

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра методологии образования

**ФОРМИРОВАНИЕ ОПЫТА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ У ДЕТЕЙ В
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ДОШКОЛЬНОЙ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ**

АВТОРЕФЕРАТ

ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ

бакалаврской работы

студентки 5 курса 521 группы

направления 44.03.01 Педагогическое образование

профиля «Дошкольное образование»

факультета психолого-педагогического и специального образования

НЕПИП ТАТЬЯНЫ ВАДИМОВНЫ

Научный руководитель

канд. пед. наук, доцент

_____ М.Н. Бурмистрова

Зав. кафедрой

доктор пед. наук, профессор

_____ Е.А. Александрова

Саратов

2020

Введение

Актуальность. Дошкольный возраст является важным возрастом в развитии основ физического и психического здоровья. На этом этапе важно привить детям базовые знания и практические навыки здорового образа жизни, существенную потребность в регулярных занятиях физической культурой и спортом.

Приобщение детей старшего дошкольного возраста к здоровьесберегающему и здоровьесберегающему поведению, является актуальной проблемой в воспитании детей, поскольку в этом возрасте из-за высокой активности детей формируются поведение и привычки.

Растет необходимость в практических способах представления о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста. В результате этого основными задачами, чтобы улучшить здоровье детей в дошкольных образовательных организациях, является развитие у них представления о здоровье как одной из основных жизненных ценностей и развитие навыков ведения здорового образа жизни. Благополучие общества в целом зависит от уровня психического и физического состояния населения, состояния его здоровья, поэтому проблема развития у детей представлений о здоровом образе жизни детей и считается актуальной в настоящее время.

Объект исследования: воспитательно-образовательный процесс в дошкольной образовательной организации.

Предмет исследования: формирование опыта здоровьесбережения у детей старшего дошкольного возраста в образовательном процессе дошкольной образовательной организации.

Цель исследования: выявление эффективных способов формирования опыта здоровьесбережения в образовательном процессе дошкольной образовательной организации

Задачи исследования:

1. Раскрыть научные подходы опыта здоровьесбережения;

2. Выявить теоретические основы процесса формирования здоровьесбережения у детей старшего дошкольного возраста;

3. Рассмотреть содержание и формы работы по формированию здорового образа жизни у дошкольников в образовательном процессе дошкольной образовательной организации;

4. Определить критерии и показатели сформированности здоровьесбережения и экспериментально проверить эффективность работы по формированию опыта здоровьесбережения детей старшего дошкольного возраста в образовательном процессе дошкольной образовательной организации.

Гипотеза исследования: работа по формированию опыта здоровьесбережения у детей старшего дошкольного возраста в образовательном процессе дошкольной образовательной организации будет эффективной, если учитывать:

- создавать в дошкольной образовательной организации условия для использования здоровьесберегающих технологий;
- регулярно проводить совместную работу с родителями детей;
- систематически и целенаправленно проводить работу по внедрению здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс дошкольной образовательной организации.

Методы исследования: с целью осуществления выдвинутых в исследовании задач были применены методы теоретического анализа психолого-педагогической и учебно-методической литературы, диссертационных исследований согласно вопросу развития представлений о ЗОЖ у детей старшего дошкольного возраста, анкетирование, беседа.

Опытно-экспериментальная база исследования: МДОУ «Детский сад «Колокольчик» р.п. Соколовый Саратовского района Саратовской области.

Структура работы: текст работы состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников и приложения.

Основное содержание работы

Первая глава посвящена раскрытию теоретических основ формирования опыта здоровьесбережения у детей старшего дошкольного возраста.

Мы рассмотрели формирование опыта здоровьесбережения у детей как цель и направление педагогической работы в дошкольной образовательной организации и пришли к выводу, что для реализации процесса охраны здоровья детей в раннем детском возрасте необходимо, прежде всего, повышенное внимание к проблеме сохранения здоровья в дошкольной образовательной организации. При этом при работе с детьми старшего дошкольного возраста в направлении здоровьесбережения стоит уделять особое внимание проблеме не только на физическую составляющую, но и на социально-психологическую и духовно-нравственную. Так же необходим системный подход при работе с родителями относительно вопроса здоровьесбережения детей. И в заключение необходимо решить проблемы, которые непосредственно связаны с сохранением здоровья сотрудников дошкольной образовательной организации, а так же обязательно найти причины, которые, препятствуют внедрению здоровьесберегающих технологий в дошкольную образовательную организацию.

