

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра методологии образования

**Формирование культурно-гигиенических навыков
у дошкольников**

АВТОРЕФЕРАТ
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студента 5 курса группы 522,
направления 44.03.01 «Педагогическое образование»
профиля «Дошкольное образование»
факультета психолого-педагогического и специального образования

Быстровой Веры Анатольевны

Научный руководитель:
профессор, канд. пед. наук,

подпись , дата

Г.К. Парина

Зав. кафедрой
профессор, доктор пед. наук,

подпись , дата

Е.А. Александрова

Саратов 2019

ВВЕДЕНИЕ

В последнее время перед образованием встает вопрос: какие направления должны стать приоритетными в работе педагога дошкольной образовательной организации в современных условиях? В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования одним из первых и, пожалуй, самых главных направлений является защита, сохранение и развитие здоровья ребенка. Очень важно понять, что имеется в виду его психическое и физическое здоровье.

В современной системе образования наметилась тенденция к использованию новых подходов в вопросах физического развития дошкольников и формирования у них привычки к здоровому образу жизни. Данный аспект способствует разработке современных образовательных программ оздоровительной направленности для детей дошкольного возраста, так как именно этот период считается сензитивным в развитии здорового образа жизни. Многочисленные образовательно-оздоровительные программы направлены на формирование у детей дошкольного возраста осознанности ценности здорового образа жизни, развития ответственности за сохранение и укрепление собственного здоровья, расширение знаний, умений и навыков в области гигиенической культуры.

Конечно, многие взрослые (родители, близкие ребенку люди) стараются прививать своему ребенку элементарные культурно-гигиенические навыки, стараются сохранить его здоровье. Однако для осуществления преемственности в формировании культурно-гигиенических навыков у дошкольников, как основы формирования привычки к здоровому образу жизни, необходима совместная работа педагогов дошкольной образовательной организации и семьи.

Данный аспект обуславливает **актуальность** методических поисков по проблеме формирования культурно-гигиенических навыков у детей дошкольного возраста.

Проблемой формирования у дошкольников культурно-гигиенических навыков и привычки к здоровому образу жизни в разное время занимались и занимаются различные ученые, педагоги и дидакты (Н. И. Авсюкевич, И. А. Башкатова, В. Г. Алямовская, В. Н. Зимонина, К. Ю. Белая, Е. П. Андреева, Л. П. Банникова, Е. В. Барина, Т. С. Грядкина, О. А. Епифанова, Т. Г. Каропова, Т. В. Ермошкина, Е. Ю. Кониная, Е. А. Копосова, В. Т. Кудрявцев, М. Д. Маханева, М. А. Павлова, Е. И. Николаева и др.).

Несмотря на достаточную изученность вопросов по формированию культурно-гигиенических навыков у детей, наши наблюдения показали, что многие педагоги не уделяют должного внимания правильной осанке детей во время еды, формированию умений пользоваться салфеткой, полотенцем, расческой и т.д. В связи с этим возникает необходимость организации систематической работы по формированию мотивационной сферы гигиенического поведения дошкольников через взаимодействие с семьями воспитанников.

Данное противоречие определило выбор темы дипломного исследования: «Формирование культурно-гигиенических навыков у дошкольников».

Объект исследования – образовательный процесс в ДОО.

Предмет исследования – процесс формирования культурно-гигиенических навыков у дошкольников.

Цель исследования – теоретическое рассмотрение и практическое обоснование программы формирования культурно-гигиенических навыков у детей старшего дошкольного возраста в условиях дошкольной образовательной организации.

Гипотеза исследования: мы предположили, что процесс формирования культурно-гигиенических навыков у детей старшего дошкольного возраста будет проходить эффективно если:

- выявлена сущность рассматриваемого процесса;
- обоснована программа формирования культурно-гигиенических навыков у дошкольников;

- проверена ее эффективность.

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

- рассмотреть сущность и содержание гигиенического воспитания детей в условиях дошкольной образовательной организации;

- разработать авторскую программу формирования культурно-гигиенических навыков у дошкольников;

- экспериментальным путем проверить эффективность разработанной программы по формированию культурно-гигиенических навыков у детей старшего дошкольного возраста.

Для реализации вышеуказанных задач в работе были использованы следующие **методы исследования**: теоретические (анализ, обобщение литературы по теме исследования); эмпирические (педагогический эксперимент, изучение методических руководств, анализ образовательных программ, обобщение передового опыта работы, диагностические методики, наблюдение, беседы); методы математической обработки полученных в исследовании данных.

Экспериментальная база исследования – МДОУ «Детский сад № 174» г. Саратова.

Практическая значимость исследования определяется возможностью использования его материалов студентами факультета психолого-педагогического и специального образования при прохождении педагогической практики, а также педагогами дошкольных образовательных организаций при планировании работы с детьми.

