы культуры здоровья, выработывании у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой; гармоничном физическом развитии.

Новые задачи ФГОС ДО поставили перед дошкольными образовательными организациями: недостаточно проводить цикл занятий по здоровьесберегающей деятельности, следует создать для целостного восприятия окружающего мира единый интегративный процесс взаимодействия взрослого и ребёнка, который будет объединять различные образовательные области.

В ФГОС ДО требования к результатам освоения Программы назвали *целевыми ориентирами*. Но, в отличии от требований ФГТ, в Стандартах прописано, что дошкольник целевых ориентиров может достигнуть, а может и не достигнуть в зависимости от своих индивидуальных особенностей развития. В связи с этим целевые ориентиры не служат оценкой качества дошкольного образования, в том числе, и образовательной области «Физическое развитие».

Под целевыми ориентирами следует понимать как социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка. В Стандарте целевые ориентиры приведены для двух групп детей: для детей раннего возраста (переходной к дошкольному возрасту этап) и для детей старшего дошкольного возраста (завершающий дошкольное образование этап).

Изменения, заложенные в стандартах в образовательной области «Физическое развитие», заставляют учёных искать новые научно-методологические подходы к физическому развитию и воспитанию детей в ДОО, такие как: деятельностный, интегративный, индивидуальный, личностный (лично ориентированный), компетентностный, аксиологический, оптимизационный. Охарактеризованные нами научно-методологические подходы к физическому развитию и воспитанию детей в ДОО и их комплексное применение помогут всем участникам образовательного процесса обеспечить возможность профессионального и оперативного решения задач, определенных Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования.

В документах ФГОС ДО сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста в условиях ДОО является одной из главных стратегических задач дошкольного воспитания. Образовательная область «Физическое развитие» утверждает, что одной из главных задач организации жизнедеятельности детей является овладение ими правилами и ценностями здорового образа жизни.

Формирование здоровьесберегающего, здоровьесберегающего, осмысленного поведения детей старшего дошкольного возраста является одной из самых актуальных проблем воспитания дошкольников, потому что именно в этом возрасте происходит интенсивное развитие органов и функциональных систем организма ребёнка; закладываются основные черты личности, формирование характера. Педагоги ДОО вынуждены искать практические пути по развитию у детей представлений о ЗОЖ, поскольку формирование у дошкольников представлений о здоровом образе жизни является проблемой не только медицинской, но и педагогической, так как от правильно организованной воспитательно-образовательной работы с детьми чаще всего больше пользы, чем от медико-гигиенических мероприятий.

Раздел 2. «Сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста через физическое воспитание и здоровый образ жизни»

Экспериментальная база: МБДОУ с. Каменка Марксовского района Саратовской области; ул. Ленина, д.4.

Экспериментальная выборка: родители (22 человека), дети старшей и подготовительной к школе групп (22 ребёнка: 11 мальчиков, 11 девочек).

Цель эмпирического исследования: проверить гипотезу о том, воспитательно-образовательная и физкультурно-оздоровительная работа в ДОО будет эффективной при создании и реализации следующих педагогических условий:

– при создании развивающей образовательной среды, способствующей формированию общей культуры личности детей, в том числе, ценностей здорового образа жизни, формированию начальных представлений о ЗОЖ;

– при индивидуализации и дифференциации физической культуры и форм развития физических качеств с учётом возраста, индивидуальных особенностей и состояния здоровья дошкольников;

– при активном взаимодействии семьи и ДОО в формировании здорового образа жизни дошкольников.

При решении задач констатирующего этапа эксперимента использовали такие методы исследования, как анкетирование, наблюдение, анализ заболеваемости детей, индивидуальные беседы с детьми и педагогами, изучение и анализ детских творческих работ, обработка результатов исследования, мини-совещание по проблеме, педсовет, анализ эффективности использования ЗОЖ.

Стратегия эмпирического исследования: экспериментальное исследование проводилось в три этапа: констатирующий, формирующий и контрольный.

На констатирующем этапе экспериментального исследования нами использовалась методика Н.Е. Ординой «Я и моё здоровье». Эта методика направлена на выявление у детей уровней сформированности осознанного отношения к своему здоровью. Методика состоит из шести заданий.

Задания соответствуют возрасту детей. Для каждого задания приведены оценки и критерии. Диагностическая работа с детьми проводилась индивидуально с каждым ребёнком. Диагностику проводили два педагога: один проводил беседу с ребёнком, а другой фиксировал ответы в протоколе. Затем результаты обсуждались и в соответствии с критериями, указанными в методиках, определяли уровень.

Таблица 1 – Итоговые результаты по методике «Я и моё здоровье» на констатирующем этапе

Уровни	Результаты	
	Чел.	%
Высокий	2	9,1
Средний	17	77,3
Низкий	3	13,6

Анализ наблюдения и диагностики позволил сделать вывод о том, что уровень представлений старших дошкольников о здоровом образе жизни в основном – средний и низкий.

В связи с модернизацией дошкольного образования в нашей стране приобретает особую значимость совершенствование физического воспитания детей в ДОО, потому что дошкольный возраст является наиболее важным в становлении двигательных функций ребёнка, его физических качеств. С помощью методики «Физическое развитие дошкольников» (С.Б. Шарманова, Э.Я. Степаненкова) выявили уровни физической подготовленности детей (физическое развитие, физическую подготовленность, работоспособность).

В приложении приведены критерии физического развития детей и нормативные показатели (бег, метание и дальность, прыжок в длину с места)

Воспитание человека, который сознательно заботится на протяжении всей жизни о своём здоровье, является важнейшей задачей образовательной организации. Эта работа требует, чтобы для выполнения данной задачи были

включены все участники воспитательно-образовательного процесса, в том числе, и сами дети.