Кроме того, рассмотрели современные образовательные практики как средство формирования опыта здоровьесбережения у детей старшего дошкольного возраста и выделили основные виды здоровьесберегающих практик, которые применяются в дошкольном образовании. Применение разных здоровьесберегающих практик в деятельности дошкольной образовательной организации увеличит результативность образовательного процесса, увеличит желание родителей и воспитателей прививать детям желание вести здоровый образ жизни. Ключом к успешному внедрению здоровьесберегающих практик в образовательный процесс заключается в понимании воспитателями основных характеристик применяемых технологий, их типов, условий и принципов применения в работе дошкольной образовательной организации.

В целом, дошкольная образовательная организация, создавая и распространяя здоровьесберегающие практики, может «работать в пустую», потому что действия семьи в качестве основного агента социализации часто противоречат стандартам здоровьесбережения, которые закладываются в дошкольной образовательной организацией. Поэтому, одним из способов решения данных проблем может стать внедрение инновационных способов взаимодействия между семьей и дошкольной образовательной организацией. В число этих методов входят мероприятия с участием в них родителей, проведенные в увлекательной игровой форме, выставки, совместные мастер-классы родителей и детей, а так же совместные поездки и экскурсии. Но как показывает практика, эти методы еще не стали основными в системе взаимодействия семьи и дошкольной образовательной организации, чаще всего применяются родительские собрания и личные консультации.

Так же раскрыли суть кинезиологических упражнения как вид здоровьесберегающих технологий и необходимость их применения в дошкольной образовательной организации. Кинезиологические упражнения помогают повысить уровень подготовки детей к школе, то есть сформировать у них учебную мотивацию; помочь детям в становлении самосознания; развить творческое мышление, память, внимание; способствовать тому, чтобы сформировалась его физиологическая, познавательная, мотивационная, коммуникативная и социальная компетентность, также можно применять кинезиологические методики.

Вторая глава посвящена опытно-экспериментальной работе по формированию опыта здоровьесбережения у дошкольников в образовательном процессе.

Цель опытно-экспериментальной работы: проверка эффективности педагогических условий по формированию представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста.

Задачи опытно-экспериментальной работы:

1. Создать систему работы по опытно-экспериментальной деятельности детей старшего дошкольного возраста для выявления уровня сформированности опыта здоровьесбережения.

2. Разработать план внедрения современных здоровьесберегающих технологий в дошкольной образовательной организации с применением кинезиологических упражнений.

3. Разработать план взаимодействия семьи с дошкольной образовательной организацией в вопросах формирования опыта здоровьесбережения у детей старшего дошкольного возраста.

4. Провести анализ результатов опытно-экспериментальной работы.

Исследование проводилось на базе МДОУ «Детский сад «Колокольчик» р.п. Соколовый Саратовского района Саратовской области. В опытно-экспериментальной работе приняло участие 40 детей 5-6 лет (экспериментальная группа и контрольная группа), 30 семей. Изучение состояния педагогических условий в МДОУ «Детский сад «Колокольчик» р.п. Соколовый Саратовского района Саратовской области включило проведение индивидуальных бесед с детьми старшего дошкольного возраста, анкетирование родителей на выявление знаний о ЗОЖ, а так же анкетирование педагогов на предмет применения современных здоровьесберегающих технологий.

Совместно с медицинским работником изучены медицинские карты детей старшего дошкольного возраста и составлена таблица учета заболеваемости (см. таблицу 1).

Таблица 1. Анализ заболеваемости и посещаемости детей экспериментальной группы на констатирующем этапе

Основные показатели	Декабрь – апрель 2017-2018г
Пропуск по болезни в среднем (общая заболеваемость)	15 %
Процент часто болеющих детей	5 чел. 19,2 %
Средняя посещаемость в процентах	73%

Из полученных данных видно, что в экспериментальной группе имеется 5 часто болеющих детей.

Для выявления сформированности опыта здоровьесбережения у экспериментальной и контрольной группы детей старшего дошкольного возраста и анкетирования родителей мы применили диагностический инструментарий И.М. Новиковой.