Структура работы обусловлена целью и задачами исследования и включает введение, два основных раздела, заключение, список использованных источников и приложения.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В первом разделе мы рассмотрели психолого-педагогические основы формирования культурно-гигиенических навыков у дошкольников. Проанализировали сущность и содержание гигиенического воспитания детей в условиях дошкольной образовательной организации. Предприняли попытку к разработке авторской программы по формированию культурно-гигиенических навыков у дошкольников.

Формирование культурно-гигиенических навыков является неотъемлемой составляющей процесса формирования привычки к здоровому образу жизни. Работа по формированию культурно-гигиенических навыков у детей должна быть организована с младшего дошкольного возраста и достигнуть своего наивысшего развития к подготовительной к школе группе. К окончанию периода дошкольного детства у детей формируется система представлений о культуре потребления человека и быта.

На современном этапе совершенствования системы дошкольного образования разрабатываются и получают широкое распространение программы нового поколения, созданные как авторскими коллективами, так и педагогами с большим стажем работы. В то же время большое количество образовательных программ, в том числе и нового поколения, разработанных с учетом ФГОС ДО, не дают педагогам ясной картины в способах реализации задач физического воспитания, оздоровления и формирования культурно-гигиенических навыков у детей дошкольного возраста.

Именно поэтому мы попытались разработать авторскую программу формирования культурно-гигиенических навыков у детей «Гигиена и культура – основа здоровья».

Цель программы – формирование культурно-гигиенических навыков у дошкольников как основы привычки к здоровому образу жизни.

Основными задачами программы выступают: научить детей определять свое состояние и ощущения; сформировать активную жизненную позицию; сформировать представления о своем теле, организме; учить укреплять и сохранять свое здоровье; формировать мотивационную сферу гигиенического

поведения как средства привычки к здоровому образу жизни; формировать у воспитанников, их родителей осознанное отношение к своему здоровью; воспитывать в детях и родителях потребность в здоровом образе жизни как показателе общечеловеческой культуры; способствовать усвоению правил соблюдения гигиенических норм и культуры быта, связывая воедино элементы анатомических, физиологических и гигиенических знаний; создавать оптимальный режим, обеспечивающий гигиену нервной системы ребенка, комфортное самочувствие.

Программа рассчитана на детей старшего дошкольного возраста и может быть реализована в течение учебного года.

Программные занятия включают в себя не только вопросы физического, но и духовного здоровья. Программа «Гигиена и культура – основа здоровья» предполагает 16 занятий, объединенных одной общей темой: культура гигиенического поведения. В конечном итоге все занятия должны приносить детям чувство удовлетворения, легкости и радости и желания прийти на занятие снова.

В рамках программы предполагается проведение следующих тематических занятий: «Солнце, воздух и вода – мои лучшие друзья», «Гигиена тела. Правила личной гигиены», «Как живет мое тело. Глаза – главные помощники человека», «Как живет мое тело. Чтобы уши слышали», «Уход за зубами», «Уход за зубами. Чтобы зубы были здоровыми», «Внутренняя «кухня» человека», «Физическое здоровье. Сон – лучшее лекарство», «Главная опора моего тела», «Закаливание», «Как живет мое тело», «Расти здоровым», «Внутренняя «кухня» человека. Правильное питание», «Азбука питания».

Оценка эффективности усвоения программы предполагает диагностический материал по изучению уровней сформированности культурно-гигиенических навыков у старших дошкольников с опорой на рекомендации Т.Э. Токаевой.

Во втором разделе мы описали ход и результаты опытно-экспериментальной работы по определению эффективности разработанной

авторской программы в формировании культурно-гигиенических навыков у детей старшего дошкольного возраста.

Экспериментальная работа была организована с 25 детьми старшей группы МДОУ «Детский сад № 174» г. Саратова и включала три основных этапа: констатирующий – сентябрь 2018 года; формирующий – октябрь 2018 – апрель 2019 года; контрольный – май 2019 года.

Цель констатирующего этапа эксперимента – определение уровней сформированности культурно-гигиенических навыков у детей старшего дошкольного возраста. Оценка освоения культурно-гигиенических навыков осуществлялась путем наблюдений за детьми в различных видах детской деятельности (игровой, режимных моментах, образовательной деятельности).

Итак, на констатирующем этапе эксперимента мы наблюдали за детьми во время выполнения бытовых процессов: приема пищи, одевания, раздевания, мытья рук, беседуя с родителями воспитанников. Мы оценивали уровень самообслуживания и культурно-гигиенические навыки старших дошкольников, ссылаясь на критерии и показатели, предложенные Т. Э. Токаевой.