В связи с этим в ДОО разработана и реализуется дополнительная программа по ЗОЖ *«Будем здоровы!»*, которая базируется на основе общеобразовательной программы дошкольного образования *«От рождения до школы»* под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

Программа рассчитана для работы с детьми 6-7 лет, срок её реализации один учебный год. Занятия проводятся один раз в неделю. Полный курс состоит из 38 занятий.

Данная программа представляет собой систему занятий, включающих познавательный материал в сочетании с физкультурно-оздоровительными комплексами.

Материал курса разделен на 3 блока:

1 блок – «Здоровье – бесценный дар природы» – направлен на уточнение и систематизацию представлений детей о здоровье, его факторах, причинах возникновения болезней и формирование у детей понятия о здоровом образе жизни;

2 блок – «Движение – путь к здоровью» – направлен на формирование у детей представлений и знаний об одном из основных факторов здоровья – движение; способах достижения полноценного здоровья через организацию оптимального двигательного режима и физкультурно-оздоровительную, спортивную деятельность;

3 блок – «Если хочешь быть здоров – закаляйся» – направлен на ознакомление детей со способами закаливания организма с целью противостояния различным заболеваниям.

Здоровьесберегающая работа в детском саду – это, прежде всего, воспитание валеологической культуры или культуры здоровья дошкольников, которые отражают две линии: работа по сохранению и укреплению здоровья дошкольников и приобщение детей к физической культуре.

На контрольном этапе опытно-экспериментальной работы мы повторно проведём диагностику по методикам «Я и моё здоровье» и «Физическое развитие дошкольников»; проведём анализ и интерпретацию результатов.

Таблица 4 – Итоговые результаты по методике «Я и моё здоровье» на контрольном этапе

Уровни	Результаты	
	Чел.	%
Высокий	7	31,8
Средний	15	68,2
Низкий	–	–

Таблица 5 – Сравнительные результаты по методике «Я и моё здоровье» старших дошкольников на констатирующем и контрольном этапах

Уровни	Констатирующий этап		Контрольный этап	
	Чел.	%	Чел.	%
Высокий	2	9,1	7	31,8
Средний	17	77,3	15	68,2
Низкий	3	13,6	0	0

Таблица 8 – Сравнительные показатели физической подготовленности старших

дошкольников на констатирующем и контрольном этапах

Уровни	Констатирующий этап		Контрольный этап	
	Чел.	%	Чел.	%
Высокий	1	4,5	7	31,8
Средний	21	95,5	15	68,2
Низкий	0	0	0	0

На контрольном этапе нет детей с низким уровнем физического развития; у остальных детей – средний уровень. Эти дети владеют главными элементами техники большинства движений. Способны самостоятельно выполнять упражнения на основе предварительного показа. Иногда замечают ошибки при выполнении упражнений и нарушения правил в играх. Увлечены

соревновательным процессом, не всегда обращают внимание на результат. В играх проявляют активность.

Результаты формирующего этапа показали, что в процессе реализации программы «Будем здоровы!» нет детей, относящихся к низкому уровню сформированности представлений о здоровом образе жизни и физической подготовленности.

Заключение

В нашем обществе, к сожалению, здоровый образ жизни пока не занимает первое место в иерархии потребностей и ценностей человека. Поэтому перед современным дошкольным образованием стоит задача: научить детей с самого раннего возраста бережно относиться к своему здоровью, ценить, беречь и укреплять его.

Изучение педагогической, методической литературы, беседы с детьми и их родителями, реализация программы «Будем здоровы!», диагностическое исследование на констатирующем и контрольном этапах позволили нам сформулировать следующие выводы:

- У детей сформированы понятия «здоровье», «здоровый образ жизни», «физическая культура», «закаливание»; дети осознают смысл и значение здоровья для жизнедеятельности.
- Дети знают, что здоровье – это хорошее самочувствие, это основа красоты и долголетия, развития личности и общества в целом.
- Дети имеют представление о физической культуре и закаливающих мероприятиях как об основных факторах, формирующих здоровье человека.
- Дети способны объяснить, для чего необходимо двигаться, какова роль физических упражнений в формировании здоровья, как действуют на людей гимнастика, подвижные игры, туризм, спорт. Знает разнообразные виды движений. Понимают суть и ценность физической культуры. Убеждены в важности соблюдения двигательного режима. Проявляют интерес к физкультурной и спортивной жизни села.

- Дети знают несколько видов закаливания (фитотерапия, точечный массаж, обливание, босохождение, солнечные ванны, купание, проветривание помещения, прогулки на воздухе и другие).
- Дети умеют правильно использовать физическую культуру, её разнообразные средства, закаливающие мероприятия в повседневной жизни.
- Дети принимают активное участие в подвижных играх, физкультурных занятиях; правильно используют различные виды движений, спортивные умения и навыки; проявляют творчество в использовании различных видов движения; имеют высокий уровень физической подготовленности в соответствии с возрастом. При выполнении упражнений ориентированы на результат; проявляют волевые усилия для преодоления трудностей, самостоятельность и самоконтроль. Знают и выполняют правила безопасности у водоёма, на спортивной площадке и в естественных условиях.

Физкультурно-оздоровительная работа является основным направлением нашего дошкольного учреждения. Система нашей работы не ставит целью достижения высоких результатов за короткий отрезок времени. Главное – помочь детям проявить их собственные потенциальные возможности, приобщить к здоровому образу жизни, привить любовь к физической культуре и спорту. Сохранение и укрепление здоровья детей является главным условием и показателем личностно-направленного образования и основной задачей системы образования в целом.