По результатам диагностики детей старшего дошкольного возраста были получены следующие данные:

В экспериментальной группе с оптимальным уровнем – 7 детей (34%), с допустимым уровнем – 8 детей (40%), с недопустимым уровнем – 5 детей (26%), у трех детей возникло затруднение при ответе на вопрос, «Что оказывает влияние на здоровье человека?», двое детей не смогли дать элементарное толкование понятию «здоровье» и «ЗОЖ».

В контрольной группе с оптимальным уровнем – 6 детей (30%), с допустимым уровнем – 6 детей (30%), с недопустимым уровнем – 8 детей (40%). У многих дошкольников возникли затруднения при ответе на вопрос «Что оказывает влияние на здоровье человека?», но они смогли сформулировать свой ответ на вопрос.

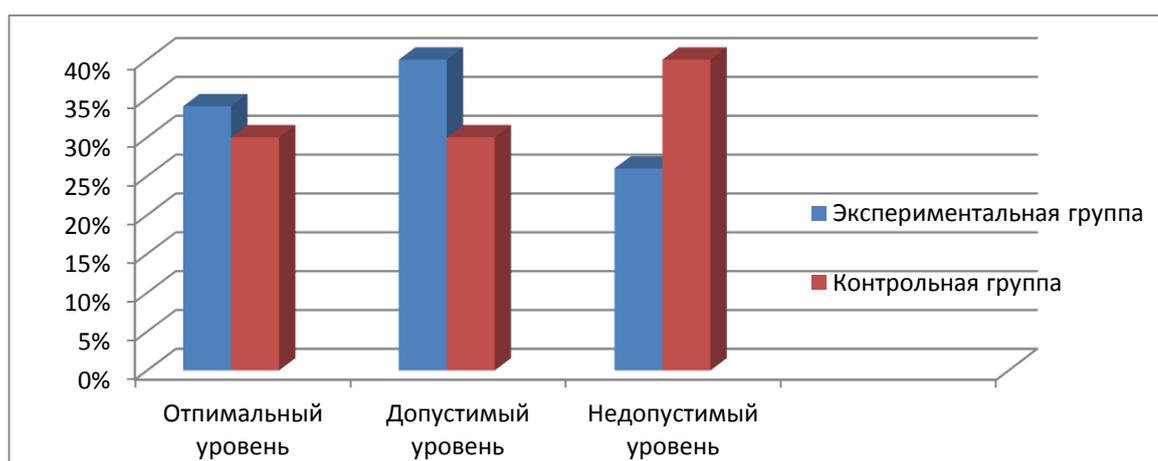


Рисунок 1 - Результаты сформированности представлений о ЗОЖ у детей ЭГ и КГ на констатирующем этапе эксперимента

По результатам диагностического обследования детей старшего дошкольного возраста можно сделать вывод, что о здоровом образе жизни знают примерно половина каждой группы. Дошкольники имеют полное представление о здоровом образе жизни, о том, как поддерживать свое здоровье в хорошем состоянии и как вести здоровый образ жизни. У трети детей допустимый уровень понимания здорового образа жизни, они знают, что такое «здоровый образ жизни», но не у всех есть представление о том, как его следует развивать.

Для реализации первого педагогического условия нами было проведено исследование уровня знаний родителей о здоровом образе жизни и степени присутствия здорового образа жизни в семьях детей. Мы провели анкетирование родителей воспитанников в экспериментальной группе.

Результаты анкетирования родителей воспитанников показали следующее: больше всего ответов А дали – 11 родителей, что составило (36%), больше всего ответов Б – 12 родителей (40%), больше всего дали ответов В – 7 родителей (24%). Для наглядности представим результаты в виде диаграммы.

По результатам анкетирования родителей можно сказать, что у многих родителей есть хорошие знания о введении здорового образа жизни своего ребенка, но не все это правильно понимают. Многие семьи ведут здоровый образ жизни, но не все учитывают его тонкости, некоторые проводят различные упражнения со своими детьми, отдыхают на природе, закаляют организм, правильно питаются, а некоторые нет, поэтому уровень сформированности о здоровом образе жизни их детей недостаточно развит.