Анализируя количественные результаты, полученные в ходе констатирующего этапа опытно-экспериментальной работы, мы выявили, что высокий уровень сформированности культурно-гигиенических навыков наблюдается только у 5 детей в группе (20%); средний уровень – у 17 детей (68%); низкий уровень показали 3 ребенка (12%).

Таким образом, мы отметили, что у большинства старших дошкольников культурно-гигиенические навыки сформированы на среднем уровне. Как показали наши наблюдения, детям очень часто требуется напоминание того, чтобы они помыли руки после прогулки, перед едой. Мы также отметили, что большинство воспитанников не умеют аккуратно следить за своей одеждой и обувью, часто в детских шкафчиках наблюдается беспорядок. Кроме этого, мы обнаружили, что большинство детей вообще не пользуются мылом, расческой и носовым платком. Дети позволяют себе разговаривать с набитым ртом за

столом, многие не убирают за собой посуду, не благодарят воспитателя и младшего воспитателя после еды.

Цель формирующего этапа опытно-экспериментальной работы – формирование культурно-гигиенических навыков у детей старшего дошкольного возраста посредством соблюдения следующих условий: учет возрастных и индивидуальных особенностей детей; систематичность и целенаправленность проводимых мероприятий; взаимодействие дошкольной образовательной организации и семьи.

Основываясь на теоретические знания и собственные наблюдения, мы попытались выстроить систему мероприятий по формированию культурно-гигиенических навыков у старших дошкольников посредством развития у них мотивационной сферы гигиенического поведения на основе авторской программы «Гигиена и культура – основа здоровья».

Итак, в своей работе мы, прежде всего, ориентировались на формирование у старших дошкольников мотивационной сферы культурно-гигиенического поведения, а также применение усвоенных детьми знаний и представлений в их реальном поведении. Мы обеспечивали непременно учет воспитанниками знаний о своем собственном организме, которые позволят им психологически готовиться к тому, чтобы осуществлять активную культурно-оздоровительную деятельность, формировать свое собственное здоровое поведение.

Методика работы со старшими дошкольниками строилась на основе деятельностного подхода и личностно-ориентированного взаимодействия с детьми, главный акцент ставился на самостоятельное экспериментирование и поисковую деятельность самих воспитанников посредством побуждения их к творческому отношению при выполнении практических заданий. Все проводимые занятия содержали познавательный, творческий материал, который соответствовал возрастным и психическим особенностям старших дошкольников при обязательном сочетании с практическими заданиями (минутки здоровья, тренинг, оздоровительные паузы, включающие

специальные упражнения для глаз, для профилактики нарушений осанки, дыхательные упражнения и пр.), которые так необходимы для развития культурно-гигиенических навыков дошкольников.

Содержание всех занятий мы разнообразили сказочными и игровыми сюжетами и персонажами. Однако на занятиях использовались и другие методы (графический, театрализация и др.). При этом обеспечивалось развитие свойственных возрасту видов деятельности и познания.

Программа «Гигиена и культура – основа здоровья» предполагала 16 занятий, объединенных одной общей темой: культура гигиенического поведения. В конечном итоге все занятия приносили детям чувство удовлетворения, легкости и радости и желание прийти на занятие снова.

Занятия с детьми по Программе были разных видов: беседы, оздоровительные минутки, деловые игры, комплексы упражнений, составление правил культурного поведения и др. Беседы, которые мы проводили с детьми, включали в себя вопросы гигиены, культуры поведения за столом, питания, закаливания, строения человека. Оздоровительные минутки включали не только физические упражнения, но и упражнения на формирование эмоциональной сферы ребенка. Оздоровительные паузы комбинировались посредством включения упражнений для осанки, для глаз, рук или стоп. Занятия о пище проводились в столовой детского сада. Здесь мы изучали правила хорошего тона. Теоретические знания сразу подкреплялись практическими действиями. У ребят формировался положительный эмоциональный настрой, закреплялись здоровые принципы питания (тщательное пережевывание, разумное отношение к приему жидкости, в том числе воды). Все занятия были выстроены таким образом, чтобы дети получали знания о том, от чего зависит наше здоровье, приобретали навыки самосовершенствования.

Особое место в программе «Гигиена и культура – основа здоровья» было отведено работе с родителями наших воспитанников. При этом мы использовали следующие формы работы с родителями: родительские собрания,

семинары-практикумы, консультации; педагогические беседы по проблемам; Дни открытых дверей; показ занятий для родителей; совместные занятия для детей и родителей; круглые столы с привлечением специалистов детского сада; родительский всеобуч: клуб «Гигиена и культура»; организация совместных дел; памятка для родителей «Как обучить ребенка навыкам самообслуживания».

Таким образом, работа с детьми по программе «Гигиена и культура – основа здоровья» представляла собой общий комплекс мероприятий, направленных на формирование культурно-гигиенических навыков у воспитанников в течение всего их пребывания в дошкольной образовательной организации. Программа позволила нам стимулировать повышение уровня внимания дошкольников и их родителей к вопросам гигиенического поведения, культуры приема пищи, здорового образа жизни.

С целью проверки эффективности проведенной работы мы организовали контрольное обследование детей, в ходе которого применялись те же диагностические методики, что и на констатирующем этапе опытно-экспериментальной работы.

Анализируя количественные результаты, полученные в ходе контрольного этапа опытно-экспериментальной работы, мы выявили, что: высокий уровень сформированности культурно-гигиенических навыков наблюдается у 17 детей в группе (68%); средний уровень – у 8 детей (32%); низкий уровень на данном этапе выявлен не был.

Таким образом, организуя свою работу с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей, систематичности и целенаправленности проводимых мероприятий, взаимодействия дошкольной образовательной организации и семьи в рамках реализации авторской программы «Гигиена и культура – основа здоровья», мы добились положительных результатов в сформированности культурно-гигиенических навыков у старших дошкольников, что полностью подтверждает выдвинутую нами ранее гипотезу исследования.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Рассмотрев сущность и содержание гигиенического воспитания детей в условиях дошкольной образовательной организации, мы определили, что в своей работе в данном направлении педагог должен ориентироваться, прежде всего, на становление мотивационной сферы гигиенического поведения ребенка, реализацию усвоенных ребенком знаний и представлений в реальном поведении.

Сущность гигиенического воспитания состоит в том, что педагоги современных дошкольных образовательных организаций должны учитывать тот факт, что ребенок, изучая себя, особенности своего организма, психологически готовится к тому, чтобы осуществлять активную оздоровительную деятельность, формировать свое здоровье посредством выполнения культурно-гигиенических процедур.

В своем исследовании на основе анализа существующих программ физического развития дошкольников и формирования у них культурно-гигиенических навыков мы попытались разработать авторскую программу «Гигиена и культура – основа здоровья», которая предполагает формирование у старших дошкольников и их родителей активной жизненной позиции в области формирования навыков КГН и привычки к здоровому образу жизни.

В практической части исследования мы апробировали данную программу, организовав опытно-экспериментальную работу с 25 детьми старшей группы МДОУ «Детский сад № 174» г. Саратова.

Опытно-экспериментальная работа включала три основных этапа: констатирующий – сентябрь 2018 года; формирующий – октябрь 2018 – апрель 2019 года; контрольный – май 2019 года.

На констатирующем этапе опытно-экспериментальной работы с помощью материалов диагностики Т. Э. Токаевой мы определили недостаточный уровень развития культурно-гигиенических навыков у детей.

Как показали наши наблюдения, детям очень часто требуется напоминание того, чтобы они помыли руки после прогулки, перед едой. Мы также отметили, что большинство воспитанников не умеют аккуратно следить за своей одеждой и обувью, часто в детских шкафчиках наблюдается беспорядок. Кроме этого, мы обнаружили, что большинство детей вообще не пользуются мылом, расческой и носовым платком. Дети позволяют себе разговаривать с набитым ртом за столом, многие не убирают за собой посуду, не благодарят воспитателя и младшего воспитателя после еды.

На формирующем этапе опытно-экспериментальной работы нами была апробирована авторская программа «Гигиена и культура – основа здоровья», которая предполагала 16 занятий, объединенных одной общей темой: культура гигиенического поведения. Занятия с детьми по Программе были разных видов: беседы, оздоровительные минутки, деловые игры, комплексы упражнений, составление правил культурного поведения и др.

Особое место в программе «Гигиена и культура – основа здоровья» было отведено работе с родителями наших воспитанников. При этом мы использовали следующие формы работы с родителями: родительские собрания, семинары-практикумы, консультации; педагогические беседы по проблемам; Дни открытых дверей; показ занятий для родителей; совместные занятия для детей и родителей; круглые столы с привлечением специалистов детского сада; родительский всеобуч: клуб «Гигиена и культура»; организация совместных дел; памятка для родителей «Как обучить ребенка навыкам самообслуживания».

Итак, работа с детьми по программе «Гигиена и культура – основа здоровья» представляла собой общий комплекс мероприятий, направленных на формирование культурно-гигиенических навыков у воспитанников в течение всего их пребывания в дошкольной образовательной организации. Программа позволила нам стимулировать повышение уровня внимания дошкольников и их родителей к вопросам гигиенического поведения, культуры приема пищи, здорового образа жизни.

С целью проверки эффективности проведенной работы мы организовали контрольное обследование детей, которое показало положительную динамику в сформированности культурно-гигиенических навыков у дошкольников, полностью подтвердив гипотезу исследования.

Таким образом, цель исследования была достигнута, задачи решены.