Из приведенного выше опроса детей старшего дошкольного возраста и анкетирования родителей можно сделать вывод, что более половины семей знают, что такое здоровый образ жизни и как его следует формировать, создавая его различными методами. Есть семьи, которые даже не знают, как вести здоровый образ жизни для своего ребенка. Семья должна принимать активное участие в физическом развитии ребенка и себя, потому что это важно в развитии дошкольника и формировании его здорового образа жизни.

На основе теоретических и практических разработок авторов различных программ и пособий, занимающихся проблемой внедрения кинезиологических упражнений в здоровьесберегающую систему дошкольного образования, нами была разработана система физкультурно-оздоровительной работы для детей старшего дошкольного возраста. Составлена она в соответствии с уровнем здоровья, развития и двигательной подготовленности детей. Главная задача, которой придерживались – не только дать знания детям, а главное воспитать у них желание быть здоровыми и научит умению, при необходимости помогать себе и другим детям.

Для внедрения кинезиологических упражнений в работу МДОУ «Детский сад «Колокольчик» р.п. Соколовый, нами был разработан перспективный план

После проведенного исследования мы разработали перспективный план работы с родителями и план по внедрению современных здоровьесберегающих технологий в работе с детьми старшего дошкольного возраста в экспериментальной группе по проблеме исследования.

Можно сделать вывод, что положительный результат может быть достигнут только при тесном взаимодействии дошкольной образовательной организации и семьи. Так как потребности в здоровом образе жизни сформируются только при однозначном отношении к ним у родителей и педагогов. Только при соблюдении этого условия ребенок воспримет бережное отношение к своему здоровью как непреложную истину, единственно правильный стиль жизнедеятельности.

Представленный план взаимодействия с родителями, поможет нам сформировать представления о ЗОЖ, как у детей старшего дошкольного возраста, так и у родителей. Индивидуальная работа даст те знания о ЗОЖ, которые были упущены ранее, и те о которых еще не знали. Совместная работа семьи и детей поможет привить им любовь к физической культуре. Эти мероприятия мы будем реализовывать в течение четырех месяцев и на заключительном этапе мы проверим, насколько они были эффективными и насколько улучшились знания родителей и детей.

После проведенных здоровье сберегающих мероприятий, нами были повторно с медицинским работником детского сада изучены медицинские карты детей старшего дошкольного возраста экспериментальной группы и составлена таблица (см. таблицу 2).

Таблица 2 - Анализ заболеваемости и посещаемости детей экспериментальной группы на констатирующем этапе

Основные показатели	Декабрь – апрель 2019-2020г
Пропуск по болезни в среднем (общая заболеваемость)	14%
Процент часто болеющих детей	4 чел. 16,5%
Средняя посещаемость в процентах	75,8%

Как видно из таблицы уровень заболеваемости детей в группе уменьшается, так же уменьшается процент часто болеющих детей. Возросла посещаемость детей. Этому поспособствовала проведенная оздоровительно-профилактическая работа.

Для выявления знаний о ЗОЖ, после работы по повышению качества реализации педагогических условий необходимо провести повторный опрос детей старшего дошкольного возраста и родителей, чтобы определить эффективность эффективности опытно-экспериментальной работы.

По результатам повторного опроса детей старшего дошкольного возраста были получены следующие результаты.

В экспериментальной группе с оптимальным уровнем – 12 детей (60%), с допустимым уровнем – 7 детей (36%), с недопустимым уровнем – 1 ребенок (4%). В контрольной группе с оптимальным уровнем – 7 детей (35%), с допустимым уровнем – 7 детей (35%), с недопустимым уровнем – 6 детей (30%).

У многих детей возникли затруднения при ответе на вопрос «Что влияет на здоровье человека?», но они смогли найти подходящий ответ на вопрос.

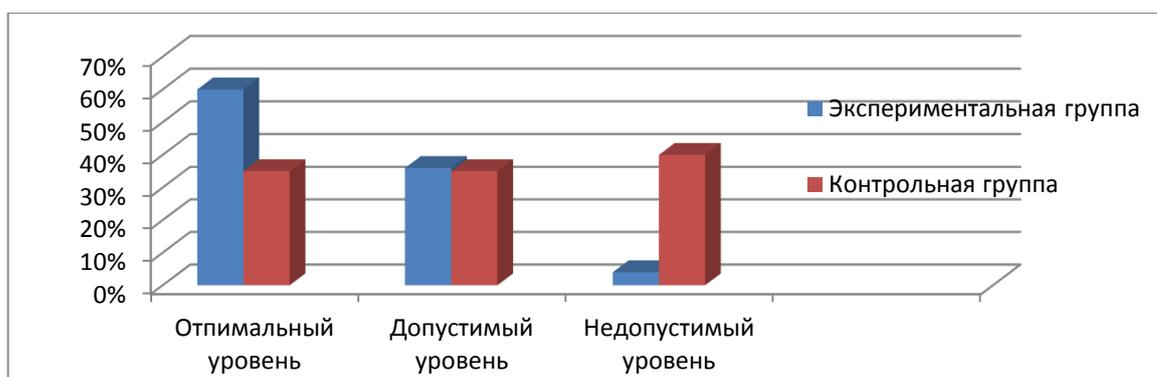


Рисунок 2 - Результаты сформированности представлений о ЗОЖ у детей старшего дошкольного возраста на контрольном этапе в экспериментальной и контрольной группах

На основании результатов повторного опроса можно сделать вывод, что все беседы и занятия по формированию опыта здоровьесбережения у детей старшего дошкольного возраста в экспериментальной группе оказали благоприятное влияние на понимание здорового образа жизни. Дошкольники имеют полное представление о правильном питании, о своем здоровье, о вредных привычках, о НОД физической культуре и их пользе. Большинство старших дошкольников в экспериментальной группе имеют оптимальный уровень понимания о ведении здорового образа жизни, несколько детей имеют допустимый уровень понимания здорового образа жизни, и только один ребенок в группе имеет недопустимый уровень понимания о здоровом образе жизни. В контрольной группе детей старшего дошкольного возраста уровень сформированности опыта здоровьесбережения остался на прежнем уровне.

Так же нами было проведено повторное анкетирование родителей по знаниям ЗОЖ.

В анкетировании участвовали 30 родителей, из них больше всего ответов А дали – 24 родителей, что составляет (80%), больше всего ответов Б дали – 6 родителей (20%), больше всего ответов В – 0 родителей (0%).

Сравним результаты анкетирования родителей на констатирующем и контрольном этапах. Для наглядности представим результаты в виде диаграммы.

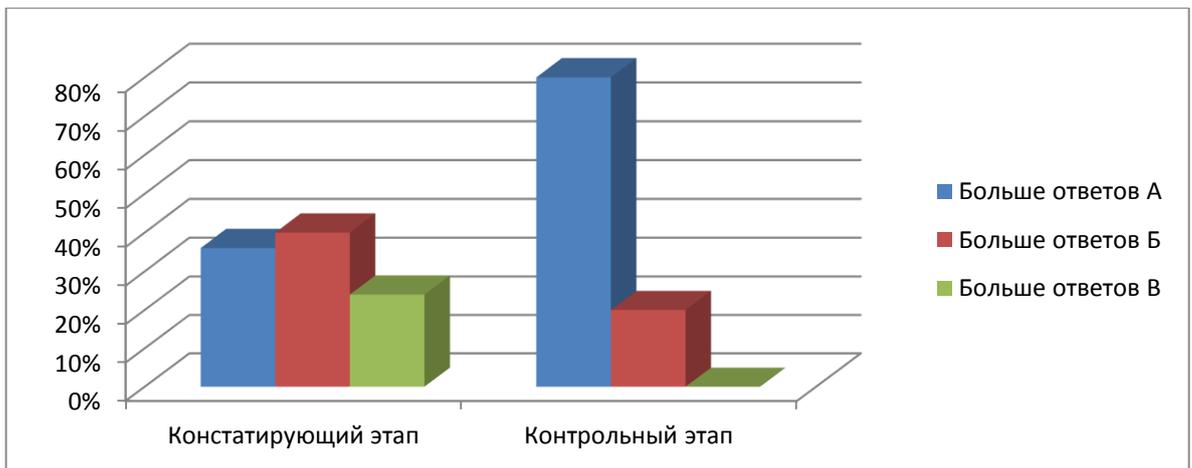


Рисунок 3 - Результаты анкетирования родителей на констатирующем и контрольном этапах

Согласно результатам опроса родителей, можно сказать, что все родители теперь имеют представление о здоровом образе жизни для ребенка. Все консультации, конкурсы, брошюры, объявления и мероприятия, организованные с родителями, дали им глубокие знания о здоровом образе жизни. Сегодня все семьи активно участвуют в формировании опыта здоровьесбережения у ребенка и семьи в целом. Они знают разные показатели физического развития своего ребенка.

Использование современных здоровьесберегающих технологий в формировании опыта здоровьесбережения также способствует развитию физической активности и представлений о здоровом образе жизни. Многие дети с интересом применяют кинезиологические упражнения, массажи и подвижные игры во время самостоятельных занятий и в повседневной жизни детского сада. Если мы посмотрим на результаты у детей, мы можем сделать вывод, что они демонстрируют эффективность выбранных условий педагогического обучения.

Таким образом, опытно-экспериментальная работа исследования формирования опыта здоровьесбережения у детей старшего дошкольного возраста дала нам положительные результаты по улучшению ЗОЖ. Дети и родители овладели более глубокими представлениями о здоровом образе жизни.

Педагоги стали чаще обращать внимание на применение здоровьесберегающих технологий в режимных моментах. Так же сплотился родительский коллектив, и укрепились отношения в семьях благодаря различным совместным работам.

Заключение

Изучение современного состояния модернизации образовательной системы, анализ психолого-педагогической литературы и практических форм работы для решения указанной проблемы показали ее недостаточное развитие, что побудило нас организовать и провести экспериментальную работу по формированию опыта здоровьесбережения старших дошкольников.

Дошкольный возраст имеет решающее значение для создания основы физического и психического здоровья. На этом этапе важно создать базу знаний и практических навыков для здорового образа жизни у детей, осознанной необходимости систематического физического воспитания и занятий спортом.

В первой главе рассматриваются теоретические основы формирования опыта здоровьесбережения у дошкольников. Реализация работы по формированию здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста в контексте дошкольного образования осуществляется посредством уроков, режима, игр, прогулок, индивидуальной работы и самостоятельной деятельности детей.

Организация работы с родителями имеет большое значение в формировании опыта здоровьесбережения. Даже ни одна из лучших программ и методов не смогут гарантировать полноценный результат, если семья не будет вести здорового образа жизни.

Как показало наше исследование, формирование опыта здоровьесбережения у дошкольников будет неэффективным, если не будут соблюдены следующие условия обучения:

- организация взаимодействия дошкольной образовательной организации и семьи по проблеме развития представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста;

- внедрение современных здоровьесберегающих технологий.

Во второй главе была проведена опытно-экспериментальная работа по формированию опыта здоровьесбережения у детей старшего дошкольного возраста. Индивидуальные беседы с детьми и анкетирование родителей показали, что в результате реализации разработанного плана уровень знаний в области здорового образа жизни у детей значительно вырос, изменился подход к их здоровью и здоровью окружающих. В ходе наблюдения выяснилось, что дети осознанно стали заниматься укреплением своего здоровья.

Родители осознали, что главным фактором развития здорового образа жизни у детей считается пример взрослого человека. Родители стали больше времени и внимания уделять формированию опыта здоровьесбережения у детей. Они стали более внимательно следить за своим поведением, пытаются отказаться от вредных привычек. Воспитательная работа с родителями через информационный центр для родителей, консультации и встречи дали положительные результаты.

Кроме того, нами был разработан план мероприятий по внедрению здоровьесберегающих технологий, которые стимулируют двигательную и когнитивную деятельность. В работе учитывались возраст и индивидуальные особенности детей. Каждый новый день начинался с утренней гимнастики. Это поднимало всем настроение и давало заряд энергии на целый день.

Поэтому, если мы регулярно применяем современные технологии здоровьесбережения, тем самым у детей старшего дошкольного возраста развиваем мотивацию ведения здорового образа жизни. Кроме того, стоит отметить, что вовлекая родителей в формирование опыта здоровьесбережения, у детей укрепляются знания о здоровье как о ценности, а так же развиваются полезные привычки и навыки ведения здорового образа жизни.